

GOOD-LIVES MODEL: ZASLOUŽÍ SI VĚZNI DOBRÝ ŽIVOT?	13
TERAPIE NÁSILÍ VE VĚZENÍ	15
EVALUACE PILOTNÍHO PRŮBĚHU GLM	23
PROPOUŠTĚNÍ Z VÝKONU TRESTU	43
GOOD-LIVES MODEL JAKO PŘÍLEŽITOST PRO INOVATIVNÍ PŘÍSTUPY V ČESKÉM VĚZEŇSTVÍ	59
OPERAČNÍ MANUÁL	63
1. SEZENÍ: PŘEDSTAVENÍ GLM (G 01)	65
PL 1: POPIS PROGRAMU GLM	66
PL 2: AUTOBIOGRAFIE	68
2. SEZENÍ: SEBEÚCTA (G 02)	72
PL 3: SEBEÚCTA	74
PL 4: AKTIVITY PRO DOBROU NÁLADU A ZLEPŠENÍ SEBEÚCTY	75
3. SEZENÍ: OSOBNÍ ŽIVOTNÍ VZORCE A ŽIVOTNÍ CÍLE (G 03)	76
PL 5: MODEL DOBRÉHO ŽIVOTA	77
PL 6: POPIS ŽIVOTNÍCH CÍLŮ	78
PL 7: VYJASNĚNÍ ŽIVOTNÍCH CÍLŮ	80
4. SEZENÍ: PROBLÉMY PŘI DOSAHOVÁNÍ CÍLŮ	81
5. SEZENÍ: ŽIVOTNÍ KOMPAS	82
PL 8: ŽIVOTNÍ KOMPAS	84
6.-13. SEZENÍ: OSOBNÍ ŽIVOTNÍ VZORCE A ŽIVOTNÍ CÍLE	85
14.-15. SEZENÍ: FAKTORY POZADÍ TRESTNÝCH ČINŮ (G 04)	86
PL 9A: PÍSEMNÝ POPIS FAKTORŮ POZADÍ TRESTNÝCH ČINŮ	88
PL 9B: PÍSEMNÝ POPIS FAKTORŮ POZADÍ TRESTNÝCH ČINŮ	89
16.-21. SEZENÍ: FAKTORY POZADÍ TRESTNÝCH ČINŮ – PREZENTACE	90
ZVLÁDÁNÍ A EMOČNÍ SEBEREGULACE (G 05)	91
22. SEZENÍ: POCITY A SEBEREGULACE (G 05)	92
PL 10: ROZHOVOR VE DVOJICI	93
23. SEZENÍ: EMOCE A EMOČNÍ REGULACE, RESP. SEBEREGULACE	94
PL 11: EMOCE A EMOČNÍ SEBEREGULACE	96
PL 12: DŮM	97
PL 13: VLASTNÍ PŘÍKLADY STRATEGIÍ ZVLÁDÁNÍ	98
PL 14: ZVLÁDÁNÍ SITUACÍ	99
24. SEZENÍ: POZITIVNÍ A NEGATIVNÍ STRATEGIE ZVLÁDÁNÍ	100
25. SEZENÍ: OSOBNÍ PROBLÉMY A STRATEGIE ZVLÁDÁNÍ	102
26.-28. SEZENÍ: POZITIVNÍ STRATEGIE ZVLÁDÁNÍ	103

29. SEZENÍ: KRÁTKODOBÉ STRATEGIE EMOČNÍ SEBEREGULACE	104
PL 15: POZITIVNÍ ODVRÁCENÍ.....	106
PL 16: VLASTNÍ POZITIVNÍ ODVRÁCENÍ	107
PL 17: POTLAČOVÁNÍ:.....	108
30.–31. SEZENÍ: POZITIVNÍ ODVRÁCENÍ	109
32. SEZENÍ: TECHNIKY BDĚLÉ POZORNOSTI	110
PL 18: STRATEGIE BDĚLÉ POZORNOSTI.....	113
PL 19: NÁSTRAHY A ŘEŠENÍ.....	118
PL 20: ŠEST KROKŮ K ÚČINNÉMU ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ	119
33. SEZENÍ: ZVLÁDÁNÍ AGRESE (G 06)	120
PL 21: CO MI PŘINÁŠÍ HNĚV? POZITIVA A NEGATIVA.....	123
PL 22: CO SE DĚJE, KDYŽ SE ROZČÍLÍM?	124
34. SEZENÍ: KDY SE Z HNĚVU STÁVÁ PROBLÉM?.....	126
35. SEZENÍ: VNITŘNÍ A VNĚJŠÍ FAKTORY HNĚVU	127
PL 23: CO OVLIVŇUJE HNĚV? VNĚJŠÍ FAKTORY	128
PL 24: CO OVLIVŇUJE HNĚV? VNITŘNÍ FAKTORY.....	129
36. SEZENÍ: VNÍMÁNÍ HNĚVU A ZACHÁZENÍ S HNĚVEM	131
37. SEZENÍ: JAK ZACHÁZÍME S HNĚVEM.....	133
PL 25: VNÍMÁNÍ HNĚVU.....	135
38. SEZENÍ: NÁCVIK ZVLÁDÁNÍ HNĚVU – MODEL ABC	136
PL 26: ZVLÁDÁNÍ HNĚVU	139
39. SEZENÍ: MODEL ABC A AGRESE.....	140
PL 27: HRANÍ ROLÍ PETR A ANNA.....	142
PL 28: HRANÍ ROLÍ PETR A ANNA.....	143
PL 29: DENÍK HNĚVU.....	144
40. SEZENÍ: ODDECHOVÝ ČAS.....	145
PL 30: ODDECHOVÝ ČAS.....	146
41. SEZENÍ: DOMÝŠLENÍ DŮSLEDKŮ.....	147
PL 31: NAUČENÉ VZORCE REAKCÍ NA HNĚV	148
PL 32: KRÁTKODOBÉ A DLOUHODOBÉ DŮSLEDKY.....	150
42. SEZENÍ: DENÍK HNĚVU, ŘETĚZEC CHOVÁNÍ, NAUČENÉ VZORCE.....	151
43. SEZENÍ: ZACHÁZENÍ S HNĚVEM	154
PL 33: PŘEDCHÁZENÍ HNĚVU	156
PL 34: ZACHÁZENÍ S HNĚVEM.....	157
PL 35: ZACHÁZENÍ S PODRÁŽDĚNÍM.....	158
PL 36: POHLED ZPĚT A VYHODNOCENÍ TĚŽKÝCH SITUACÍ.....	159
44. SEZENÍ: ROLE ALKOHOLU A JINÝCH DROG V SOUVISLOSTI S NÁSILÍM	160

45. SEZENÍ: ZPŮSOBY OSPRAVEDLŇOVÁNÍ	161
PL 37: OSPRAVEDLŇOVÁNÍ 1	166
PL 38: OSPRAVEDLŇOVÁNÍ 2	167
PL 39: PROCES NÁVRATU K NÁSILÍ	168
46. SEZENÍ: NEKRIMINÁLNÍ MYŠLENÍ (G 07)	170
PL 40: KOGNITIVNÍ ZKRESLENÍ	173
PL 41: MÉ VZORCE MYŠLENÍ 1	175
47. SEZENÍ: POZICE OBĚTI, KRIMINÁLNÍ ČEST A KRITIKA SYSTÉMU	176
PL 42: POZICE OBĚTI, KRIMINÁLNÍ ČEST A KRITIKA SYSTÉMU	178
PL 43: MÉ VZORCE MYŠLENÍ 2	180
48. SEZENÍ: ZPRACOVÁNÍ VZORCŮ MYŠLENÍ	181
PL 44: VZORCE MYŠLENÍ	183
49. SEZENÍ: NOVÉ VZORCE MYŠLENÍ	184
50. SEZENÍ: VZTAHY (G 08)	185
51. SEZENÍ: MÝTY O VZTAZÍCH, NEDŮVĚŘIVOST, ŽÁRLIVOST, DŮVĚRA	187
52. SEZENÍ: VZTAHY – INTIMITA A OČEKÁVÁNÍ VE VZTAZÍCH	191
PL 45: INTIMITA A SEBEPOZNÁNÍ	195
53. SEZENÍ: VZTAHY – STYLY ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ, HRANICE, STYLY VZTAHŮ	196
PL 46: STYLY VZTAHŮ	198
54. SEZENÍ: VZTAHY – SAMOTA, ODMÍTNUTÍ, ROLE MUŽE A ŽENY	199
PL 47: ZVLÁDÁNÍ SAMOTY (BURNS, 1985)	203
PL 48: VYPOŘÁDAT SE S ODMÍTNUTÍM	204
PL 49: PLÁN INTIMITY	205
55. SEZENÍ: PODPORA EMPATIE A SOUCITU (G 09)	206
56. SEZENÍ: EMPATIE A SOUCIT, VDĚČNOST	209
PL 50: EMPATIE A SOUCIT	212
PL 51: DOMÁCÍ ÚKOL – OSOBNÍ PŘÍKLADY EMPATIE A SOUCITU	213
57. SEZENÍ: OSOBNÍ PŘÍKLADY EMPATIE A SOUCITU	214
PL 52: MÉ OSOBNÍ PŘEKÁŽKY EMPATIE A SOUCITU	215
58. SEZENÍ: OBĚŤ	216
59. SEZENÍ: DEFINICE A FÁZE TRAUMATU	217
PL 53: POJMY A DEFINICE	219
PL 54: STÁDIA TRAUMATU	220
60. SEZENÍ: PŘÍPADOVÉ STUDIE – TÉMA PERSPEKTIVY OBĚTÍ	221
PL 55: PŘÍPADOVÁ STUDIE 1	222
PL 56: PŘÍPADOVÁ STUDIE 1 – VÝPOVĚDI OBĚTI	223

61. SEZENÍ: PŘÍPADOVÁ STUDIE 2 – VLOUPÁNÍ A KRÁDEŽ.....	224
PL 57: PŘÍPADOVÁ STUDIE 2	225
PL 58: PŘÍPADOVÁ STUDIE 2 – VÝPOVĚDI OBĚTI	226
62. SEZENÍ: PŘÍPADOVÉ STUDIE – UBLÍŽENÍ NA ZDRAVÍ.....	227
PL 59: PŘÍPADOVÁ STUDIE 3	228
PL 60: PŘÍPADOVÁ STUDIE 3 – VÝPOVĚDI OBĚTI	229
PL 61: PŘÍPADOVÁ STUDIE 4	231
PL 62: PŘÍPADOVÁ STUDIE 4 – VÝPOVĚDI OBĚTI	232
PL 63: POHLED NA OBĚŤ MÉHO ČINU	233
PL 64: DŮSLEDKY TRESTNÝCH ČINŮ 1	234
63. SEZENÍ: DŮSLEDKY TRESTNÉ ČINNOSTI.....	237
PL 65: DŮSLEDKY TRESTNÝCH ČINŮ 2	238
64. SEZENÍ: DŮSLEDKY TRESTNÉ ČINNOSTI – POKRAČOVÁNÍ.....	239
65. SEZENÍ: DOPISY OBĚTI	240
66. SEZENÍ: PREZENTACE DOPISŮ OBĚTEM	242
67.–72. SEZENÍ: PREZENTACE DOPISŮ OBĚTEM A OD OBĚTÍ.....	243
PL 66: OHLÉDNUTÍ ZA TRESTNOU ČINNOSTÍ A RIZIKOVÉ FAKTORY	244
73. SEZENÍ: OHLÉDNUTÍ ZA TRESTNOU ČINNOSTÍ A RIZIKOVÉ FAKTORY (G 10)	245
PL 67: PETR – CVIČENÍ	246
PL 68: RIZIKOVÉ FAKTORY.....	248
74. SEZENÍ: ZRM – CURYŠSKÝ MODEL ZDROJŮ	250
PL 69: PLAKÁT MÉ MINULÉ JÁ.....	253
75.–78. SEZENÍ: PREZENTACE MINULÉHO JÁ	254
PL 70: TOUHA PO ZMĚNĚ	255
79. SEZENÍ: NÁCVIK SOMATICKÝCH MARKERŮ.....	256
PL 71: MŮJ OBRAZOVÝ POCIT.....	258
80. SEZENÍ: PSYCHODRAMA: PŘIBLÍŽENÍ MÍSTO ZABRÁNĚNÍ.....	259
PL 72: CÍLE PŘIBLÍŽENÍ A CÍLE ZABRÁNĚNÍ	260
PL 73: PŘEMĚNA CÍLŮ ZABRÁNĚNÍ NA CÍLE PŘIBLÍŽENÍ.....	262
81. SEZENÍ: LOUČENÍ S MINULÝM JÁ	263
PL 74: MŮJ OBRAZOVÝ POCIT.....	264
82. SEZENÍ: MÉ BUDOUCÍ JÁ: IDENTIFIKACE POZITIVNÍCH ZMĚN	265
PL 75: IDENTIFIKACE POZITIVNÍCH ZMĚN	266
PL 76: SLOŽKA MÉHO BUDOUCÍHO JÁ	270
83. SEZENÍ: PŘÍPRAVA NA SESTAVENÍ BUDOUCÍHO JÁ	271
PL 77: DVA SYSTÉMY ZPRACOVÁVÁNÍ INFORMACÍ.....	274
PL 78: HODNOCENÍ AFEKTU	275

84. SEZENÍ: REVIZE ŽIVOTNÍHO KOMPASU (G 11)	277
PL 79: NOVÝ ŽIVOTNÍ KOMPAS	278
85. SEZENÍ: HODNOCENÍ AFEKTU	280
PL 80: HODNOCENÍ AFEKTU	281
86.–92. SEZENÍ: PREZENTACE PLAKÁTU BUDOUCÍHO JÁ	282
93. SEZENÍ: PROCES PŘEKROČENÍ RUBIKONU	283
94. SEZENÍ: PLÁN SEBEŘÍZENÍ (G12)	284
PL 81: PŘÍKLAD PLÁNU SEBEŘÍZENÍ	286
PL 82: JAKEŮV PLÁN SEBEŘÍZENÍ	288
95. SEZENÍ: 2. ČÁST FILMU	289
96.–97. SEZENÍ: MŮJ PLÁN SEBEŘÍZENÍ	290
PL 83: MŮJ PLÁN SEBEŘÍZENÍ	291
PL 84: SCÉNÁŘ RIZIKOVÉ SITUACE:	295
98.–103. SEZENÍ: HRANÍ ROLÍ PODLE SCÉNÁŘŮ	296
04. SEZENÍ: DVA SYSTÉMY ZPRACOVÁVÁNÍ INFORMACÍ	299
PL 85: MŮJ OBRAZOVÝ POCIT	301
PL 86: KOŠÍK NÁPADŮ K MÉMU OBRÁZKU	303
05. SEZENÍ: KOŠÍK NÁPADŮ K OBRÁZKU	304
PL 87: VYSVĚTLENÍ MÉHO TÉMATU ROZUMEM A NEVĚDOMÍM	305
PL 88: VYHODNOCENÍ MÉHO KOŠÍKU NÁPADŮ	308
06. SEZENÍ: VYTVOŘENÍ CÍLE	309
PL 89: PŘEDLOHA PRO NÁPADY K NOVÉMU ŽIVOTNÍMU MOTTU	312
PL 90: VYHODNOCENÍ MÉHO KOŠÍKU NÁPADŮ K NOVÉMU ŽIVOTNÍMU MOTTU	313
PL 91: VYLEPŠENÍ MÉHO NOVÉHO ŽIVOTNÍHO MOTTA KRITÉRII	316
PL 92: SYSTEMATICKÉ VYLEPŠENÍ NOVÉHO ŽIVOTNÍHO MOTTA	317
07. SEZENÍ: NOVÁ MOTTA A OBRÁZKY	318
PL 93: MÉ NOVÉ ŽIVOTNÍ MOTTO V DNEŠNÍM POJETÍ	319
08. SEZENÍ: ZÁSOBNÍK ZDROJŮ	320
PL 94: MŮJ OSOBNÍ ZÁSOBNÍK ZDROJŮ	321
PL 95: POSÍLENÍ NEURONOVÉ SÍTĚ – UPOMÍNACÍ PŘEDMĚTY	325
09. SEZENÍ: EMBODIMENT	327
PL 96: MOJE MAKROVERZE ZTĚLESNĚNÍ	331
PL 97: MOJE MAKROVERZE EMBODIMENTU (ZTĚLESNĚNÍ)	333
10. SEZENÍ: MIKROPOHYB	335
11. SEZENÍ: ZVLÁDÁNÍ SITUACÍ A, FAZOLE	337
PL 98: MŮJ ZÁSOBNÍK ÚSPĚCHŮ PRO SITUACE A	339

112. SEZENÍ: ZVLÁDÁNÍ SITUACÍ B	340
PL 99: PĚT PLÁNOVATELNÝCH SITUACÍ B, VE KTERÝCH CHCI UPLATNIT SVÉ ZDROJE	343
PL 100: JEDNA PLÁNOVATELNÁ SITUACE B, VE KTERÉ CHCI CÍLENĚ UPLATNIT SVÉ ZDROJE	344
PL 101: ZAJIŠTĚNÍ TRANSFERU DO VŠEDNÍHO DNE.....	345
PL 102: MŮJ MIKROPOHYB PRO SITUACI B	346
113. SEZENÍ: KDYŽ - TAK	347
PL 103: PLÁN KDYŽ – TAK: PŘÍPRAVA ČÁSTI KDYŽ	349
PL 104: MŮJ PLÁN KDYŽ – TAK	350
114. SEZENÍ: HRANÍ ROLÍ	351
115.–118. SEZENÍ: HRANÍ ROLÍ	354
PL 105: MŮJ DOSAVADNÍ PROCES V NÁCVIKU.....	355
119. SEZENÍ: SITUACE C	356
PL 106: DENÍK ZE SITUACÍ C.....	361
PL 107: JAK UDĚLAT ZE SITUACÍ C SITUACE B:ANALÝZA MÝCH SITUACÍ C	362
PL 108: MOJE HLAVNÍ PŘEKÁŽKA	363
PL 109: ZÁZRAČNÝ KRUH	364
PL 110: MOŽNÉ NÁSTRAHY	365
120. SEZENÍ: SCÉNÁŘE	366
PL 111: PAN X.....	367
PL 112: PAN Y.....	368
PL 113: PAN Z.....	369
PL 114: SCÉNÁŘE A STRATEGIE.....	370
121. SEZENÍ: STRATEGIE BUDOUCÍHO JÁ + DÁRKY	371
122. SEZENÍ: SLAVNOSTNÍ UKONČENÍ	372
OBRAZOVÁ PŘÍLOHA	373