

OBSAH

ÚVOD.....	5
1. SÍLA PSÁT VLASTNÍ PŘÍBĚH	7
2. ÚŽASNOST IDENTITY	18
2.1 IDENTITA.....	20
2.2 PRAVÁ KRÁSA BÝT JEDINEČNÝ.....	21
3. PŘÍBĚH JAKO ODEZVA, AKČNÍ PŘÍBĚH ZALOŽENÝ NA HODNOTÁCH	26
3.1 PŘÍBĚH NADĚJE	28
3.1.1 Naslouchání	29
3.1.2 Transformované a transformativní naslouchání	31
3.1.3 Dvojité naslouchání.....	33
3.1.4 „Absent but implicit“ (nepřítomné, ale obsažené)	33
3.2 NADĚJE A IDENTITA.....	34
3.2.1 Fokusevané naslouchání	35
3.3 PŘÍBĚH O PROBLÉMU.....	38
4. ČLOVĚK JE ČLOVĚK A PROBLÉM JE PROBLÉM	41
4.1 EXTERNALIZACE	44
4.2 OTÁZKY.....	45
4.2.1 Malé a blízké otázky	45
4.2.2 Externalizační otázky	46
4.2.3 Hypotetické a metaforické otázky	46
4.2.4 Rozbalovací otázky	50
4.2.5 Žádost o svolení	50
4.2.6 Špatné otázky	51
4.3 POJMENOVÁNÍ PROBLÉMU	51
4.4 HITEC	52
4.5 GLIMMER – JISKŘIVÝ OKAMŽIK.....	54
5. JAK SE PROBLÉMY MASKUJÍ A ČEHO VYUŽÍVAJÍ, ABY OVLÁDLY ČI ZMÁTLY IDENTITU.....	59
5.1 JAK TO PROBLÉMY DĚLAJÍ, ŽE SE MASKUJÍ JAKO DOVEDNOSTI A VLASTNOSTI	61
5.2 DISKURZ.....	63
5.3 KRUTÝ HLAS	72
5.3.1 Odkud se berou kruté hlasy	73
5.3.2 Jak poznat krutý hlas.....	73
5.3.3 Co napovídá o přítomnosti hlasů.....	74
5.3.4 Jakým krutým hlasům lidé čelí	75
5.3.5 Jak pracovat proti ovládajícím krutým hlasům	75

6. JAK PŘESTAT PSÁT PŘÍBĚH BOLESTI A ZAČÍT PSÁT PŘÍBĚH NADĚJE.	82
6.1 JAK TERAPEUTICKY PRACOVAT S BOLESTÍ	85
6.2 O ČEM JE PREFEROVANÝ PŘÍBĚH – PŘÍBĚH VÝZNAMU	90
6.2.1 Otázky na rozšíření zkušenosti preferovaného příběhu	94
6.3 SMYSLUPLNÝ ALTERNATIVNÍ PŘÍBĚH – MOST	95
7. JAK POVZBUDIT A PODPOŘIT SÁM SEBE	97
7.1 VYTVÁŘENÍ PREFEROVANÉHO PŘÍBĚHU	98
7.2 LEŠENÍ	103
7.3 RE-MEMBERIG – NOVÁ ČLENSTVÍ – VZTAHY – IDENTITA.	108
7.4 KLUB ŽIVOTA	109
7.4.1 Rozšířené členství.	113
7.4.2 Komplikované členství.	113
7.4.3 Antičlenství	115
8. ŽÍT ŽIVOT S PREFEROVANÝM PŘÍBĚHEM	117
 POUŽITÁ LITERATURA A ZDROJE:	 133

PŘÍBĚHY

PŘÍBĚH O NAVRÁCENÉM AUTORSTVÍ.	12
PŘÍBĚH O VELKÉ SÍLE.	13
PŘÍBĚH O JEDINEČNOSTI.	23
PŘÍBĚH O PANÍ S KONĚM	29
PŘÍBĚH O NADĚJI.	36
PŘÍBĚH O PROBLÉMU	39
PŘÍBĚH O UKRADENÉ IDENTITĚ	43
PŘÍBĚH O DĚVČÁTKU Z DŽUNGLE	47
PŘÍBĚH O JISKŘIVÉM MOMENTU.	56
PŘÍBĚH O DISKURZU.	65
DRUHÝ PŘÍBĚH O DISKURZU A KRUTÉM HLASU.	67
PŘÍBĚH O ODHALENÍ KRUTÉHO HLASU	77
PŘÍBĚH O OSLABENÍ VLIVU KRUTÉHO HLASU	79
PŘÍBĚH O NEVYSVĚTLITELNÉ BOLESTI	86
PŘÍBĚH, KTERÝ MĚ VYUČIL	92
PŘÍBĚH O NADĚJI V MLZE.	99
PŘÍBĚH O DIVNÉM ZMETKU, KTERÝ SE NEMĚL NARODIT	104
PŘÍBĚH O IMAGINÁRNÍM KAMARÁDOVI	110
DLOUHÝ PŘÍBĚH K PREFEROVANÉ IDENTITĚ	122