

Případ:

Mirek je studentem 5. třídy základní školy. Nerespektuje autoritu učitelů, má problémy s vyrušováním, neudrží pozornost, opouští svojí lavici, vyrušuje ostatní spolužáky stálým pošuchováním a pokřikováním. Došlo k zhoršení jeho prospěchu, v některých předmětech propadá. Mirek pochází z dobře situované rodiny, má 2 starší sourozence (18 a 21 let). Jeho koníčkem je hokej, který mu zároveň i jde.

ŠKOLA		
Minulost	Současnost	Budoucnost
Jak by si popsal svými slovy svůj poslední měsíc ve škole?	Změnilo se něco v posledních dnech ve škole, co tě nějak zasáhlo?	Kdyby si měl kouzelný klíč, kterým by si odemknul školu dle svých představ, jak by to ve škole vypadalo? Šlo by udělat něco pro to, aby to tak ve skutečnosti bylo?
Vzpomeneš si na nějakou vyučovací hodinu, která tě opravdu bavila a kdy jsi chtěl poslouchat? Popiš mi ji.	Zkus mi říct alespoň 5 věcí, co tě ve škole baví.	Kdyby si tím kouzelným klíčem otevřel třídu a zahájil hodinu, jak by vypadala a kdo by byl tvým učitelem? Šlo by udělat něco pro to, aby to tak ve skutečnosti bylo?
Vzpomeneš si na nějakou situaci, kdy jsi chtěl ze školy opravdu utéct, kdy už si ve škole nemohl vydržet? Je něco, někdo co ti pomohlo to překonat?	Jak se po dnešním vyučování cítíš?(Zkus se třeba k něčemu přirovnat) Co způsobilo, že se tak cítíš?	Zkus vymyslet nějakou věc či nějakou osobu, zvíře, která by ti v budoucnu pomohla vydržet poslouchat celou hodinu. Jak by vypadala a co by dělala?

RODINA		
Minulost	Současnost	Budoucnost
Zkus mi popsat nějaký výlet, na který jste jeli s rodinou a který nikdy nezapomeneš?	Jak se cítíš, když jsi se svými rodiči? Zkus mi to popsat.	Kdyby si měl možnost, udělat si SVUJ den, jak by ten den vypadal? S kým by si ho trávil.
Kdy si se naposledy cítil se svojí rodinou šťastný? Pověz mi o tom.	Pověz mi, s kým si z rodiny nejvíce rozumíš? A kdo další si spolu nejvíce rozumí?	Přestav si, že je ti o 20 let víc, máš velký dům, kam by se vešla celá tvoje rodina, i někdo navíc. Kdo tam s tebou bydlí?
Stalo se někdy, že tě tatínek s maminkou potrestali neoprávněně? Pověz mi, jak to bylo. Jak často tě rodiče trestají?	Zkus si představit, že jsi tatínek, jak se cítíš, když ti Mirek přinese špatnou známku a ty ho trestáš?	Co se stane, když budeš domů dál nosit špatné známky a poznámky?

VRSTEVNÍCI

Minulost	Současnost	Budoucnost
Zkus si vzpomenout na nějaký nezapomenutelný zážitek se svými kamarády. Kdo tam byl?	Pověz mi něco o tvých kamarádech?	Představ si, že by sis mohl vyrobit svého nejlepšího kamaráda? Jak by vypadal? Jaký by byl? Co byste spolu dělali?
Je nějaký kamarád, kterého jsi ztratil, a chybí ti? Pověz mi o něm něco.	Popiš mi, co obvykle s kamarády děláte? Jak se cítíš, když jsi se svými kamarády?	Zkus si představit, že jsi na vysoké škole, bydlíš na koleji, kdo z tvých kamarádů tam s tebou bydlí?
Vytkl ti někdy někdo z tvých kamarádů, že jsi udělal něco špatně? Jaké to bylo?	Zkus se na sebe podívat očima tvého kamaráda. Pověz mi, co vidíš?	Je něco co by si chtěl do budoucna ve vztahu k tvým kamarádům změnit?

ŽIVOTNÍ STYL

Minulost	Současnost	Budoucnost
Jak vypadal nejlepší den tvého života?	Jak vypadá tvůj běžný den?	Co by si změnil na průběhu svého běžného dne?
Řekni mi něco o nejlepším víkendu, který jsi kdy zažil?	Jak vypadá tvůj víkendový den?	Jak si myslíš, že vypadá ideální den? Co by se dalo udělat pro to, aby to tak bylo?
Je něco nezdravého (něco co se nemá) co jsi kdy zkusil a opravdu si se za to styděl?	Děláš něco opravdu nezdravého?	Co by se dalo udělat pro to, abys to dělal jinak?

SILNÉ STRÁNKY A SLABINY

Minulost	Současnost	Budoucnost
Vzpomeneš si na nějakou situaci, kdy by ses za něco opravdu pochválil? Co to bylo?	Zkus se na sebe podívat jako do zrcadla a popisuj, za co by ses mohl pochválit. Nezapomeň se podívat i dovnitř.	Až by ses do zrcadla podíval třeba za rok, jak by tvůj obraz vypadal?
Vzpomeneš si na něco, co si provedl, na co by si nejraději zapomněl?	Máš kouzelnou truhlu, která uzamkne vše, co se ti na sobě nelíbí a co by si chtěl změnit. Pověz mi, co by si do té truhly dal?	Zkus vymyslet, jak by se dalo kouzelné truhle pomoci, aby změnila něco, co si do ní umístil. Něco co chceš nejvíc změnit.
Vzpomeneš si na někoho, kdo se v nějaké situaci choval tak, jako by ses chtěl umět chovat i ty?	Zkus vymyslet nějakou situaci, kdy by si věděl, jak se máš chovat. Popiš mi ji, co by si dělal?	Co by ti pomohlo, abys takovéto situace zvládal lépe?

KONÍČKY

Minulost	Současnost	Budoucnost
Vzpomeneš si na svůj nejkrásnější zážitek z hokeje, na který nikdy nezapomeneš?	Jak se cítíš, když hraješ hokej?	Zkus si představit, že je ti o 20 let víc. Hraješ ještě hokej? Zkus si to představit a povídej mi o tom, kde jsi, jakou hru hraješ, s kým hraješ?
Byla někdy nějaká hra, kdy si se opravdu nemohl soustředit a štvalo tě to? Pověz mi o tom.	Co ti pomáhá soustředit se na hru a na puk?	Je něco/někdo co by ti do budoucna mohlo pomoci zlepšit se ve hře, v soustředění na hru?
Dělal jsi někdy něco, co tě bavilo víc než hokej?	Co jiného děláš, když máš volný čas a nehraješ hokej?	Přestav si, že máš spoustu peněz a volného času, co děláš kromě hraní hokeje?
Vzpomeň si na hru, kdy tě tvůj trenér opravdu podržel a pomohl ti. (Kdy tě naštvál, potěšil).	Jaký je tvůj trenér?	

Sourozenci

Minulost	Současnost	Budoucnost
Byla nějaká situace, kdy si se sourozenci cítil opravdu šťastný a v bezpečí? Pověz mi o tom.	Jak často se vídáš se svými sourozenci? Popiš mi, jak to vypadá, když přijedou ze školy domů? Jak se cítíš?	Představ si ideálního sourozence, popiš mi ho. Jak vypadá, jaký je, co dělá?
Byla nějaká situace, kdy si byl nešťastný, kdy by si byl raději, aby si sourozence neměl?	Změní se doma něco, když sourozenci odjedou do školy, a ty zůstaneš s rodiči sám? Jak to vypadá? Jak se cítíš?	Za pár let, už s vámi sourozenci asi nebudou bydlet, přemýšlel jsi někdy o tom, jak to bude vypadat? Zkus si to představit.
Zkus si vzpomenout na něco, kdy jsi byl na své sourozence opravdu pyšný a byl jsi hrdý na to, že je máš.	Ke kterému ze sourozenců máš blíž? Proč si myslíš, že to tak je?	Zkus si představit, že jsi jedináček, nemáš žádné sourozence, vyprávěj mi o tom, jaké to je?