

|   |    |
|---|----|
| Předmluva k českému vydání.....                         | 7  |
| Úvod .....  | 11 |
| Cesta k zotavení.....                                   | 12 |
| Přehled procesu zotavení.....                           | 17 |
| Čtyři etapy zotavení.....                               | 20 |
| Fáze první — naděje .....                               | 22 |
| Zpochybňování tradičních přístupů.....                  | 23 |
| Přezkoumání „úspěšné“ léčby .....                       | 24 |
| Věřit v možné .....                                     | 25 |
| Vidět pozitivní obraz budoucnosti.....                  | 27 |
| Emocionálně se propojit .....                           | 29 |
| Fáze druhá — zplnomocnění.....                          | 31 |
| Vidět člověka, ne případ .....                          | 32 |
| Přehodnocení role lékaře.....                           | 33 |
| Uplatňování spolupráce při předepisování léků .....     | 34 |
| Poskytnutí smysluplných informací a možností volby..... | 35 |
| Učit se od porodnictví a onkologie .....                | 37 |
| Uvedení zplnomocnění do praxe.....                      | 39 |
| Nabízet respekt a upřímnost .....                       | 41 |
| Fáze třetí — odpovědnost za sebe sama.....              | 42 |
| Podpora rizika namísto eliminace stresu .....           | 43 |
| Zapojit, ale nenutit.....                               | 44 |
| Podpora vlastního rozhodování.....                      | 45 |
| Zkoušet to, ať připraveni, nebo ne.....                 | 46 |

|   |           |
|---|-----------|
| Uvědomit si své předsudky .....                     | 47        |
| Riskovat není snadné .....                          | 48        |
| Riskování vyžaduje vztahy .....                     | 50        |
| Brát ohled na druhé.....                            | 51        |
| <b>Fáze čtvrtá — smysluplná role v životě .....</b> | <b>53</b> |
| Hledání nových rolí.....                            | 53        |
| Práce.....  | 54        |
| Rostoucí očekávání.....                             | 55        |
| Láska a sex .....                                   | 56        |
| Rodina.....   | 57        |
| Návrat domů .....                                   | 58        |
| Děti.....   | 59        |
| Rozšiřování rodin a podpora.....                    | 60        |
| Spiritualita .....                                  | 61        |
| Putovat po cestě .....                              | 61        |
| Vytvoření duchovní atmosféry.....                   | 62        |
| <b>„Začni žít vlastní život“ .....</b>              | <b>63</b> |
| Odstraňování překážek .....                         | 64        |
| Ztratit život .....                                 | 65        |
| Významná role: patřit někam.....                    | 66        |
| Posun v rolích.....                                 | 67        |
| Budování komunity.....                              | 68        |
| <b>Šíření vize zotavení .....</b>                   | <b>70</b> |
| Podporovat zotavení ve vlastní práci .....          | 72        |
| Ovlivňování postojů.....                            | 73        |
| <b>Na závěr.....</b>                                | <b>75</b> |