

Psychoterapeutické techniky I

Garant předmětu: Šupa Jiří, Mgr.

Vyučující: Mgr. Jiří Šupa, PhDr. Miroslava Štěpánková, PhD., Mgr. Zbyšek Mohaupt

Forma výuky: seminář

Rozsah výuky: 24 hodin

Způsob ukončení studijního předmětu: kolokvium

Předpoklady pro získání zápočtu: 80% docházka, aktivní účast během semináře, esej (požadavky na esej na konci sylabu)

Terapeutické techniky ve vybraných psychoterapeutických směrech a ve skupině

Anotace:

Smyslem předmětu je teoreticky a prakticky seznámit studenta/studentku s vybranými technikami některých psychoterapeutických přístupů a vymežit jejich místo a adekvátnost použití v individuální a rodinné psychoterapii. Dále se studenti a studentky teoreticky i prakticky seznámí se základními prvky využití technik při terapeutické práci a se základními terapeutickými dovednostmi.

Předmět je rozdělen mezi 3 vyučující.

Vyučující: Mgr. Jiří Šupa,

Rozsah výuky: 2x4 hodiny

Termíny výuky: 26.2., 12.3.

Stručná anotace:

Studenti a studentky se seznámí se základní strukturou procesu nabízení techniky (nabídnutí a vysvětlení techniky, stanovení pravidel a cíle, sdílení - procesu a výsledků), s jejich specifickým využitím při určitých skupinových procesech (úvodní setkání, fáze skupiny, závěrečné setkání) a v individuální terapii vybraných terapeutických směrů (transakční analýza, procesově-orientovaná psychoterapie). Dále se studenti seznámí s využitím verbálních a neverbálních technik ve skupině a s etickými aspekty práce s technikami. Techniky se mohou měnit na základě zkušeností studentů.

„Rozehříváčky“ a neverbální techniky ve skupině

1. Dělení se ve skupině – různá kritéria
2. Představení se nějakým pohybem
3. Přehledka silných stránek
4. Pohybový sociogram

Techniky vybraných psychoterapeutický přístupů

1. VYSLEN - (TA) (práce individuálně a následně ve dvojicích a ve skupině)
2. Práce s vrcholným zážitkem (peak-experience) v procesově-orientované psychoterapii
3. Kapacita intimity (TA) (práce ve dvojicích)

- Corey, G., Corey, M.S., Callanan, P., Russel, J.M. (2006) : Techniky a přístupy ve skupinové psychoterapii, Praha: Portál (17-33, 155-193)
- Kratochvíl, S. (2001): Skupinová psychoterapie v praxi. Praha: Galén (78-91, 109-142)
- Lister-Ford, Ch. (2006): Transakční analýza v poradenství a psychoterapii, Praha: Portál (56-75,166-173)
- Rieger, Z. (1999): Loď skupiny, Hradec Králové: Konfrontace (57-60, 152-184)
- Timulák, L. (2006): Základy psychoterapeutického rozhovoru, integrativní rámec, Praha: Portál, (39-54,114-132, 149-168)
- Yalom, I.D. (1999): Teorie a praxe skupinové psychoterapie, Hradec Králové: Konfrontace (162-214, 526-534)

Terapeutické techniky vybraných psychoterapeutických směrů

Vyučující: PhDr. Miroslava Štěpánková, PhD.

Rozsah výuky: 2x4 hodiny

Termíny výuky: 26.3., 9.4.

Stručná anotace:

Cílem je seznámit se s poradenským a terapeutickým konceptem logoterapie. Budeme se zabývat technikou rozhovoru, kladením otázek, příběhem a metaforou v kontextu logoterapie a existenciální analýzy. Studenti se s technikami seznámí teoreticky i prostřednictvím zážitku. Studenti by měli na konci bloku porozumět specifikům prezentovaného terapeutického přístupu.

Osnova:

1. Teoretická východiska a předpoklady
2. Techniky logoterapie
 - dereflexe jako specifická technika logoterapie
 - paradoxní intence a její ekvivalenty v rámci jiných terapeutických směrů
 - modulace postoje, specifika rozhovoru a způsob kladení otázek (sokratovský dialog)
3. Práce s metaforou v psychoterapii (příběh jako zdroj terapeutické práce)

Literatura:

- Frankl, V.E.(1973). Psychotherapy and Existentialism. Aylesbury:Penguin. Pelican Books.
- Frankl, V.E.(1994). Vůle ke smyslu. Brno: Cesta.
- Frankl, V.E.(1996). Lékařská péče o duši. Brno: Cesta.
- Frankl, V.E.(1996). ...A přesto říci životu ano. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.
- Frankl, V.E.(1999). Teorie a terapie neuróz. Praha: Grada.
- Lukasová, E. (1998). I tvoje utrpení má smysl. Brno: cesta.

Vybrané techniky rodinné terapie

Vyučující: Mgr.Zbyšek Mohaupt

Rozsah výuky: 8 hodin (tj. 4 výukové bloky – 1 den)

Termín výuky: 5.3.

Stručná anotace:

Cílem této části je seznámit účastníky zážitkovou formou s vybranými technikami, použitelnými při diagnostice a terapii rodinných systémů. Předpokladem k úspěšnému zvládnutí bloku je aktivní zapojení účastníků během výuky, sdílená reflexe vývoje a fungování vlastní rodiny a předchozí zkušenost s procesem skupinové dynamiky. Jednotlivé techniky si účastníci během výuky sami vyzkouší – buď v roli terapeuta, klienta nebo aktéra. Hlavní cíle kurzu jsou: seznámení s technikami diagnostiky a terapie rodinných systémů, osobní zážitek v roli klienta i terapeuta, rozšíření repertoáru využitelných nástrojů psychoterapie.

Tématická struktura bloků:

- 1) Rodinná mapa. Kresba bytu.
- 2) Rodinné sousoší (statické, dynamické).
- 3) Modelování z kamenů. Začarovaná rodina. Společná kresba rodiny.
- 4) Ostrov rodiny.

Pomůcky účastníků:

Volné papíry, obyčejné tužky, pastelky.

Doporučená literatura:

Chvála,V., Trapková,L.: Rodinná terapie psychosomatických poruch. Portál, Praha 2005.
Knop,J.: Kresba bytu. In: Konfrontace, časopis pro psychoterapii, 1992, č.9, str. 11-16.
Rieger,Z., Vyhnálková,H.: Ostrov rodiny. Konfrontace, Hradec Králové 1996, 2001.
Svoboda,M.(ed.), Krejčířová,D., Vágnerová,M.: Psychodiagnostika dětí a dospívajících. Portál, Praha 2001, kap.14: Rodinná diagnostika.
Weber,R.: Páry v psychoterapii. Na prožitek orientované metody a cvičení. Portál, Praha 2007

Pokyny pro psaní a odevzdávání eseje

Termín odevzdání práce: 15.5.2009

Způsob odevzdání: Studující odevzdá práce do „Odevzdávány“ do složky podle jména lektora/lektorky, kterému chce práci poslat.

Komu práci odevzdat do složky? Práce se věnuje podrobněji jedné technice nebo bloku zaměřenému na jedno téma. Studující odevzdá práci lektorovi/lektorce, který/která blok či techniku vedl/a. **Studující se musí dopředu domluvit s lektorem/lektorkou** na psaní eseje u něj/ní. Pokud má lektor/lektorka již naplněnou kapacitu, tak má možnost práci odmítnout a studující musí práci věnovat jinému tématu a poslat jinému lektorovi/lektorce.

ZÁKLADNÍ POKYNY K PSANÍ ESEJE

Délka práce: 12 000-13 000 znaků včetně mezer.

Esej musí obsahovat:

- 1) teoretické zázemí techniky (z literatury) - co na semináři nezaznělo a doplňuje praxi, přidává relevantní techniky nebo uvádí kontext jejich použití a přínosu
- 2) vlastní sebereflexe studenta v roli klienta u některé použité techniky (co to se mnou dělalo, kam mne to vedlo, co mi to umožnilo či bránilo...)
- 3) reflexe techniky pro svou budoucí terapeutickou práci (co bych mohl použít, proč a k čemu / a naopak, co mi nevyhovuje, proč a v čem): a) uveďte příklad, kdy byste techniku použili (např. individuální t., skupinová t., fáze terapeutického procesu, kdy byste techniku nepoužili?), b) pro kterou cílovou skupinu je vhodná, není vhodná, c) vymyslete nějakou modifikaci dané techniky a uveďte příklad, d) jaká jsou rizika techniky, jaké jsou její možnosti a jaké jsou její limity?

Studující může reflektovat také tyto body:

- 4) reflexi práce lektora-terapeuta v semináři (co jsem se od něj učil, naučil, co mne rušilo)
- 5) celkové zhodnocení semináře v kontextu psychoterapeutické výuky na katedře (zasadit ho mezi ostatní předměty, na co navazuje a co umožňuje dál ve studiu)

Forma:

Nutností je důsledné odkazování se na zdroje dle citačních standardů APA a dodržování **zásad psaní odborného textu** (viz. seminární praktikum S1). Seminární práce má propojovat odborný text s vlastní reflexí.

Literatura:

Svou práci založte **nejméně na třech odborných zdrojích** z nabídnuté literatury. Jako odborný zdroj nebude uznávána základní učebnice (např. Základy psychoterapie). Studující prostuduje literaturu týkající se přímo techniky nebo jejího teoretického pozadí. Studující se může v odůvodněných případech v textu odkazovat i na odborné zdroje z jiných vědeckých disciplín (fyziologie, neurologie, apod.) či na psychologické popularizační knihy.

Co je smyslem eseje a co je součástí hodnocení?

V eseji prokazujete, že jste schopni „uchopit“ techniku na základě reflexe svého prožívání a myšlení a dovedete je dobře propojit s odbornými zdroji. Rovněž prokazujete, že jste schopni kritického psychologického myšlení a dokážete reflektovat techniku či blok z hlediska pohledu rozvahu konající/ho terapeuta/terapeutky.

Kritéria pro hodnocení eseje:

- vlastní osobní zpracování tématu - převaha vlastních úvah, názorů, vhlédů a interpretací organicky propojených s odbornými texty (*pracujte s literaturou, ale nezůstávejte na úrovni popisu nebo citací literatury; můžete samozřejmě citovat studijní materiály, ale snažte se nezůstat jen u nich*)
- zpracovanost, strukturovanost, zřetelná myšlenková linie či koncepce
- obsahová hutnost a hloubka (*hloubka je samozřejmě nepřímo úměrná šíři záběru – také práce se širokým záběrem a menší zpracovaností jednotlivých podtémat může být*)

výborná; doporučujeme ale raději podrobně a v souvislostech rozpracovat vybrané dílčí téma)

- dodržení rozsahu a tématu
- formálně správná práce s terminologií a literaturou, zřetelné odlišení vlastních myšlenek od přejetých, citování nejlépe podle standardu APA (*hlavní pravidlo: všechny citace v textu musejí mít svůj protějšek v seznamu literatury a všechny odkazy v seznamu literatury musejí být citovány /a řádně označeny/ někde v textu*); *využívání cizích textů bez uvedení zdroje je považováno za plagiátorství a může mít pro studující vážné disciplinární následky.*

Hodnocení eseje:

Hodnotí se míra vyhovění výše uvedeným kritériím i dodržení základních pokynů k psaní eseje – viz. výše. Studující obdrží slovní hodnocení.

Slovní hodnocení má sloužit k tomu, aby student(ka) pochopil(a), v čem má v psaní odborného textu rezervy a z čeho se může při psaní dalšího textu poučit.

Vrácení eseje:

Esej může být vrácena v případě, že nevyhovuje výše uvedeným kritériím, či v případě, že nedodržíte kterýkoliv ze základních pokynů k psaní eseje (viz. výše). Důvody nevyhovění budou uvedeny ve slovní hodnocení. **Esej lze přepracovat pouze jednou.**

Oprava textu:

Pokud bude studentovi text vrácen k přepracování, je nezbytné, aby text přepracoval s ohledem na přímo zmíněné komentáře. Ve slovním hodnocení lze obvykle postihnout jen některé (obvykle ty nejvýraznější) nedostatky či kvality práce, předpokládá se proto, že studující je schopen si tyto komentáře „generalizovat“ a propojit je s požadavky uvedenými v sylabu. Přepracované práce odevzdejte nejpozději týden po obdržení komentáře lektora/lektorky do Odevzdávání Přepracované eseje PST techniky I.