

Obsah

| | |
|------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Úvod | 7 |
| Část první | |
| Základy | 15 |
| 1 Základní otázky o hodnotách | 16 |
| 2 Hodnotný život vyžaduje duševní pružnost | 42 |
| Část druhá | |
| Praktické použití | 73 |
| 3 Jak klienty nasměřovat k hodnotám | 74 |
| 4 Jako pes hledající lanýž: návod pro zkoumání hodnot | 104 |
| 5 Jak najít hodnoty v bolesti | 134 |
| 6 Zkoumání skrze činnost | 161 |
| 7 Když nepružnost staví hodnotám překážky | 187 |
| 8 Na kontextu záleží: kultura a hodnoty mimo rámec jednotlivce | 216 |
| 9 Jsme v tom spolu: vaše hodnoty terapeuta | 246 |
| | |
| Příloha A: Sebehodnoticí formulář pro terapii zaměřenou na hodnoty | 265 |
| Příloha B: Akční plán zaměřený na hodnoty | 267 |
| Poděkování | 269 |
| Literatura | 271 |