

Žádost o schválení komplexního vzdělávacího programu v psychoterapii „SOLUTIONS FOCUS“

- KOMPLEXNÍ VÝCVIK V PSYCHOTERAPII ZAMĚŘENÉ NA ŘEŠENÍ

A. ZÁKLADNÍ CHARAKTERISTIKA VÝCVIKU

Výcvik v psychoterapii zaměřené na řešení (solution-focused therapy) je připravován a organizován o.s. Dalet (www.dalet.cz). Přístup zaměřený na řešení patří do široké rodiny systemických přístupů. Specifikem tohoto výcvikového programu je primární zaměření se na přístup zaměřený na řešení, namísto (často volného) kombinování s jinými přístupy, které se rovněž řadí mezi systemické či postmoderní (např. narativní terapie, systemická rodinná terapie apod.). Vzhledem ke skutečnosti, že ucelené psychoterapeutické vzdělávání v tomto přístupu samostatně v naší zemi dosud neexistuje (na rozdíl od většiny evropských zemí, USA a Japonska), připravovali jsme tento výcvikový program od roku 2010 v úzké spolupráci s předními představiteli psychoterapie zaměřené na řešení ze zahraničí, zejména s Benem Furmanem, M.D. (HBTI Finsko), Harry Kormanem, M.D. (SIKT Švédsko) a Mgr. Tomaszem Switkem (CPSR Polsko).

Lektoři (trenéři) výcviku prošli komplexními psychoterapeutickými výcviky v systemické psychoterapii a četnými workshopy a supervizními moduly vedenými zahraničními lektory (viz. výše).

Výcvik je koncipován tak, aby podporoval studenty ve vytváření vlastního terapeutického stylu, který bude reflektovat principy a východiska přístupu zaměřeného na řešení a zároveň umožňovat tvořivou aplikaci v praxi.

Počty hodin výcvikového programu:

1. Teorie celkem 148 hodin

Teoretické přednášky a diskuse 64 hodin

Symposion 40 hodin

Písemné reflexe k filosofickým textům 20 hodin

Obhajoby 24 hodin

2. Praktická část celkem 410 hodin

Reteamingové sebezkušenostní skupiny 56 hodin

Sebezkušenostní výjezdní setkání 24 hodin

Praktický výcvik 112 hodin

Trénink dovedností 152 hodin

Výcvikové reflektující týmy 66 hodin

3. Supervize celkem 152 hodin

Skupinová supervize 80 hodin

Individuální supervize ve výcviku 62 hodin

Individuální supervize s externím supervizorem 10 hodin

CELKEM 710 hodin

Pro získání certifikátu je nutná ještě praxe (400 hodin) pod supervizí. V ceně výcviku není zahrnuta individuální supervize s externím supervizorem (10 hodin).

Podrobný popis:

1. Teorie (celkem 158 hodin)

a) teoretické přednášky a diskuse (64 hodin)

b) symposion (40 hodin)

c) písemné reflexe k filosofickým textům (20 hodin)

d) obhajoby (24 hodin)

ad a) Teoretické přednášky a diskuse

Teoretické přednášky přinášejí informace o základních principech a technikách přístupu zaměřeného na řešení, o filosofických východiscích, o možnostech jeho využití s různými cílovými skupinami klientů, o zařazení přístupu zaměřeného na řešení mezi jinými směry psychoterapie a o společných a rozdílných aspektech mezi nimi a o některých metateoretických konceptech a tématech souvisejících s psychoterapií obecně („working alliance“, procesy změny, měření výsledků terapie, integrace v psychoterapii, pozitivní psychologie, výzkum psychoterapie). Seznam témat přednášek je uveden v příloze. Přednášky jsou doplněny diskusí se studenty nad danými tématy.

ad b) Symposion

V rámci každého výcvikového setkání (s výjimkou úvodního) proběhne dvouhodinová skupinová diskuse nad filosofickými texty, kterou moderují lektoři. Účastníci přicházejí s písemnou přípravou k diskusi (viz. následující bod) a snaží se porozumět textu a aplikovat ho do terapeutické praxe. Texty se vztahují k tématu, které je na daném výcvikovém setkání probíráno a odrážejí klíčové myšlenkové vlivy na teorii přístupu zaměřeného na řešení (Bateson, Wittgenstein, Derrida, Maturana, Von Glassersfeld, Von Foerster, Gergen, De Shazer, Miller, apod.). Diskusi moderují lektoři a na závěr shrnují, doplňují a v případě potřeby vyjasňují.

ad c) Písemné reflexe k filosofickým textům

V rámci přípravy na symposion (viz. výše) studenti připravují své reflexe v písemné podobě, které posílají odevzdávají lektorům. V reflexích se strukturovaně zabývají myšlenkami, které je zaujaly a prohloubily jejich porozumění přístupu zaměřenému na řešení, procesu terapie nebo světu. Dále se zabývají myšlenkami, kterým nerozumí nebo které do jejich vidění světa nezapadají, provokují apod. Tyto písemné

reflexe slouží zároveň jako podklady pro samotnou diskusi – symposion. Na zpracování jedné reflexe je počítána 1 hodina času.

ad d) Obhajoby

V rámci obhajob prezentují studenti úspěšný případ z vlastní psychotherapeutické praxe (podrobněji viz. podmínky absolvování). Tento případ je reflektován z hlediska teoretických východisek přístupu zaměřeného na řešení a probíhá o tom vždy diskuse.

2. Praktická část výcviku (celkem 410 hodin)

a) Reteamingové sebezkušenostní skupiny (56 hodin)

b) Sebezkušenostní výjezdní setkání (24 hodin)

c) Praktický výcvik (112 hodin)

d) Trénink dovedností (152 hodin)

e) Výcvikové reflektující týmy (66 hodin)

ad a) Reteamingové sebezkušenostní skupiny

Reteaming® je model, který vytvořili Ben Furman, M.D. a Tapani Ahola, Ph.D. z Finska. Tento model, který se využívá v psychoterapii i v dalších kontextech (koučování, školství apod.) mimo jiné umožňuje snadno uchopit základní principy přístupu zaměřeného na řešení a autoři modelu jej využívají v rámci psychotherapeutických výcviků pro sebezkušenost účastníků s procesem terapie zaměřené na řešení. Dalet získal certifikaci k provozování i k výuce Reteamingu přímo od Bena Furmana.

V rámci výcviku probíhá sebezkušenostní reteamingový dvouden (16h), v němž si studenti v 3 – 5 členných skupinách zpracovávají své osobní cíle, definují zdroje a malé krůčky směrem k cílům. V rámci celého výcviku je pak na každém výcvikovém setkání prostor (2h) pro práci ve skupinách, kde se sleduje dosažený pokrok, definují další kroky a hledají zdroje a podpora k jejich dosažení. Práce ve skupinách probíhá za asistence lektorů, kteří pomáhají s formulacemi cílů a kroků a korigují v případě potřeby celý proces.

ad b) Sebezkušenostní výjezdní setkání

V první polovině výcviku (po 10 setkání) proběhne třídní sebezkušenostní setkání, které se zaměřuje na rozvoj a kultivaci zdrojů studenta, jeho sebereflexi a profesní i osobnostní růst. V souladu s principy terapie zaměřené na řešení je pozornost věnována silným stránkám, zdrojům, předpokladům a cílům. Rovněž je věnována pozornost etice a hodnotám a péči o vlastní potřeby terapeuta.

ad c) Praktický výcvik

Od druhého roku výcviku jsou na každé setkání v rozsahu jednoho dne zařazeny živé konzultace s klienty. Klienty přizvou studenti ze svých praxí (což reflektuje povinnost terapeutické praxe po prvním roce výcviku) nebo je přizvou sami lektori ze svých praxí. Tento model se uplatňuje ve výcvicích v HBTI (Ben Furman, Tapani Ahola) i v SIKT (Harry Korman). Konzultace vede vždy jeden ze studentů ve dvojici s lektorem nebo sám pod supervizí lektorů. U konzultací lze využít i reflektující týmy, které zároveň mohou pomoci s tvorbou závěrečné zpětné vazby. Při dojednávání tohoto aranžmá je kladen silný důraz na bezpečí a informovaný souhlas klienta a na další etické aspekty psychoterapie. Studenti se tak učí nejen terapeutickým dovednostem, ale i pečlivému ošetřování kontextu terapeutické práce.

ad d) Trénink dovedností

Jednotlivé dovednosti si studenti trénují primárně v rozhovorech ve trojicích, které se vytvářejí na začátku výcviku a obvykle se nemění po celou dobu trvání výcviku.

V těchto rozhovorech přichází jeden ze studentů („klient“) se skutečným tématem ze svého života, které je pro něj bezpečné v daném kontextu otevřít. V rámci tréninku dovedností se rovněž využívají modelové situace a různá cvičení, která zprostředkovávají zkušenost s danou dovedností nebo jejím aspektem.

ad e) Výcvikové reflektující týmy (VRT)

Studenti se rozdělí do několika 3 – 6 členných skupin podle lokality. V těchto skupinách se zhruba od poloviny výcviku scházejí vždy nejméně jedenkrát mezi výcvikovými setkáními na pracovišti některého ze skupiny a pracují s klienty. Na každé setkání je vyhrazeno 6h, měly by proběhnout alespoň dvě (ideálně tři) konzultace s reflektujícím týmem a závěrečnou reflexí. Každý VRT prezentuje stručně svou práci na výcvikovém setkání a přichází s tématy pro supervize nebo pro výuku. Tento prvek je inspirován výcvikovým modelem Harry Korman (SIKT) a systemickými výcviky.

3. Supervize (celkem 152 hodin)

a) skupinová supervize (80 hodin)

b) individuální supervize ve výcviku (62 hodin)

c) individuální supervize s externím supervizorem (10 hodin)

ad a) Skupinová supervize

Skupinová supervize probíhá ve skupině, kde každý student ve vyhrazeném čase prezentuje svůj případ (nahrávku nebo kasuistiku), s nímž se následně pracuje. Supervize vede dvojice supervizorů (viz. příložený seznam supervizorů). Skupinové supervizi je vyhrazen jeden půlden z každého setkání od druhého roku výcviku a tři celé dny ke konci prvního roku výcviku.

ad b) Individuální supervize ve výcviku

Individuální supervizní konzultace s využitím reflektujících týmů, které probíhají paralelně ve dvou místnostech a jsou vedené supervizory (viz. seznam supervizorů). Individuálním supervizím je vyhrazen půlden na každém výcvikovém setkání od

druhého roku výcviku.

ad c) Individuální supervize s externím supervizorem

Studenti absolvují předepsaný počet hodin individuální supervize se supervizorem, který bude odsouhlasen lektorským týmem. Tyto supervize nejsou zahrnuty v ceně výcviku.

Obecně platí, že studenti přinášejí do supervize případy ze své praxe popř. témata, která s výkonem jejich praxe úzce souvisejí. Studenti začínou chodit na supervizi až ve chvíli, kdy budou sami pracovat s klienty (tj. od 5. setkání).

Supervize má za cíl provázet a podporovat studenta v jeho klinické praxi, rozšiřovat jeho reflexi dané terapeutické situace, rozvíjet vlastní terapeutické zdroje a kultivovat etickou dimenzi praktikování profese.

4. Praxe

Pro získání certifikátu je kromě prezenční části výcviku nutná ještě praxe pod supervizí (min. 400 hodin). Jedná se o praxi v zařízení, kde student pracuje v pozici psychoterapeuta. Tuto svoji práci pravidelně superviduje (viz. výše) a zahajuje ji nejpozději po 5. výcvikovém setkání.

Studenti, kteří chtějí pracovat jako psychoterapeuti ve zdravotnictví a mají na to odpovídající vzdělání, musí praxi absolvovat ve zdravotnickém zařízení.

Podmínky pro přijetí do výcviku

- minimální věk 23 let
- ukončené minimálně 3 roky pregraduálního studia
- přihláška obsahující strukturovaný životopis a motivační dopis
- úspěšně absolvovaný přijímací pohovor

Podmínky ukončení výcviku

- absolvování předepsaných hodin přímé výuky
- odevzdání reflexí k symposiím
- kontinuální terapeutická praxe v rozsahu min. 400 h
- absolvování předepsaných hodin individuální supervize
- obhajoba, která se skládá ze závěrečné práce a prezentace vlastní práce:
⇒ Závěrečná práce - v této práci student popíše jednu kazuistiku ze své praxe a teoreticky ji zarámuje. Doloží tím svoji schopnosti pracovat profesionálně s klientem, orientovat se v teoretických psychoterapeutických pojmech, osvojit si principy přístupu zaměřeného na řešení, reflektovat vlastní styl a také se konkrétněji zaměřit na jedno praktické či teoretické téma. Práce je hodnocena dvěma lektory. Minimální rozsah závěrečné práce je 8 stran, obsahuje i přepisy významných úseků z konzultace a reflexe.
⇒ Prezentace vlastní práce - student prezentuje výše uvedený případ ze své praxe pomocí vybraných úryvků významných momentů terapie (video nebo audio) v rozsahu cca 20 min. Student při prezentaci komentuje svůj postup a odpovídá na doplňující otázky.
⇒ u obhajoby jsou přítomni přinejmenším tři členové lektorského týmu a rozhodují konsensuálně.

Etický kodex

Lektoři i supervizoři a účastníci výcviku akceptují etický kodex ČPS ČLS JEP, což stvrdí svým podpisem před začátkem výcviku.

B. PERSONÁLNÍ ZAJIŠTĚNÍ

(Profesní CV uvedených osob jsou příloze.)

Garant:

Mgr. Milan Pilát

- podílí se na přípravě struktury výcviku
- aktivně se účastní výuky a supervize účastníků

Lektoři (trenéři):

Mgr. Milan Pilát

PhDr. Michal Věžník

PhDr. Daniel Žákovský

Mgr. Leoš Zatloukal, Ph.D.

Bc. Pavel Vítek

Lektoři jsou vzdělaní v systemické psychoterapii a posléze se v rámci systemické terapie zaměřili na přístup zaměřený na řešení a absolvovali četné specializované kurzy a výcviky v terapii zaměřené na řešení. Rozvíjejí rovněž intenzivně mezinárodní spolupráci v rámci tohoto přístupu.

Při výuce jsou přítomni většinou dva lektoři, přičemž je vždy zajištěno, aby alespoň jeden z nich byl zdravotník. Pokud lektor pracuje sám, je vždy zajištěno, že jde o zdravotníka.

Supervizoři:

a) supervize lektorů výcviku

Ben Furman, M.D. (HBTI Finsko)

Mgr. Tomasz Switek (CPSR Polsko)

b) supervize programu výcviku

Harry Korman, M.D. (SIKT Švédsko)

Ben Furman, M.D. (HBTI Finsko)

Mgr. Tomasz Switek (CPSR Polsko)

c) supervize studentů (profesní CV v příloze):

Mgr. Milan Pilát

PhDr. Lenka Turková

MUDr. František Matuška (externí supervizor)

C. PRUBĚH VÝCVIKU

Výcvik je rozložen do 4 let, v každém roce proběhne 5 - 6 třídních setkání. V první části výcviku bude důraz kladen na sebezkušenost a teoretická východiska, druhá část bude především tréninková, prohlubující teorii a supervizní. Od 9. setkání následují mezi výcvikovými setkáními vždy výcvikové reflektující týmy (VRT).

Rozpis setkání:

1. ročník:

1. setkání: 2 dny

2. – 5. setkání (vždy po 3 dnech)

2. ročník:

6. – 11. setkání (vždy po 3 dnech)

3. ročník:

12. – 17. setkání (vždy po 3 dnech)

4. ročník:

18. – 22. setkání (vždy po 3 dnech)

Témata jednotlivých setkání:

1. Reteamingová sebezkušenostní skupina

2. Přehled terapeutických směrů a místo terapie zaměřené na řešení, principy přístupu zaměřeného na řešení, reflektující proces a reflektující týmy

3. Připojování ke klientovi, přerámování

4. Terapeutický vztah (pomoc a kontrola; návštěva, stížnost, zakázka; „working alliance“), práce s kontextem

5. Práce s vizí preferované budoucnosti, dojednávání cílů terapie,

6. Práce se zdroji, výjimky, škály

7. Pojetí terapeutické změny, facilitace změn, experimenty

8. Metafory a jejich využití v terapii zaměřené na řešení

9. Pokročilé postupy připojování ke klientovi spojené s narušováním problému

10. Externalizace problému a externalizace zdrojů v přístupu zaměřeném na řešení

11. Předpoklady a dekonstrukce rámce, varianty reflektujících týmů

12. Zážitkové techniky v přístupu zaměřeném na řešení, práce s emocemi

13. Narušování problémových vzorců

14. Kreativní experimenty a zpětné vazby, měření pokroku terapie (ORS)

15. Terapie zaměřená na řešení při práci s dětmi

16. Terapie zaměřená na řešení při práci s páry

17. Terapie zaměřená na řešení při práci s celými rodinami

18. Terapie zaměřená na řešení při práci se skupinou

19. Terapie zaměřená na řešení při práci s psychosomatickými potížemi

20. Terapie zaměřená na řešení při práci s „nespolupracujícími klienty“

21. Terapie zaměřená na řešení a její využití v krizové intervenci

22. Obhajoby

D. ZÁKLADNÍ LITERATURA

a) v českém a slovenském jazyce

1. BERG, I. K. Posílení rodiny. Praha: ISZ, 1992.

2. DE SHAZER, S., DOLAN, Y., KORMAN, H., TREPPER, T., MCCOLLUM, E., BERG, I. K.

Zázračná otázka: Krátká terapie zaměřená na řešení. Praha: Portál, 2011.

3. DE SHAZER, S. Klúče k riešeniu v krátkej terapii. Trenčín: Galanta, 1993.

4. FURMAN, B., AHOLA, T. Change through cooperation: Handbook of Reteaming, the art of motivating people to change what they want to change. Helsinki: Helsinki brief therapy institute, 2007 (vlastní český nepublikovaný překlad, 2012).

5. VON SCHLIPPE, A., SCHWEITZER, J. Systemická terapie a poradenství. Brno: Cesta, 2001.

6. ÚLEHLA, I. Umění pomáhat. 2. vyd. Praha: SLON, 1999.

7. ANDERSON, H. Konverzace, jazyk a jejich možnosti: Postmoderní přístup k terapii. Praha: NC publishing, 2009.

8. PROCHASKA, J. O., NORCROSS, J. C. Psychoterapeutické systémy. Praha: Grada, 1999.

9. LUDEWIG, K. Systemická terapie. Praha: Pallata, 1994.

10. ZEIG, J. K., MUNION, M. W., MILTON, H. Erickson. Praha: Triton, 2008.

b) v cizím jazyce

1. DE JONG, P., BERG, I. K. Interviewing for solutions. Pacific Groove: Brooks/ Cole publ., 1998.

2. O'HANLON, B., WEINER-DAVIS, M. In search of solutions: A new direction in psychotherapy. 2nd ed. New York: W. W. Norton and comp., 2003.

3. BERTOLINO, B., O'HANLON, B. Collaborative, competency-based counselling and therapy. Needham Heights: Allyn and Bacon, 2002.

4. BERG, I. K., STEINER, T. Children's solution work. New York: W. W. Norton and comp., 2003.

5. FURMAN, B., AHOLA, T. Solution talk: Hosting therapeutic conversations. New York: W. W. Norton and comp., 1992.

6. DUNCAN, B. L., MILLER, S. D., SPARKS, J. A. The heroic client: A revolutionary way to improve effectiveness through client-directed, outcome-informed therapy. 2nd ed. San Francisco: Jossey-Bass, 2004.

7. RAY, W. A., KEENEY, B. Resource focused therapy. London: Karnac books, 1993.

8. BURNS, K. Focus on solutions: A health professional's guide. London: Whurr publ.,

2005.

9. DE SHAZER, S. Words were originally magic. New York: Norton & co., 1994.

10. LIPCHIK, E. Beyond technique in solution-focused therapy: Working with emotions and the therapeutic relationship. New York: The Guilford press, 2002.

Tuto základní literaturu doplňuje další literatura o terapii zaměřené na řešení a jejím využití v různých kontextech a o postmoderní filosofii. Za zvláštní zmínku stojí odborné recenzované časopisy, v nichž se objevují relevantní články - v češtině zejména Psychoterapie a Kontext, v angličtině např. Human systems, Journal of systemic therapies, Family process a InterAction.

E. SPOLUPRACUJÍCÍ INSTITUCE

- IASTI (International Alliance of Solution-Focused Training Institutes) – podána žádost o členství a schválení výcvikového programu
- HBTI Helsinky (Finsko) – supervize programu a lektorů (Ben Furman)
- SIKT Malmö (Švédsko) – supervize programu (Harry Korman)
- CPSR (Polsko) – supervize programu a lektorů (Tomasz Switek)
- EBTA – Evropská asociace krátké terapie (platforma pro dialog a rozvoj přístupu zaměřeného na řešení, granty na výzkum)
- SFCT (The association for the quality development of solution focused consulting and training) – někteří lektori jsou členy, podána žádost o certifikaci (mezinárodní certifikace trenérů přístupu zaměřeného na řešení)

Mgr. Milan Pilát – absolvoval studium psychologie na FF MU v Brně, výcvik v systemické terapii (Společnost pro výcvik v psychoterapii Brno), má atestaci z klinické psychologie a funkční specializaci v systematické psychoterapii, absolvoval kurz hypnózy (prof. Kratochvíl) a mezinárodní vzdělávací program v kolaborativním přístupu pod záštitou Houston Galveston Institute (Narativ), pracuje jako psycholog na Oddělení dětské psychiatrie a klinické psychologie FN Brno - Dětská nemocnice, v manželské a rodinné poradně Bethesda v Brně a provozuje soukromou klinickopsychologickou a psychoterapeutickou praxi.

PhDr. Michal Věžník – absolvoval studium psychologie na FF UP v Olomouci, výcvik v systemické terapii (ISZ Praha), má atestaci z klinické psychologie a funkční specializaci v systematické psychoterapii, absolvoval kurz hypnózy (prof. Kratochvíl), pracuje jako psycholog v Psychiatrické léčebně Šternberk.

PhDr. Daniel Žákovský – absolvoval studium psychologie na FF UP v Olomouci, výcvik v integrované psychoterapii a část výcviku v rodinné terapii (SKT Liberec – 230h), kurzy ericksonovské hypnoterapie (Barbarič, Zíka), pracuje jako psycholog v náhradní rodinné péči ve Zlíně.

Mgr. Leoš Zatloukal, Ph.D. – absolvoval doktorské studium klinické psychologie (FF UP v Olomouci) a sociální práce (FF OU v Ostravě), výcvik v systemické terapii (ISZ Praha), kurz hypnózy (prof. Kratochvíl), pracuje jako psycholog v manželské a rodinné poradně v Brně, provozuje vlastní poradenskou praxi a působí jako odborný asistent na UP v Olomouci.

Bc. Pavel Vítek – absolvoval studium andragogiky na UP v Olomouci, výcvik v systemické terapii (ISZ Praha), četné další semináře a kurzy zaměřené na terapii a poradenství, provozuje vlastní poradenskou praxi, pracuje rovněž jako supervizor.

PhDr. Lenka Turková - absolvovala studium psychologie na FF UP v Olomouci, má atestaci z klinické psychologie a funkční specializaci v systematické psychoterapii, absolvovala výcvik v manželské a rodinné terapii (IPIPAP), v KBT a v terapii zaměřené na řešení. Rovněž absolvovala supervizní výcvik (ČIS). Provozuje soukromou ordinaci klinického psychologa.

Mgr. Iva Matějčková-Zezulová - absolvovala studium psychologie na FF UK v Praze, má atestaci z klinické psychologie a funkční specializaci v systematické psychoterapii, absolvovala výcvik v transakční analýze a rodinné terapii, provozuje