

Obsah učebnice Práce s lidmi:

BOBEK, M., PENIŠKA, P. *Práce s lidmi: Učebnice poradenství, koučování, terapie a socioterapie pro pomáhající profese*. Brno: NC Publishing, 2008. 286 s. ISBN 978-80-903858-2-5.

Anotace a představení knihy z pera autorů:

Tato knížka vznikla jako učebnice k tříletému socioterapeutickému výcviku, který autoři vedli pro sociální pracovníky neziskových organizací. Zároveň byla koncipována tak, aby její části mohly posloužit i jako jeden z podkladů pro výuku aplikované filozofie, poradenské psychologie a koučování.

Publikace je určena jak začínajícím, tak i zkušenějším koučům, sociálním pracovníkům a pracovníkům v sociálních službách. Pokud vám dokáže posloužit jako praktická příručka, ve které vždy naleznete nabídku alespoň několika variant postupů a metod, jak se dá v konkrétní situaci pomoci člověku (od podpůrných až po ty více direktivní), a některé z nich vám dokonce budou připadat použitelné i ve vašem případě, pak splnila svůj účel.

Doufáme však, že prostudování knihy bude přínosné i pro ostatní pomáhající profese – pečovatele, psychology, terapeuty, interní kouče, učitele, lektory, poradce, pastorační pracovníky, manažery i studenty v těchto oborech. A možná i pro nás ostatní - obyčejné laiky - kteří občas potřebujeme nalézt inspiraci, jak podpořit druhé v jejich růstu, pomoci ulehčit úděl našim přátelům, kteří si zrovna s něčím nevědí rady, anebo také jak se vyznat sami v sobě.

Během našeho putování se pokusíme být čtenářům alespoň trochu zasvěcenými průvodci změní různých terapeutických a poradenských škol, které by nám mohly být pro náš účel k užítku. Nechceme některou z nich preferovat před ostatními, ani netvrdíme, že se se všemi představenými postupy oba ve všem ztotožňujeme. Spíše považujeme za důležité nabídnout vám široké spektrum nástrojů, abyste si mohli udělat vlastní názor a sami si vybrat.

Na druhou stranu nezastíráme, že se oba na věc díváme ze systémového a systemického úhlu, který je navíc ovlivněn i křesťanským pozadím jednoho z autorů. V každém případě je důraz v této knize položen na nedirektivní a neexpertní přístupy a práci s vlastními zdroji klienta.

V uváděných kazuistikách čerpáme z vlastního profesního i osobního života, z mnoha barvitých zážitků s účastníky našich kurzů (tj. především dlouhodobých výcviků v koučování, moderování, efektivní práci s lidmi a v socioterapii) a také ze zkušeností z jejich vlastní profesionální praxe. To vše je doplněno příběhy z literatury a filmů, které nás nějak zaujaly. Navíc doufáme, že vám naše příklady připomenou, s čím obdobným jste se už ve své práci a v životě potkali vy sami.

Obsah knihy:

0. ÚVOD

1. SOCIOTERAPIE A SOCIÁLNÍ PRÁCE

1.1. Socioterapie

1.1.1. Definice sociální terapie

1.1.2. První podněty z kybernetiky, konstruktivistické teorie poznání a z teorie živých systémů

1.1.3. Význam socioterapie

1.2. Vliv prostředí a vznik sociálního systému

1.3. Sociální práce jako sociální doména

2. FILOZOFICKÉ, VĚDECKÉ A PSYCHOLOGICKÉ ZDROJE PORADENSTVÍ A TERAPIE

2.1. Filozofické a vědecké základy účinné práce s lidmi

2.1.1. Sókratovy dialogy a souvislost s porodním uměním terapeuta

2.1.2. Platónovy ideje a naše přesvědčení o správném vnímání skutečnosti

2.1.3. Inspirace z Nového Zákona

2.1.4. Existencialismus

2.1.5. Fenomenologie

- 2.1.6. Krize věd a změna paradigmatu současné vědy
 - 2.1.6.1. Teorie relativity
 - 2.1.6.2. Kvantová fyzika
- 2.1.7. Systémové vědy a systemika
 - 2.1.7.1. Kybernetika I. a II. řádu
 - 2.1.7.2. Teorie chaosu a emergence
 - 2.1.7.3. Autopoiéza jako sebeutváření a sebeorganizace živých systémů
 - 2.1.7.4. Teorie sociálních systémů
 - 2.1.7.5. Systemika
- 2.1.8. Jazykový obrat ve filozofii a komunikační teorie
- 2.1.9. Konstruktivismus
- 2.1.10. Paměťové pojetí vývoje a Jungova psychologie
- 2.2. **Nejužívanější psychologické školy respektující sebeorganizaci**
 - 2.2.1. PCA – humanistická psychologie Carla Rogerse
 - 2.2.1.1. Encounter groups a budování komunit
 - 2.2.2. Gestalt terapie
 - 2.2.3. Rodinné a systemické přístupy
 - 2.2.3.1. Rodinná terapie
 - 2.2.3.2. Systemická terapie a koučování
 - 2.2.3.3. Systemické konstelace
 - 2.2.4. Ericksonská strategická terapie
 - 2.2.5. NLP (neurolingvistické programování)
- 2.3. **Co z toho všeho vyplývá pro terapii a poradenství**
 - 2.3.1. Direktivní a nedirektivní přístupy
 - 2.3.1.1. Direktivní přístup
 - 2.3.1.2. Nedirektivní přístup
 - 2.3.2. Vedení a podpora
 - 2.3.3. Předávání a přebírání odpovědnosti a proaktivita
 - 2.3.4. První principy terapeutického rozhovoru
- 3. **PRŮBĚH TERAPEUTICKÉHO A PORADENSKÉHO ROZHOVORU**
 - 3.1. **Přístup terapeuta (kouče)**
 - 3.1.1. Postoje ke klientům
 - 3.1.2. Terapeutovy (koučovy) kompetence
 - 3.2. **Druhy otázek**
 - 3.2.1. Uzavřené a otevřené otázky
 - 3.2.2. Instruktivní otázky
 - 3.2.3. Otázky zjišťovací
 - 3.2.4. Konstruktivní otázky
 - 3.2.4.1. Otázky na výjimky
 - 3.2.4.2. Otázky na zdroje
 - 3.3. **Základní struktura rozhovoru**
 - 3.3.1. Zadání třetích stran
 - 3.3.2. Navázání vztahu a nastavení úvodních rámců spolupráce
 - 3.3.3. Shromažďování podnětů
 - 3.3.3.1. Když klient nechce nic řešit
 - 3.3.3.2. Když klient chce, aby se změnili druzí
 - 3.3.4. Dohoda o žádosti
 - 3.3.5. Formulování zakázky
 - 3.3.5.1. Konstruktivní otázky při formulování zakázky
 - 3.3.5.2. Základní zásady tvorby zakázky
 - 3.3.5.3. Model GROW
 - 3.3.5.4. Upřesňování zakázek s použitím škály

- 3.3.6. Vyjednání kontraktu
- 3.3.7. Realizace zakázky podle kontraktu
- 3.3.8. Závěrečná zpětná vazba
- 3.4. **Reflexe**
 - 3.4.1. Sebereflexe terapeuta
- 3.5. **Podrobněji k práci se zadáním třetích stran**
 - 3.5.1. Zadání, které může klient přijmout za své
 - 3.5.1.1. Vyjednání zadání
 - 3.5.1.2. Formulace zadání
 - 3.5.1.3. Předání zadání klientovi
 - 3.5.1.4. Práce se zadáním v průběhu rozhovoru
 - 3.5.1.5. Zhodnocení zadání v závěrečné zpětné vazbě
 - 3.5.2. Specifika rozhovoru ve formě vedení
- 4. **DALŠÍ PORADENSKÉ A TERAPEUTICKÉ NÁSTROJE A TECHNIKY**
 - 4.1. **Mít inspirativní zadání**
 - 4.2. **Poskytnout přijetí a navázat vztah**
 - 4.3. **Otevřené otázky namísto instrukcí a rad**
 - 4.4. **Zaměření na řešení místo na problém**
 - 4.5. **Důkladný popis žádoucích výstupů a cílů**
 - 4.6. **Použití škály**
 - 4.7. **Hledání výjimek a vnitřních zdrojů**
 - 4.8. **Malý rozdíl, který může způsobit velký rozdíl**
 - 4.9. **Představivost v práci s minulostí a budoucností**
 - 4.9.1. Představivost v budoucnosti
 - 4.9.2. Využití minulých vzpomínek pro konstruování v přítomnosti
 - 4.9.3. Uzavírání tvaru a rituály
 - 4.10. **Důraz na uvědomování si a prožívání v přítomnosti**
 - 4.11. **Vymyšlení tvořivých experimentů**
 - 4.12. **Kotvení zdrojů**
 - 4.13. **Co pozitivního z minulosti mi tato situace připomíná**
 - 4.14. **Začít nové raději než končit se starým**
 - 4.15. **Změny kontextu**
 - 4.16. **Zkoumání polarit**
 - 4.17. **Přerámování**
 - 4.18. **Využití externích vzorů a vžívání se do druhých**
 - 4.19. **Konstruování možností**
 - 4.20. **Otázka na zázrak**
 - 4.21. **Moc slov, víry a rozhodnutí**
 - 4.22. **Klíčová slova nesoucí význam a energetické zkratky**
 - 4.23. **Psychologická práce s pozitivní energií**
 - 4.24. **Narušení rovnováhy systému - paradoxní předpisy, provokace a překvapivé intervence**
 - 4.24.1. Vše, co se děje, je žádoucí – přivítání symptomu i odporu
 - 4.24.2. Strach, že ji zavřou do bedny, aneb „Stop it!“
 - 4.25. **Jakou moc má pouhé pozorování a předstírání**
 - 4.26. **Metafory, analogie a podobenství**
 - 4.27. **Narativní forma práce s příběhy**
 - 4.28. **Externalizace problému**
 - 4.29. **Rozhovor mezi jednotlivými částmi osobnosti**
 - 4.29.1. Transformace pomocí vnitřního zrcadla
 - 4.30. **Fantazie, imaginace, vizualizace, sny a utkvělé představy**
 - 4.31. **Pravidelnost, „domácí úkoly“ na mezidobí a vykazatelnost**

- 4.32. **Ocenění, uznání a povzbuzování není nikdy dost**
- 4.33. **Reflexe a nabídka alternativ**
- 4.34. **Závěrečná zpětná vazba a intervence**
- 5. **PRÁCE SE SPECIFICKÝMI SKUPINAMI KLIENTŮ**
 - 5.1. **Rodiny a děti**
 - 5.2. **Osoby s postižením**
 - 5.3. **Lidé v obtížných životních situacích**
 - 5.3.1. Specifika práce s lidmi bez přístřeší
 - 5.3.2. Oběti zneužívání, prostituce a AIDS
 - 5.4. **Osoby se závislostí**
 - 5.5. **Senioři**
- 6. **O AUTORECH**
 - 6.1. Milan Bobek
 - 6.2. Petr Peniška
- 7. **DOPORUČENÁ LITERATURA**