

.....

차례

.....

- ◎ 역자 서문 _ 3
- ◎ 도입: 청소년 우울증의 맥락 _ 5

제1장 애착기반 가족치료의 역사적 뿌리와 실증적 증거 29

1. 가족치료의 역사적 맥락 / 30
 - 1) 구조이론 _ 30
 - 2) 내러티브이론 _ 32
 - 3) 가족심리학 _ 35
2. 통합하는 틀로서 애착이론 / 37
3. 애착기반 가족치료의 임상적 뿌리 / 41
4. 애착기반 가족치료 모델의 발달 / 45
5. 애착기반 가족치료를 지지하는 데이터 / 48
6. 애착기반 가족치료를 우울한 청소년을 위한 실증적으로 지지된 치료의 맥락에 두기 / 51
7. 결론 / 56



제2장 애착기반 가족치료의 이론적 기틀

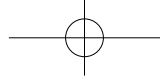
59

1. 아동기의 내적 작동 모델과 애착 안정성 / 60
2. 아동기의 불안정 애착 / 62
3. 문화 / 63
4. 청소년기의 안정 애착 / 64
5. 청소년기의 불안정 애착 / 67
6. 애착에 대한 부모의 기여 / 70
 - 1) 애착 촉진적 양육의 모델 _ 70
 - 2) 청소년기의 애착 촉진 양육 _ 72
7. 부모의 행동과 태도, 스타일에 영향을 주는 중요한 요소 / 74
 - 1) 부모의 스트레스 _ 75
 - 2) 부모의 정신병리 _ 75
 - 3) 부모의 애착 유형 _ 76
8. 청소년 우울의 애착이론 / 78
9. 변화의 애착기반 가족치료이론 / 80
10. 애착기반 가족치료에서 정서 / 86
11. 결론 / 89

제3장 과제 1: 관계적 재정의

91

1. 관계적 재정의 과제의 구조 / 93
2. 단계 1: 가족에 참여하고 우울증 이해하기 / 94
 - 1) 가족을 치료 지향적으로 만들기 _ 95
 - 2) 강점 탐색하기 _ 97



- 3) 가족의 삶의 맥락 이해하기 _ 98
- 4) 우울 평가하기 _ 101
- 3. 단계 2: 애착 주제로 전환하기 / 111
 - 1) 애착 손상 확인하기 _ 113
 - 2) 관계적 손상의 결과 확인하기 _ 119
- 4. 단계 3: 관계적 목표 합의하기 / 125
 - 1) 변화의 욕구 증폭시키기 _ 125
 - 2) 관계 회복에 대해 계약하기 _ 129
- 5. 결론 / 139

제4장

과제 2: 청소년 동맹

141

- 1. 단계 1: 유대 / 144
 - 1) 전환과 지향하기 _ 144
 - 2) 청소년의 삶 탐색하기 _ 146
 - 3) 의미 만들기 _ 148
- 2. 단계 2: 목표 / 152
 - 1) 우울 이해하기 _ 152
 - 2) 변화의 동기 부여를 위해 취약한 정서 사용하기 _ 155
 - 3) 관계적 손상과 우울에 대한 영향 확인하기 _ 158
 - 4) 가족 갈등 이해하기/애착 관점에서 진행하기 _ 160
 - 5) 애착 상처와 우울을 연결시키기 _ 167
 - 6) 행동 변화에 대한 요청 _ 168
 - 7) 부모와 대화하기 위한 과거의 노력에 대한 평가 _ 169



3. 단계 3: 과제 / 175

- 1) 과제 4를 위한 내용 선택, 토론 및 연습 _ 175
- 2) 부정적인 반응에 대비하기 _ 178
- 3) 실패 가능성에 대해 예측하기 _ 180

4. 결론 / 181

제5장

과제 3: 부모 동맹

1. 단계 1: 유대 / 187

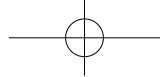
- 1) 오리엔테이션과 전환 _ 188
- 2) 강점과 성공, 주요 역량 확인하기 _ 192
- 3) 부모의 삶의 맥락과 최근 스트레스 요인에 대한 이해 _ 192
- 4) 현재 스트레스 요인과 양육 행동의 연결 _ 195
- 5) 양육 행동을 청소년의 경험과 연결시키기 _ 196
- 6) 부모의 팀워크와 부부 갈등 평가 _ 199
- 7) 부모 자신의 애착 역사에 대한 이해 _ 203
- 8) 부모 자신의 애착 경험을 양육 행동과 연결시키기 _ 211
- 9) 깊이 들어갈지 말지 그것이 문제 _ 214

2. 단계 2: 목표 / 216

- 1) 애착 증진을 위한 기회 제공하기 _ 217
- 2) 변화에 대한 동기 평가하기 _ 219

3. 단계 3: 과제 / 221

- 1) 부모와 청소년 간의 과거 대화 평가하기 _ 221
- 2) 청소년의 비밀 유지 _ 224
- 3) 애착 작업의 구조 정의하기 _ 225



- 4) 반응에 대비하기 _ 225
- 5) 정서에 대해 편하게 느끼는 정도를 평가하기 _ 228
- 6) 정서 코칭 기술 지도하기 _ 231
- 7) 개입과 코칭에 대한 승인 얻기 _ 235
- 4. 결론 / 235

제6장 과제 4: 애착 회복

237

- 1. 실연: 방법론의 변화 / 238
- 2. 단계 1: 청소년 개방 / 243
 - 1) 간략한 과제 설정 _ 243
 - 2) 청소년의 충족되지 않은 애착 욕구 표현하기 _ 247
 - 3) 연관된 정서와 인지 탐색하기 _ 247
 - 4) 부모의 공감과 인정 _ 248
 - 5) 1차 정서 심화하기 _ 249
 - 6) 문제 귀인 탐색하기 _ 254
- 3. 단계 2: 부모 개방 / 256
 - 1) 부모 자신의 상처 경험 나누기 _ 256
 - 2) 적절할 경우에 부모가 사과하기 _ 261
- 4. 단계 3: 회복 지속하기 / 261
 - 1) 청소년의 반응과 용서의 정도 평가하기 _ 261
 - 2) 요약하고 확인하며 방점 찍기 _ 263
 - 3) 추가적인 상처를 언급하기 _ 265



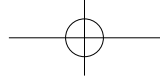
- 5. 실연을 촉진하는 과정 기술 / 266
 - 1) 내용, 영향, 과정 _ 267
 - 2) 실연을 설계하고 대화가 조율될 필요가 있는지 결정하기 _ 271
- 6. 결론 / 275

제7장

과제 5: 자율성 증진

277

- 1. 청소년 발달 문헌에서 우리는 무엇을 배울 수 있는가 / 279
- 2. 애착 증진과 자율성 증진 치료 과정의 구분 / 281
- 3. 자율성 증진의 단계 / 283
 - 1) 가정에서의 성숙도 발현 _ 283
 - 2) 집 밖에서의 능숙함 _ 287
 - 3) 정체성 발달 _ 297
- 4. 과제 5 진행 / 301
 - 1) 과제 시작 _ 301
 - 2) 청소년을 대화에 참여시키기 _ 302
 - 3) 문제의 소유권 결정 _ 302
 - 4) 부모가 정서 코칭 기술을 사용할 수 있도록 돕기 _ 303
- 5. 과제 5의 과정 / 307
 - 1) 대화의 포물선 _ 307
- 6. 다른 내용 영역 / 312
 - 1) 치료 과정에 새로운 사람 데려오기 _ 312
 - 2) 다른 정신건강 서비스 동원하기 _ 317



- 3) 애착 문제가 다시 등장할 때 그것에 대해 논의하기 _ 317
- 4) 가족이 치료 후 변화를 어떻게 유지할 것인가에 대해 논의하기 _ 317
- 5) 종결 논의하기 _ 318
- 7. 결론 / 319

제8장 사례 연구 321

- 1. 과제 1: 관계적 재정의 / 321
- 2. 과제 2: 청소년 동맹 / 329
- 3. 과제 3: 부모 동맹 / 333
- 4. 과제 2: 청소년 동맹(계속) / 337
- 5. 과제 3: 부모 동맹(계속) / 339
- 6. 과제 2: 청소년 동맹(계속) / 341
- 7. 과제 3: 부모 동맹(계속) / 342
- 8. 과제 4: 애착 회복 / 345
- 9. 과제 5: 자율성 증진 / 351
- 10. 결론 / 355

- ◎ 권장 도서 _ 357
- ◎ 참고문헌 _ 367
- ◎ 찾아보기 _ 389