

Obsah

Poděkování	9
Několik slov na začátek	10
Pár důležitých upozornění	13
Předmluva ke druhému vydání	15
KAPITOLA 1	
Obecné	16
1 Pozvání	16
2 Obsah „psychoterapeutické pokladnice“	17
3 Teoretické pozadí	18
4 Nenechte se zmást symptomy	20
5 Umění dotazování	21
5.1 Terapie začíná kladením otázek	22
5.2 Vlastnosti dobré otázky	22
5.3 Nejdůležitější typy otázek	24
5.4 Síla podmiňovacího způsobu	26
5.5 Mohu vás trochu provokovat? Zdvořilost nikdy neškodí!	26
5.6 Příklad k zasmání: Proč to smí? aneb Síla dotazování v sauně	26
5.7 Shrnutí: Kdy je otázka dobrou otázkou?	27
6 Volané číslo neexistuje aneb Umění navázat spojení	28
6.1 Raport a schopnost navázat spojení	28
6.2 Uspořádání	28
6.3 Kdy s kým a o čem hovoříme?	28
6.4 Řeč má několik účinných faktorů	28
6.5 Tělesný postoj	29
7 Pokud konáš dobro, konej ho pomalu, pokud konáš zlo, konej ho najednou	29
8 Kdy jsme vyčerpali své možnosti? aneb Jak včas projevit svoji velikost a předat klienta dále	30

KAPITOLA 2

Intervence	31
1 Úvod	31
2 Obecné intervence	32
1 Přímé intervence při rozhovoru	32
Hledání/aktivace zdrojů	32
Otázky na výjimky	34
Škálování	36
Přeznačkování	39
Cirkulární dotazování	41
Varianty	
a. Cirkulární výchova	43
b. Zázračná otázka	43
Externalizace	46
Provokování	48
Navození souhlasné nálady	50
Rituály	51
Narušení vzorce	54
2 Intervence na doma	55
Pozorovací úkoly	55
Předepisování symptomů (paradoxní intervence)	57
Předepisování změny	59
Detektiv změny	61
Předepisování toho, co již pacient dělá dobře	62
Předepisování neproblematického času nebo prostoru	64
Kalendář předpovědí	66
Domácí úkoly	68
Ať rozhodne los	71
Úkoly „jako kdyby“	73
Ukotvení pozitivní nálady	75
3 Speciální techniky	76
1 Přímé intervence při rozhovoru	76
Panenky a spol.	76
Společné malování a kreslení	77
a. Společné čmárání	77
b. Autoportrét (orientovaný na zdroje)	78
c. Obraz problému	80
d. Práce se jménem dítěte	81
e. Malování s dětmi a s rodinami	83
f. Komiksová terapie	86
Práce s životní linií	88
Terapeutické příběhy a pohádky	90
Čarování	92

2 Intervence na doma	95
Talismany, kameny odvahy a jiní pomocníci	95
Lapače snů a panenky proti starostem	97
Provázek proti strachu	99
Karty semaforu	100
Pravidlo měsíce	102
Osvědčení	103

KAPITOLA 3

Indikace aneb Co kdy nejlépe pomůže?	105
Agresivní chování	106
Autistické chování	108
Bolesti břicha	109
Bolesti hlavy a migréna	110
Cucání palce	112
Deprese	113
Kousání nehtů	114
Lhaní	115
Mutismus	116
Nedostatečný pocit vlastní hodnoty	118
Nutkání a tiky	119
Pokakávání	120
Pomočování	121
Porucha pozornosti a hyperaktivita (ADD/ADHD)	122
Poruchy příjmu potravy	124
Poruchy spánku	126
Smutek a odloučení	128
Sourozenecká rivalita	129
Školní problémy: nechuť ke škole, odmítání školy a školní fobie	130
Úzkostné poruchy, jako je strach ze školy, strach z odloučení nebo strach ze zkoušek	132
Závislost na médiích	134

KAPITOLA 4

Zdánlivě bezvýchodné aneb Zvládání obzvláště náročných situací	136
Výběr z literatury	141
O autorech	143