

Obsah

Úvod	9
1 Vývoj teorií v přístupu zaměřeném na řešení	13
1.1 Posun k teorii o procesech změny	15
1.2 Techniky	16
1.3 Mapa konverzace zaměřené na řešení (BFTC model)	17
1.4 Zjednodušená mapa konverzace zaměřené na řešení (BRIEF model)	19
1.5 Principy SFBT	22
2 Principy přístupu zaměřeného na řešení	33
2.1 Rozvíjení řešení (R)	34
2.2 Efektivita (E)	34
2.3 Spolupráce/spoluvytváření (S)	35
2.4 Expertnost na proces (E)	35
2.5 Nevyhnutelnost změn (N)	36
2.6 Individuální přístup (I)	36
2.7 Shrnutí principů SFBT	36
3 „Šířka“ a „hloubka“ v procesu pěstování řešení	41
3.1 Od „řešení problému“ k „pěstování řešení“	42
3.2 „Úzké“ a „široké“ způsoby pěstování řešení	44
Přechody mezi „úzkými“ a „širokými“ způsoby pěstování řešení	51
3.3 Otázka „hloubky“ v pěstování řešení	54
Některé problematické představy spojované s „hloubkou“ v psychoterapii	55

	Návyky jako cirkulární vzorce	60
	Systémy, fluktuace a samoorganizace	61
4	Základní nástroje přístupu zaměřeného na řešení v akci	73
4.1	Společný projekt a zázračná otázka	74
4.2	Škála	80
4.3	Výjimky	87
4.4	Závěrečná intervence	94
4.5	Utilizace zdroje	98
5	Skupinová terapie zaměřená na řešení	103
5.1	Skupinová dynamika, skupinová kybernetika a skupinové procesy	104
5.2	Skupinové procesy ve skupinové terapii zaměřené na řešení	107
5.3	Účinné faktory a přínosy terapeutické skupiny zaměřené na řešení	111
5.4	Vybrané prvky skupinové terapie zaměřené na řešení	113
	Pravidla	113
	Práce s „tady a teď“	116
5.5	Využití podpůrných skupin	123
6	Supervizní souhvězdí: Model supervize zaměřené na řešení	127
6.1	Supervize jako profese	127
6.2	Druhy supervize	129
6.3	Přístupy k supervizi	132
6.4	Supervize zaměřená na řešení	133
6.5	Metody a techniky supervize zaměřené na řešení	134
	Postupy zaměřené na preferovanou budoucnost	134
	Postupy zaměřené na zdroje	136
	Postupy zaměřené na iniciaci změny	139
6.6	Model „supervizního souhvězdí“	140

7	„Koláč inspirace“ – model pro generování nových možností na základě využití expertnosti na proces pracovníka spojené s expertností na obsah klienta, pracovníka, dalších zainteresovaných osob a s jinými dostupnými zdroji vědění	147
7.1	Od postoje „ne-vědění“ ke konstruktivní zvědavosti	148
7.2	Pozice pracovníka a jeho vědění	149
7.3	„Koláč inspirace“	153
8	„Pátý sjezd“ – model poradenského rozhovoru zaměřeného na řešení podporujícího „zmocňování“ klientů	163
8.1	„Zmocnění“, „participace“ a „moc“ v poradenství a terapii	164
8.2	„Pomoc“, „kontrola“ a „participace“	166
8.3	„Sjezd na pátém výjezdu“ – mapa poradenského rozhovoru zaměřeného na řešení	171
	Fáze 1: Příprava a úvod setkání	171
	Fáze 2: Klientovo téma/problém	173
	Fáze 3: Přání klienta a dojednávání zakázky	175
	Fáze 4: Zdroje klienta	176
	Fáze 5: Návrhy klienta na řešení	177
9	Meditační postupy zaměřené na řešení	183
9.1	Kontemplativní praxe, všímavost (mindfulness) a meditace v psychoterapii	184
9.2	Využití meditačních technik v SFBT	194
9.3	Obecný postup využití meditačních postupů v SFBT	195
	a) Směřování	196
	b) Zdroje	196
	c) Meditace na sezení	197
	d) Meditace mezi sezeními	200
9.4	Praxe	200

10	Facilitace zaměřená na řešení	209
10.1	Co je facilitace?	211
10.2	Facilitace zaměřená na řešení	213
	Model Dalet jako procesní mapa facilitace zaměřené na řešení	214
	PITHA – model fází procesu facilitace zaměřené na řešení	215
10.3	Techniky facilitace zaměřené na řešení	218
	Zdrženlivost	218
	Shrnutí a parafráze	218
	Konstruktivní otázky	220
	Procesní návrhy	220
	Komentáře	221
	„Bumerang“	221
10.4	Obtížné situace při facilitaci a jejich zvládání	222
11	Přístup zaměřený na řešení optikou diskurzivních a konverzačních analýz	227
11.1	Diskurzivní a konverzační analýzy	228
11.2	Příklady konverzačních a diskurzivních analýz ve výzkumu terapie zaměřené na řešení	231
	Formulace v psychoterapii a poradenství	232
	Agenda terapeuta	235
	Proces změny v psychoterapii	238
	Širší diskurz v psychoterapii	239
12	Závěrem	247
	Abstrakt	249
	Abstract	250