

# What is Helpful: The Client's Perception of the Solution-Focused Brief Therapy Process by Level of Engagement

---

Andreea Mihaela Żak

Psychotherapeutic Office "Differently", Wadowice, Poland

Email: [andreea.mihalca@gmail.com](mailto:andreea.mihalca@gmail.com)

---

## Tytuł po polsku:

**Co jest pomocne? Postrzeganie przez klienta procesu terapii krótkoterminowej skoncentrowanej na rozwiązaniu według poziomu zaangażowania**

## Streszczenie

Bieżące badanie miało na celu eksplorację tego, jakie elementy procesu terapii krótkoterminowej skoncentrowanej na rozwiązaniu (SFBT) klienci postrzegają jako pomocne oraz w jaki sposób ich postrzeganie różni się w zależności od poziomu zaangażowania. Zbadano również replikację modelu SFBT z perspektywy klientów mieszkających poza ZSA. Badanie metodę mieszaną prowadzono w środowisku naturalistycznym w Polsce. Przeprowadzono wywiady z klientami ( $N = 346$ ; 74% kobiet) w wieku od 18 do 67 lat uczestniczącymi w psychoterapii w ramach prywatnej praktyki. Analiza tematyczna ujawniła jedenaście głównych tematów. Tematy specyficzne SFBT powielały oryginalny model, jednak pojawiła się bardziej uporządkowana organizacja podstawowych elementów w porównaniu do istniejących modeli. Elementy postrzegane jako pomocne istotnie różniły się w zależności od poziomu zaangażowania. Dwa zidentyfikowane ogólne tematy sugerują, że pozwolenie klientowi na wygadanie się podczas pracy nad świadomością i zrozumieniem jest niezbędnym środowiskiem, w którym odbywa się proces współtworzenia skoncentrowany na rozwiązaniu.

## Zalecane cytowanie

Żak, A. M. (2022). What is Helpful: The Client's Perception of the Solution-Focused Brief Therapy Process by Level of Engagement. *Journal of Solution Focused Practices*, 6(2), 5. <https://doi.org/10.59874/001c.75017>