

# OBSAH

## 11 PŘEDMLUVA

CESTA DOVNITŘ A CESTA VEN

## 16 PRVNÍ ČÁST

CESTA DOVNITŘ: CESTA POROZUMĚNÍ

### 17 CHCI ZŮSTAT DÍTĚTEM! — PŘÍBĚH MARTINKY O STRACHU Z DOSPÍVÁNÍ A DOSPĚLOSTI

- 17 Jídlo nepřítel
- 24 Moře slz
- 28 Máma dcerou a dcera mámou
- 33 Pohled terapeuta

### 37 JOHANA S DLOUHEJMA NOHAMA — PŘÍBĚH EMIČKY O NEVINNÝCH ZRANĚNÍCH, KTERÁ VEDOU K DĚTSKÉMU TRAUMATU

- 38 Neviditelnej pavouk
- 47 Utopená holčička
- 52 Pořád ji nepřijímám, tu tlustou holku
- 60 Pohled terapeuta

### 63 PŘESYCENÁ JÍDLEM, HLADOVÁ CITEM — PŘÍBĚH MADLY O ALKOHOLISMU A RODINNÉM NÁSILÍ

- 64 Krabička v pařátech
- 71 Otesánek a sedmero havranů
- 78 Pohled terapeuta

- 81 UKRADENÉ DĚTSTVÍ — PŘÍBĚH LAŽKY**  
O KOMPLEXNÍ TRAUMATIZACI V PODOBĚ FYZICKÉHO,  
PSYCHICKÉHO A SEXUÁLNÍHO NÁSILÍ
- 82 Nesmíš se toho ani dotknout!  
90 Každý malý krůček k nezvracení!  
96 To jediné jsem kontrolovala!  
101 Zasukovaný vztek  
109 Pohled terapeuta
- 113 NIKDY SE NEZASTAVÍM — PŘÍBĚH JENÍČKA**  
O TRANSGENERAČNÍM PŘENOSU HRŮZY  
Z NEZDRAVÉHO JÍDLA A TLOUŠTKY
- 114 Ptáčátko s anorexií v batohu  
119 Zdravá láska  
131 Pohled terapeuta
- 135 NEBEJT ROZBŘEDLÁ BEČKA — PŘÍBĚH NIKY**  
O NEPOVŠIMNUTÉ BYTOSTI
- 136 Meluzína  
145 Nechci bejt máma  
152 Pohled terapeuta
- 155 KŘEHKOST DŮVĚRY KE SMYSLU — PŘÍBĚH ERLY**  
O HLADU PO LÁSCE A SMYSLU EXISTENCE
- 157 Perla  
164 Rozevřená huřa plná ostrých zubů  
171 Zlaté rybky, řekněte mi, proč tu být?  
187 Pohled terapeuta
- 189 GOLEM — PŘÍBĚH DINY O BYTOSTI NA HRANĚ SMRTI**
- 190 Vztek, co požírá chuť žít  
196 Ha-Šem  
200 Hranice přežití  
208 Macocha  
214 Jedovaté houby  
223 Pohled terapeuta

**227 TYRAN — PŘÍBĚH KEFY**  
O HOLČIČCE S TRAUMATICKOU VZTAHOVOU VAZBOU

228 Divoké prase  
238 Tyran v hlavě  
249 Pohled terapeuta

## **254 DRUHÁ ČÁST**

CESTA VEN: CESTA UZDRAVENÍ

255 Probouzení těla a duše k přijetí života  
256 Hledání motivace k uzdravení léčivým dialogem a činy

**261 LÉČBA TĚLA:** Navrátit tělu svobodu být, kým je

261 První kroky  
262 Nedostatky hospitalizace a zdravotnické péče  
264 Léčivé kroky v hospitalizaci  
268 Pulzování života a obnova schopnosti jíst  
271 Ambulantní léčba v domácím prostředí

**277 LÉČBA DUŠE:** Naučit duši přijetí života

277 Trhliny v klientově příběhu a léčivá moc porozumění  
279 Hledání a posilování zdravé části klienta  
281 Porozumění vztahu s Bytostí a obnova zdravé vztahovosti  
284 Objektivizace těla a obnova zdravého vztahu k tělu  
286 Práce s emocionalitou jako cesta k oslabení Bytosti  
287 Bytost jako projekce a úložiště agrese  
291 Hrůza z jídla a přibírání jako zhmotnění strachu  
z pulzace života  
294 Práce s prázdnotou, ztrátou smyslu a existenciální krizí  
297 Závislost na Bytosti a posilování abstinence  
302 Přerušování vtíravých myšlenek a činů  
304 Vzdání se pocitu výjimečnosti, narušení černobílého vnímání  
a bludu dokonalosti  
307 Práce s rodinou jako místem zrodu Bytosti

**313 DOSLOV (Hana Vojtová)**