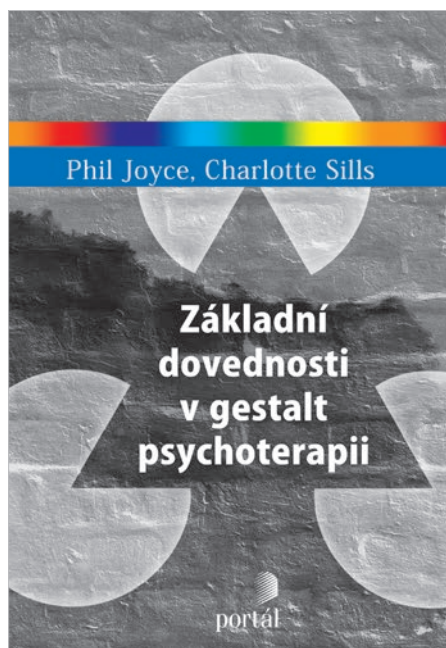


Phil Joyce, Charlotte Sills

Základní dovednosti v gestalt psychoterapii

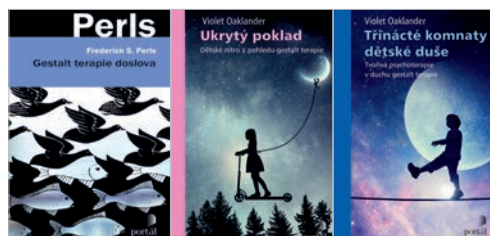
Překlad Silvie Struková



978-80-262-2192-0, brož., 304 s., 449 Kč

„Pro mě je na gestalt terapii zásadní otevírání se jedinečnosti toho, s kým se setkávám a jak se setkáváme zrovna nyní. Je to určité dětské žasnutí nad proudem okamžiků, proudem zkušeností, které se neustále proměňují.“
**Jan Roubal, psychoterapeut,
 v rozhovoru pro Psychologii dnes**

Kniha představuje praktický úvod k užití gestalt psychoterapie v terapeutické a poradenské praxi. Je srozumitelným a uceleným úvodem zahrnujícím témata jako terapeutický kontrakt, navázání a udržování efektivního vztahu, rozvoj klientova uvědomění, kontakt se sebou a obnovování narušeného kontaktu, možnosti využití různých gestalt terapeutických technik a metod, vedení záznamů o léčbě a její hodnocení, diagnostické posouzení klienta, zvládnání rizikových situací, odkázání klienta do vhodnější péče, uzavírání terapeutického procesu. Knihu ocení i studenti a zástupci jiných terapeutických přístupů.



GESTALT V KNIHÁCH:

Gestalt terapie doslova
 Ukrytý poklad
 Třinácté komnaty
 dětské duše



Phil Joyce a Charlotte Sills

jsou britští psychoterapeuti a supervizoři, lektori gestalt psychoterapie v londýnském Metanoia Institute a dalších institucích.

Phil Joyce, Charlotte Sills

Základní dovednosti v gestalt psychoterapii



Rozhodnutí s klientem nepracovat

Během prvního sezení můžete docela dobře dojít k závěru, že klienta nechcete přijmout. To je pro většinu terapeutů ošemetná oblast. Příznat nedostatek kompetence či zdrojů k tomu, abychom mohli pomoci komukoli a kdykoli, se nesnadno srovnává s našim sebeobrazem. Potřebujeme se však samozřejmě pozvednout nad omnipotentní touhy a zvážit, co je pro klienta a pro nás nejlepší. Proto je také důležité na počátku posuzovacího sezení či v úvodním telefonátu zaujmout nezávazný postoj. Můžete třeba prohlásit, že sezení je příležitost jak pro klienta, tak pro terapeuta rozhodnout se, jaký druh pomoci je třeba a jestli vy jste ta nejlepší osoba jej poskytnout. Doporučujeme něco jako:

„Navrhují, abychom se setkali na první konzultaci. To nám oběma poskytne příležitost zjistit, jestli společně dojdeme k rozhodnutí, co od terapie asi tak potřebujete a jestli já jsem ten pravý člověk, který vám může pomoci.“

Nejen že je těžké přiznat své meze, ale pro klienta je také těžké slyšet, že je odmítnut, zvláště proto, že mnoho klientů již tak má strach, že jsou příliš zahlcující, neatraktivní nebo narušení. Takže najít správná slova, jak klienta odmítnout, vyžaduje péči a citlivost. Obecně můžeme začít například takto:

„Myslím, že dobře chápu problém, který přinášíte, i to, jak je pro vás důležitý. Terapie vám určitě může pomoci, ale myslím si, že já nejsem ten správný člověk, který vám ji může nabídnout.“

Pak můžeme pokračovat s tím, že potřebují někoho, kdo se na jejich problém specializuje, anebo, méně často, že máme osobní téma nebo otázku hranic, kvůli které pro ně nejsme dobrý terapeut. (Obvykle si pak hodinu neúčtujeme.)

Příklady:

„Míra potíží, které nyní prožíváte, je taková, že si myslím, že by vám terapie v této chvíli příliš nepomohla, a doporučuji, abyste nejprve navštívil svou praktickou lékařku a zeptal se jí na názor, zda by nebylo dobré navštívit specialistu.“

Nebo:

„Jedno z témat, o kterých jste mluvil, se mě dotýká velmi osobně. Také jsem minulý rok ztratila dítě (rodiče, partnera atp.) a mé pocity jsou samozřejmě stále živé. Ráda jsem vás potkala, ale je důležité, abyste měl terapeuta, který bude plně přítomen pro vás a nebude rozptylován vlastními tématy. Myslím, že bude lepší, když vás odkážu na kolegu/kolegyni.“

V našich příkladech to pojmáme tak, že je třeba pro klienta najít vhodnějšího terapeuta. Je téměř vždy lepší pokusit se klientovi někoho doporučit než ho pouze poslat pryč. To na nás klade úkol vědět o dalších dostupných možnostech v našem regionu včetně specializovaných kolegů či klinik, lékařských a psychiatrických služeb, služeb, které jsou levné či zadarmo, atd.



Luise Reddemann

Léčivá síla imaginace

Terapeutická práce s následky traumát

Překlad Petr Patočka



978-80-262-2193-7, brož., 240 s., 399 Kč

Také jako e-kniha

Příčinou řady psychických či psychosomatických onemocnění bývají traumatické prožitky.

Traumatizovaní lidé zároveň v představách typicky nosí sebeuzdravné síly, které stačí vhodným způsobem podpořit – například různé představy útočišť, vnitřních ochránců či kouzelných pomocníků. Lidé prostě mívají tendenci uzdravovat sami sebe.

Autorka na základě celoživotních zkušeností z oblastí psychotraumatologie a prožitků svých pacientů vypracovala četná imaginativní cvičení (práce s tělem, terapeutické malování či psaní, zpracování emocí, cvičení v představách apod.). Tato cvičení mohou lidem pomoci k větší stabilitě. Po jejím dosažení se lze konfrontovat s traumatickým prožitkem a vypořádat se s ním. Kniha, která má za sebou již 21 německých vydání a v češtině se nyní objevuje v aktualizované a rozšířené verzi, je psána nejen pro odborníky v pomáhajících profesích, ale i pro lidi, kteří zakusili trauma. Nechybí ani kapitola o práci s dětmi a mladistvými.



K TÉMATU:

Aktivní imaginace
Návrat domů

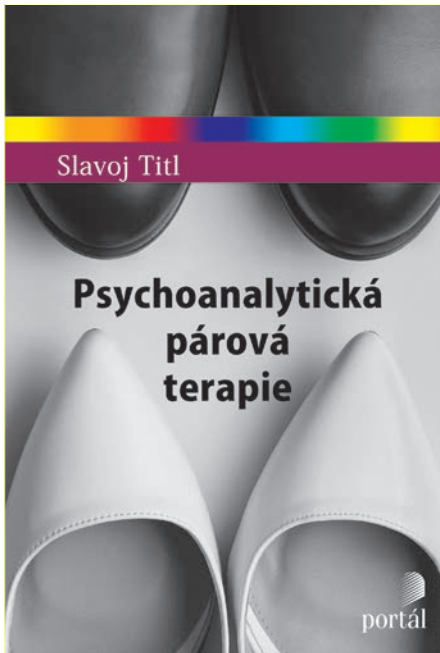


Luise Reddemann

je neuroložka a psychoanalytička, bývalá vedoucí lékařka Kliniky pro psychoterapii a psychosomatickou medicínu v Bielefeldu. V současné době působí v oblasti vzdělávání v oboru psychotraumatologie.

Slavoj Titl

Psychoanalytická párová terapie



978-80-262-2195-1, brož., 328 s., 449 Kč

Také jako e-kniha

**„Vztah je totiž vždy věcí obou/
více aktérů, nejen jednoho.
Sebezralejší člověk nemůže ‚zařídít‘,
aby byl milován, nemůže ‚zařídít‘
příjemný sexuální život
v páru, nemůže sám o sobě ‚zařídít‘
harmonické rodinné vztahy.“**

Slavoj Titl

Tradiční manželské poradenství poskytuje rady, dává instrukce a učí páry správným formám chování. Psychoanalytický přístup v párové terapii oproti tomu respektuje životní styl každého páru, postoje a hodnoty každého z partnerů a snaží se pomoci klientům najít společnou dohodu. Pracuje s pocity, touhami a fantaziemi (často nevědomými), které klienti do vztahu vkládají. Teoretická část knihy nabízí přehled hlavních prvků klasické i moderní psychoanalytické teorie, které se uplatňují v párové terapii. Nejdůležitější pojmy a teorie objasňuje na příkladech z psychoanalytické praxe. V praktické části autor formuluje svůj přístup k porozumění párovým konfliktům a k jejich terapii a objasňuje vlastní teorii nevědomých přesvědčení. Zabývá se technikou párové terapie, jejími základními principy, vedením prvních rozhovorů, prací se ztrátou a truchlením v terapii a ukončováním terapeutického procesu. Oproti prvnímu vydání z roku 2014 je kniha aktualizována a doplněna o nové poznatky.



DALŠÍ KNIHA AUTORA:

Nevědomé fantazie
ve vztazích



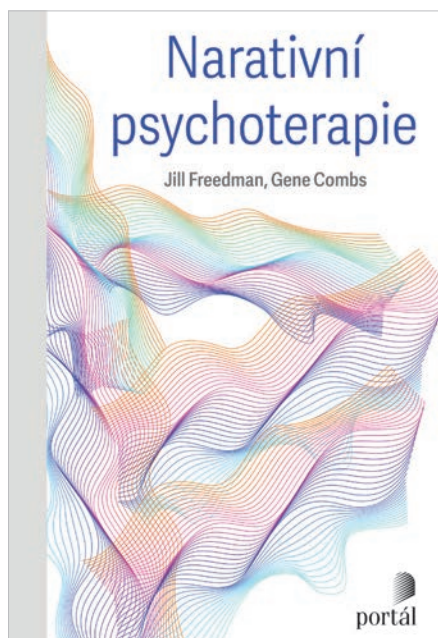
PhDr. Slavoj Titl

je přední český psychoanalytik a psychoterapeut, člen České psychoanalytické společnosti, České společnosti pro psychoanalytickou terapii a spoluzakladatel Institutu psychoanalytické párové a rodinné terapie. V Portále dále vyšla jeho kniha *Nevědomé fantazie ve vztazích*.

Jill Freedman, Gene Combs

Narativní psychoterapie

Překlad Ivo Müller

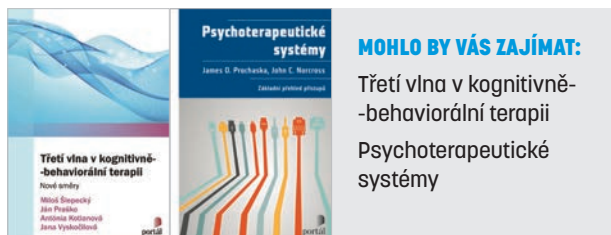


978-80-262-2197-5, váz., 320 s., 599 Kč

KNIHA PŘEDSTAVUJE ZÁKLADNÍ INFORMACE O NARATIVNÍM PŘÍSTUPU V PSYCHOTERAPII.

Ten je založen na teorii sociálního konstrukcionismu a chápe výpovědi klientů v terapii jako příběhy, které konstituují lidskou zkušenost.

Autoři zprvu popisují své filozofické zázemí, poté přináší vlastní příběh toho, jak se dostali k narativní perspektivě. Věnují se podrobně narativním metodám – zejména dekonstrukci a rozvíjení klientova příběhu tak, aby to u něj rozvíjelo pocit, že může ovlivnit, jak prožívá a vnímá vlastní život. Cílem je vytvořit alternativní pohledy na vlastní příběh a možnost si mezi nimi volit, jak bude člověk chápat sám sebe. Tyto vybrané příběhy může klient v životě upevňovat pomocí různých dokumentů, oslav a rozhovorů a tím měnit, jak samy sebe chápou celé rodiny a komunity. Metodologické úvahy jsou ilustrovány příklady z praxe – přepis části konzultací a podrobnými kazuistikami. Závěr knihy se zabývá otázkami etiky v rámci narativní psychoterapie.



Jill Freedman a Gene Combs

společně vedou Evanstonské centrum rodinné terapie. Jill provozuje terapeutickou praxi v oblasti Chicaga a poskytuje konzultace organizacím a školám. Gene nedávno odešel do důchodu z pozice docenta na Chicagské univerzitě. Oba přednášejí po celém světě a vedou psychoterapeutické výcviky.

Jill Freedman, Gene Combs Narativní psychoterapie



Podobně, když lidé hledají podrobnosti ve vzpomínkách, mají sklon zapojovat své pocity. (Povšimněte si, co se děje, když si vzpomenete na něco před pár lety a pak začnete lovit podrobnosti: co jste vy a ostatní lidé měli na sobě, kdo mluvil s kým a kdy, jaká denní doba to byla, jak moc bylo světlo ostré nebo tlumené atd.) Domníváme se, že při kompenzaci důsledků problémového příběhu je důležité rozvinout co nejbohatší, nejpodrobnější a nejsmysluplnější protipříběh. Na druhém setkání jsme s Jessikou hovořily o tom, jak se jí podařilo zmírnit a omezit důsledky zneužívání. Objevil se nádherný příběh s bohatými podrobnostmi, přestože v našem převyprávění byl velmi zkrácen. Ten příběh byl vždy potenciální součástí Jessičina životního vyprávění, ale až do doby před šesti týdny ty události, z nichž byl sestaven, ležely zapomenuté a zaprášené ve zřídka navštěvovaných vzpomínkách.

Jednou z možností, jak s jistotou lidí přimět, aby do svých příběhů začlenili podrobnosti, je vyptávat se na různé prožitkové modalitty. (...)

Zjistili jsme, že lidé se do vznikajícího příběhu více prožitkově ponoří, pokud zahrnou více než jednu prožitkovou modalitu. Zvláště nám učarovalo, jak nás různé modalitty vtahují do příběhu, když jsme sledovali videozáznam

práce Davida Epstona. V úryvku, který jsme sledovali, vyprávěl dospívající chlapec Davidovi o rozhovoru, který měl se svým dědečkem. „Jaký měl výraz ve tváři, když jsi mu o tom říkal?“ ptal se David. „Jak tě oslovoval? Když to říkal, oslovil tě nějakým zvláštním jménem?“ A později: „Připravil sis, co mu řekneš?“

Může být užitečné ptát se lidí, co si myslí i co dělají, co pociťují i co si myslí. A my rovněž považujeme za užitečné ptát se, co vidí, slyší a vnímají hmatem.

Neznám všechny podrobnosti toho, co Jessica prožívala při vzpomínce, když učila svou babičku zpívat písničku, ale pokaždé když ten příběh slyším, vrací se mi vzpomínka, když jsem seděl na klíně své babičky. Byly mi asi čtyři roky a seděli jsme na houpacíce na verandě, nalevo od vchodových dveří. Bylo pozdní letní odpoledne a řádek lilii u plotu vrhal dlouhé a dobře rozlišitelné stíny na jetelinu v trávníku. Babička měla na sobě modré šaty s modrotiskem. Její velké, měkké, teplé, bledé paže mě jemně, volně objímaly a oba jsme se pomalu a téměř nepostřehnutelně houpali dopředu a dozadu. Vsadila se se mnou, že nedokážu napočítat do sta, a když jsem došel do stovky, vsadila se, že to nedokážu do dvou set. Cítil jsem, jak její dech lehce ohýbá mé vlasy na temeni hlavy...

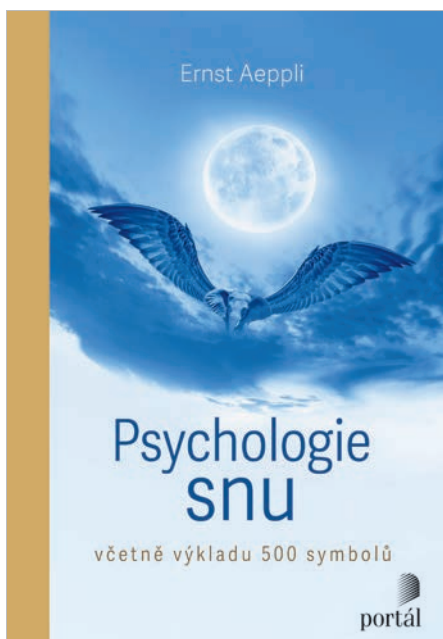


Ernst Aeppli

Psychologie snu

včetně výkladu 500 symbolů

Překlad Rudolf Starý



978-80-262-2196-8, váz., 280 s., 449 Kč

„Sen je noční řečí nevědomí.“
Ernst Aeppli

Kniha představuje zasvěcené pojednání o významu snů. První část popisuje metodiku výkladu snů, různé funkce snu (kompenzační, situační, redukční atd.) i druhy snů např. podle hloubky (běžné, závažnější, velké archetypové) či věku (dětské, pubertální, na prahu smrti apod.). Autor rovněž zdůrazňuje význam skupiny snů, které se točí kolem jednoho tématu. Druhá část zahrnuje stručnou charakteristiku 500 symbolů, které se ve snech nejčastěji vyskytují. Tyto výklady sice nelze brát doslova, ale je možné díky nim získat určitá vodítka pro nalezení snového smyslu. Symboly jsou seřazeny podle tematických okruhů (např. sny o jídle, škole, zvířatech, domech, barvách, hudbě, filmu). Kniha je určena těm, kdo se snaží vnímat sny jako důležitá sdělení své psýché a chtějí se něco dozvědět o tom, co v denním shonu uniklo jejich vědomí. Vhodná je také pro psychoterapeuty, kteří vykládají sny se svými klienty.



K TÉMATU:

Sny jako řeč duše
Člověk a jeho symboly
Sny jako řeč nevědomí



Ernst Aeppli

(1892-1954) byl švýcarský psycholog a spolupracovník C. G. Junga.

Ernst Aeppli

Psychologie snu



Velké sny

Ve vzácně se vyskytujících velkých snech se můžeme setkat s psychickými obsahy mimořádného významu a nejvyšší působivosti. Z takových snů mizí po krátké úvodní části, která ještě navazuje na vzpomínky uplynulého dne, pozvolna téměř vše, co má čistě osobní ráz. Tematika přítomnosti ustupuje do pozadí a sen vstupuje do světa elementární zkušenosti přírody a ducha, odrážející se ve velkém snovém zážitku.

Velký sen hovoří, jak jsme na to již upozornili, řečí všeobecně lidské zkušenosti, vyjadřované pouze v symbolech; odehrává se v nadčasových, mocně působících archetypových obrazech. Jen občas se ještě objevují můstky a spojnice drobnějších prvků blízkých vědomí, které se týkají naší osobní, individuální existence. Někdy se těchto velkých snů účastní i naše Já. Stáváme se pak účastníky velké podívané připomínající mýty a pohádky a máme při tom dojem, jako by se nás kromě toho, že jsme jí přítomni, nijak netýkala.

Je to podívaná neobyčejně krásná, podobající se velkým uměleckým dílům, ale i děsivá, ponurá a chaotická. Odehrává se ve stravující záři obrovského slunce, v nádherné krajině, setkáváme se tu s dosud neznámými lidmi a lidem podobnými bytostmi; může se však

také odehrávat v podsvětních prostorách plných děsu. V těchto snech poznáváme, jaké síly hýbou lidským životem. Zvířata v nich promlouvají lidským hlasem, klene se tu strom života a rozkvétá do nebývalé krásy, podnikají se neslýchané mořské plavby, překonávají se nebezpečí vyprahlé pouště – pokud je nám sen jako podobenství osudu příznivý – a konáme v nich skutky, jaké nám jinak připadají nad naše síly. Ocitáme se v bitevní vřavě, ve zločineckých doupatech, v zářivých duchovních světech; prochází kolem nás smrt, a my si připomínáme, co má v životě trvalou hodnotu. Dva příklady mohou napomoci těm, kdo si na vlastní velké sny nevzpomínají, aby si o nich udělali představu: V jednom takovém snu vyšel muž, jemuž se sen zdál, ze svého temného domu do velké vinice; na keřích zrály nejmoďřejší hrozny a on sám měl na sobě roucho z antických dob. Pod vinicí vedla cesta a hluboko dole leželo město. Když chtěl muž sejít na cestu, viděl, že na ní stojí mohutný lev, král zvířat. Muž ve vznešeném rouchu a tento nádherný lev na sebe velmi dlouho zírali; nakonec uzavřeli dohodu – takové dohody jsou ve velkých snech téměř jako Boží úmluvy –, že muž si prozatím ponechá vinici, kdežto lev cestu, na níž stojí. – Poznamenejme ve vší stručnosti, že vinice a víno symbolizují duchovní plodnost, lev naproti tomu mocné instinkty.



Franz Ruppert

Trauma a rodinné konstelace

Duševní štěpení a jejich léčba

Překlad Petr Babka



978-80-262-2194-4, brož., 360 s., 499 Kč

Také jako e-kniha

„Traumatické zkušenosti není nutné nevědomě přenášet z rodičů na děti. Můžeme se každý sám za sebe a zároveň všichni společně ve svých rozmanitých společenstvích učit, co je pro život opravdu důležité a podstatné.“
Franz Ruppert

Příčina duševních problémů tkví často v našich traumatických zkušenostech. Zvládnání traumat běžně probíhá na základě štěpení psychických struktur. Takové štěpení sice po traumatické zkušenosti umožňuje přežít, ale život traumatizovaného jedince se stává obtížným a namáhavým, protože u člověka působí strategie vyhýbání, kontroly, kompenzací a iluzí. Autor na četných příkladech předvádí, jak je možné úspěšně pracovat na zvědomění nevědomých rozštěpení ve vlastní duševní struktuře, vysvětluje jejich původ a nabízí terapeutická řešení. S využitím řady kazuistik na základě vlastní dlouholeté zkušenosti s metodou rodinných (systemických) konstelací poskytuje fundovaný vhled do oblasti psychologie, psychoterapie, psychiatrie a dalších pomáhajících profesí. Z knihy mohou mít užitek i čtenáři, kteří sami trpí duševními obtížemi, jejich blízcí a vůbec všichni záměci o rodinné konstelace.



K TÉMATU:

Trauma a disociace
 Překonávání traumatu



Franz Ruppert

je psycholog a psychoterapeut, působí na Katolické vysoké škole v Mnichově a v soukromé praxi. Od roku 1994 pracuje metodou rodinných konstelací. Specializuje se na psychotherapeutickou práci s těžkými psychickými onemocněními, jako jsou deprese, úzkosti, hraniční porucha osobnosti, psychózy.

Z edice Spektrum

