

Obsah

Předmluva	8
Úvod	10
Chyba 1 Nebýt s to rozpoznat vlastní terapeutické meze	13
I Jak selhat dokonce dříve, než s terapií začnete	16
Chyba 2 Nevěnovat se tomu, co klient od terapie očekává	17
Chyba 3 Neprozkoumat klientovu dosavadní zkušenost s psychoterapií	19
Chyba 4 Nevysvětlit očekávání terapeuta, která se týkají terapeutického procesu	21
Chyba 5 Nepřipravit klienta na emoce, které může terapie vyvolat	22
Chyba 6 Nepodpořit klientovo očekávání úspěchu	24
Chyba 7 Nechápat, jak naše předpoklady ovlivňují terapeutickou praxi	25
II Jak provést neúplné posouzení	28
Chyba 8 Ignorování klientovy „fáze změny“ či úrovně závazku	28
Chyba 9 Neposoudit psychickou reaktanci	32
Chyba 10 Málo využívat klinické diagnostické nástroje	34
Chyba 11 Nezpochybnit klientovu „chybnou diagnózu“ sebe samého	36
Chyba 12 Nezjišťovat možnost organické či somatické poruchy	38
Chyba 13 Ignorovat pacientovy zdroje	40
III Jak ignorovat vědu	42
Chyba 14 Nebrat ohled na data	43
Chyba 15 Věnovat se poslovi, a ne poselství	44
Chyba 16 Dosáhnout teoretického rigoru mortis	45

IV	Jak se vyhnout spolupráci s klientem	47
	Chyba 17 Stanovit cíle jednostranně	47
	Chyba 18 Nestanovit v prvních sezeních kooperativní cíle	49
	Chyba 19 Nezapojit klienta do stanovení témat sezení	51
V	Jak zničit vztah mezi terapeutem a klientem	53
	Chyba 20 Zdůrazňování techniky na úkor budování vztahu	54
	Chyba 21 Nevyjadřovat v dostatečné míře empatii a další projevy podpory	56
	Chyba 22 Věřit, že empatie a bezpodmínečné pozitivní přijetí znamená mít pacienta rád	58
	Chyba 23 Nezískávat od klienta zpětnou vazbu o terapeutickém spojení	60
	Chyba 24 Ignorování verbální a neverbální zpětné vazby od klienta	63
	Chyba 25 Defenzivní reakce na klientovu negativní zpětnou vazbu	64
VI	Jak chybně nastavit hranice mezi terapeutem a klientem	66
	Chyba 26 Nadměrná identifikace s pacientem	67
	Chyba 27 Umožnit nepřiměřenou míru fyzické intimity	68
	Chyba 28 Stanovení příliš rigidních hranic	71
	Chyba 29 Nepřiměřená míra sebeotevření terapeuta	72
	Chyba 30 Nenastavit hranice pro kontakty klienta a terapeuta mimo sezení	74
VII	Jak zařídit, aby pacienti neplnili zadané úkoly	76
	Chyba 31 Vytvořit domácí úkol jednostranně	77
	Chyba 32 Dostatečně klienta na „domácí úkol“ nepřipravit	79
	Chyba 33 Neposkytnout podporu pro zvládnutí úkolu	80
VIII	Jak špatné postoje ještě zhoršit	82
	Chyba 34 Nepřipravit klienta na změnu postoje	83
	Chyba 35 Spoléhat se na strategie pasivního učení	85
	Chyba 36 Nevěnovat se jádrovým přesvědčením klienta	86
	Chyba 37 Nevysvětlit, že postoje nejsou neměnné vlastnosti	88
IX	Jak nekonfrontovat klienty	90
	Chyba 38 Pasivně reagovat na klientovo neproduktivní chování	90
	Chyba 39 Reagovat agresivně nebo necitlivě	92

X	Jak zařídit, aby klienti odmítali medikaci	94
	Chyba 40 Nepřipravit klienty na možnost medikace předem	95
	Chyba 41 Nepřipravit se na klientovy námitky, starosti a odpor k medikaci	95
XI	Jak neukončit terapii	98
	Chyba 42 Nehovořit o ukončení na počátku terapie	98
	Chyba 43 Nedodržovat při ukončování terapie správné postupy	100
	Chyba 44 Zaměňovat ukončení a opuštění	102
	Chyba 45 Nebýt připraven vypořádat se s mýtem o časově omezené terapii	104
XII	Jak dosáhnout vyhoření terapeuta	106
	Chyba 46 Nesledovat vlastní pohodu	107
	Chyba 47 Nenajít rovnováhu mezi prací a volným časem	108
	Chyba 48 Ignorování „komfortní zóny“ prostředí	109
	Chyba 49 Nadměrná specializace	110
XIII	Slovo závěrem: síla lidské nezdolnosti (resilience)	112
	Chyba 50 Podceňování síly lidské nezdolnosti (resilience)	112
	Příloha A Sebeuposuzující dotazník terapeuta (Therapist Self-Assessment Questionnaire)	115
	Příloha B Diagnostické nástroje: účinnost terapie	117
	Příloha C Diagnostické nástroje: klinické otázky	133
	Doporučená literatura	135
	Literatura	139