

SOLUTIONS FOCUS - KOMPLEXNÍ VÝCVIK V PSYCHOTERAPII ZAMĚŘENÉ NA ŘEŠENÍ (1400 h)

„Je to jednoduché, ale nikoli snadné.“ (Steve de Shazer)

Jedná se o první a **jediný komplexní výcvik v přístupu zaměřeném na řešení** (solution-focused approach, zkr. SF) v **terapii a poradenství v ČR**. Přístup zaměřený na řešení patří do velké rodiny postmoderních (či systemických) přístupů, je ve většině zemí uznáván jako svébytný psychoterapeutický a poradenský přístup s vlastními mezinárodními asociacemi, systémem akreditací a požadavky na výcviky.



Přístup zaměřený na řešení je výrazně ovlivněn:

- postmoderním myšlením – sociální konstrukcionismus, radikální konstruktivismus, pozdní Wittgenstein, Derrida, Bateson, Gergen...
- praxí Milтона H. Ericksona – fenomenálního terapeuta, jehož způsob práce se pro svou tvořivost vzpírá teoretickému škatulkování, ale lze v něm především spatřovat zaměření na zdroje (utilizace) a na jedinečnost každého člověka
- inovací Steva de Shazera a Insoo Kim Berg, kteří postupně vytvořili přístup, který se místo na problémy zaměřuje na možnosti řešení
- prací s klienty a pečlivým zkoumáním této praxe – většina objevů a „nástrojů“ SF vzniklo na „přímo na place“ při práci s klienty a byly poté důkladně zkoumány a rozvíjeny během mnoha tisíců dalších konzultací s jinými klienty.

Během výcviku si účastníci osvojí základní i pokročilé dovednosti při práci s klienty s využitím přístupu zaměřeného na řešení.

Důraz je položen na:

- **základní nástroje a dovednosti zacházet s nimi** – vést rozhovor s klientem je svým způsobem „řemeslo“, nikoli akademické teoretizování nebo diletantská improvizace. Klavírní mistr musí dokonale zvládnout techniku hry, aby mohl improvizovat. Nestačí mu něco vědět o teorii hudby ani jen chuť improvizovat. Také terapeut či poradce si nevystačí s tím, že něco teoreticky ví o tom, jak vést rozhovor s klientem nebo jak se vytváří společná realita v jazyce, ale je třeba to praktikovat.
- **sebezkušenost** – účastníci mají velký prostor pracovat s vlastními tématy a využívat SF konzultace pro vlastní osobní i profesní rozvoj; velkou část výcvikového času probíhají konzultace lektorů s účastníky nebo účastníků navzájem.

- **schopnost reflexe** – odborník - terapeut nebo poradce - by měl mít schopnost zvažovat, co a proč právě v tuto chvíli společně s klienty dělá, a měl by dokázat účinně pracovat s tím, co ho při konzultacích napadá.
- **individuální styl** – každý účastník dostává prostor vytvořit si vlastní a jedinečný styl práce vycházející z principů SF.

STRUKTURA VÝCVIKU:

Výcvik se skládá ze **dvou hlavních částí**:

- **úvodní část (160 h)** – 1. – 10. setkání (akreditováno u MPSV ČR pod názvem: **Na řešení orientovaný přístup v rámci metod sociální práce**) nebo ekvivalent
- **navazující část (1240h)** – od 11. setkání (viz. níže v seznamu témat)

Možnost účasti v navazující části výcviku pro absolventy jiných úvodních výcviků

V případě, že by se navazující části výcviku chtěl zúčastnit někdo, kdo neabsolvoval náš výcvik „Na řešení orientovaný přístup v poradenství a terapii“ (160h), je to možné, pokud zájemce namísto tohoto kurzu:

- **úspěšně absolvoval kurz** či výcvik v rozsahu **minimálně 160h** v některém z postmoderních směrů (SF, systemický, kolaborativní, narativní, ...), a to buď v poradenství nebo terapii nebo koučování (doloží se osvědčením)
- **prokazatelně navštěvoval** (i když neukončil) dlouhodobý výcvik v některém z postmoderních směrů (SF, systemický, kolaborativní, narativní, ...), a to buď v poradenství nebo terapii nebo koučování; v tomto případě je třeba doložit **alespoň 250h** účasti ve výcviku (doloží se potvrzením o účasti s uvedeným počtem hodin).

První setkání v rámci navazujícího výcviku je dvoudenní a probíhá online. První den je zaměřen na seznámení účastníků a organizační informace. Druhý den je představen model Deliberate practice, se kterým budou účastníci po dobu výcviku pracovat na svém rozvoji.

Následuje výjezdní setkání, které je sebezkušenostní (zaměřené na osobní rozvoj účastníků a skupiny jako celku). V rámci třetího setkání navazujícího výcviku budou mít účastníci možnost využít modelů Dr. Bena Furmana Reteaming/ Kids' Skills pro tvorbu „osobního projektu“ (podrobnosti viz. www.reteaming.cz a www.kidsskills.cz). Díky tomu na těchto třech setkáních nový účastník získá:

- *vlastní zkušenost se základními prvky přístupu zaměřeného na řešení a tím i část povinné sebezkušenosti v rámci psychoterapeutického výcviku*
- *osobní projekt, na němž může na dalších setkáních výcviku v malé skupince dále pracovat a tím se osobnostně i profesně rozvíjet*
- *povinnou sebezkušenostní část pro případnou mezinárodní certifikaci Reteaming kouče (viz. www.reteaming.cz) a Kids' Skills kouče (viz. www.kidsskills.cz)*
- *základní přehled o nástrojích SF a ujednocení základních znalostí*

Kontakty:

E-mail: info@dalet.cz

Tel.: 604 736 465

www.dalet.cz

V navazujícím výcviku se průběžně vracíme k základním nástrojům (účastníci si je připomenou, zdokonalují se v nich a postupně prokazují jejich praktické osvojení), proto se i účastníci jiných kurzů mohou relativně snadno připojit.

Účastníci z jiných kurzů rovněž obdrží přístup ke všem textům pro symposia a doporučené literatuře k prostudování. Doporučenou literaturu a množství článků ke stažení lze nalézt rovněž na www.dalet.cz v sekci „ke stažení“. Další inspiraci lze nalézat v časopise SF Revue, který náš tým vydává a zájemci ho naleznou zdarma na www.sfrevue.cz.

KDY SE VÝCVIK OTEVÍRÁ:

Úvodní i navazující výcvik otevíráme **každoročně na podzim a na jaře**, přihlášky lze zasílat kdykoli průběžně na info@dalet.cz. Aktuální termíny jsou k dispozici na www.dalet.cz/vzdelavani-aktualni.php.

VÝCVIKOVÁ SETKÁNÍ:

Výcviková setkání v úvodním výcviku (160h) jsou **dvoudenní** (většinou pondělí – úterý) v rozestupu 3 – 5 týdnů, každý den je věnován novému tématu (viz. přehled témat níže).

Výcviková setkání v navazujícím výcviku jsou **třídenní** (většinou středa - pátek) v rozestupu cca 8 - 10 týdnů. Mezi výcvikovými setkáními probíhá setkání výcvikových reflektujících týmů (VRT) a další samostatné aktivity účastníků (individuálně nebo ve skupinách). Výjimkou je první setkání, které je dvoudenní a probíhá online a druhé výcvikové setkání, které je výjezdní a zaměřené výhradně na sebezkušenost.

Výcviková setkání v navazujícím výcviku mají následující strukturu:

- 1. den** je zaměřen na živé konzultace a na prohlubování základních nástrojů a dovedností
- 2. den** je zaměřen na nové téma a jeho osvojení
- 3. den** je zaměřen na supervize účastníků

TÉMATA JEDNOTLIVÝCH SETKÁNÍ:

1. Reteamingová sebezkušenost, principy SF.
2. Přehled psychoterapeutických směrů a místo terapie zaměřené na řešení, podrobně principy přístupu zaměřeného na řešení, připojování ke klientovi.
3. Práce s vizí preferované budoucnosti, dojednávání cílů terapie, společného projektu a dovednosti.
4. Práce se škálami v SF, práce s výjimkami
5. Reflektující proces a reflektující týmy, oceňování
6. Reflektování spolupráce. Terapeutický vztah (pomoc a kontrola; návštěva, stížnost, zakázka; „working alliance“), práce s kontextem
7. Práce se zdroji (utilizace zdrojů) a práce se změnami
8. Zpětné vazby, experimenty

Kontakty:

E-mail: info@dalet.cz

Tel.: 604 736 465

www.dalet.cz

9. Supervize
10. Obhajoby úvodního výcviku – prezentace případů a diskuse (**konec úvodního výcviku – 160h**)
11. **Začátek navazujícího výcviku (1240 h)**– úvodní dvoudenní online setkání zaměřené na představení výcviku a výcvikových povinností, seznámení skupiny a model Deliberate practice
12. Sebezkušenostní výjezdní setkání
13. Terapie zaměřená na řešení při práci s dětmi.
14. Terapie zaměřená na řešení při práci s páry a rodinami.
15. Terapie zaměřená na řešení při práci se skupinami.
16. Terapie zaměřená na řešení a její využití v krizové intervenci.
17. Terapie zaměřená na řešení při práci s „psychosomatickými potížemi“ a „traumaty“.
18. Terapie zaměřená na řešení při práci s klienty s psychiatrickou diagnózou.
19. Terapie zaměřená na řešení při práci s „nespolupracujícími klienty“.
20. Etické aspekty psychoterapie z perspektivy přístupu zaměřeného na řešení.
21. Pokročilé postupy připojování ke klientovi spojené s narušováním problému.
22. Metafora a jejich využití v terapii zaměřené na řešení.
23. Externalizace problému a externalizace zdrojů v přístupu zaměřeném na řešení
24. Předpoklady a dekonstrukce rámce.
25. Zážitkové techniky v přístupu zaměřeném na řešení, práce s emocemi.
26. Přerámování.
27. Narušování problémových vzorců.
28. Kreativní experimenty a tvořivost v psychoterapii.
29. Obhajoby.

Pozn.: Dvě setkání z výše uvedených probíhají formou letních třídenních praktických workshopových setkání, jejichž součástí jsou workshopy hostů, lektorů i účastníků.

METODY VÝUKY:

- **přednášky** – výklad určitého tématu doplněný příklady z praxe
- **praktický trénink dovedností** – cílené procvičování konkrétních dovedností v malých skupinkách, tvorba tréninkových plánů („deliberate practice“)
- **sebezkušenost** – vlastní zkušenost se SF na sobě a aktivity, jejichž cílem je nová zkušenost účastníka (učení zážitkem)
- **živé konzultace** – konzultace vedené s klienty zvenčí, na nichž účastníci participují jako členové reflektujících týmů nebo jako konzultanti pod supervizí
- **symposion** – diskuse ve skupině nad teoretickými (filosofickými) texty a bohatým občerstvením
- **supervize** – podpora při práci účastníků s klienty
- **výcvikové reflektující týmy (VRTy)** – práce s klienty v malých skupinách, které se scházejí vždy alespoň 1x mezi výcvikovými setkáními
- **samostatná práce mezi výcvikovými setkáními** (samostudium, příprava písemných podkladů a reflexí na setkání, seznámení s dalšími psychoterapeutickými přístupy – Obecní kašna ČAP, ...)
- **praxe 300 hodin** (stáž na pracovišti v oblasti péče o duševní zdraví)

Kontakty:

E-mail: info@dalet.cz

Tel.: 604 736 465

www.dalet.cz

LEKTORSKÝ TÝM

Mgr. Iva Matějčková – Zezulová, Mgr. Leoš Zatloukal, Ph.D., PhDr. Michal Věžník, PhDr. Daniel Žákovský, Mgr. Bc. Pavel Vítek, Mgr. Petra Chytilová, Mgr. Klára Rouchalová a další spolupracovníci... (zejména v rámci supervizi).

OHLASY (VÝBĚR):

„Ocenění výcviku v SF vidím ve dvou rovinách. Jedna se týká mě osobně a přínosu výcviku do praxe - změna úhlu pohledu na klienta a následná změna ve způsobu vedení rozhovoru – to znamená změnu myšlení terapeuta... Druhá rovina se týká organizace, která výcvik realizuje. Oceňuju připravenost lektorů, sebranost týmů (přestože prý nebyly dopředu dané), schopnost vytvářet prostor pro diskusi, naladěnost na společný skupinový humor. Jednoduše řečeno, pro mě je DALET značka, která se nedá okopírovat a zná svou cenu a kvalitu a má svou jasnou, mně blízkou vizi. Tak, jako jsem hrdá, že jsem ze STŘEDu, protože tuhle organizaci považuju za „značkovou“ v oblasti sociální práce, tak jsem hrdá na to, že dělám výcvik u DALETu.“ Mgr. Hana Oravcová, sociální pracovnice a vedoucí programu sociální asistence a poradenství, Střed o.s.

„Ve výcviku mě velmi vyhovoval styl vedení jednotlivých sezení, způsob předávání informací a zejména přirozený a nenucený názor na různé přístupy a směry v terapiích. Velmi mě oslovila myšlenka, kterou jsem několikrát zaslechl z vašich úst, že důležité a směrodatné by mělo být blaho klienta a efektivní pomoc v tíživé situaci, přičemž není až tak důležité, jaké techniky a metody terapeut zrovna používá. Je mi jasné, že preferujete SF přístup, který mě mimochodem velmi oslovil, protože jsem při některých sezeních pochopil, že pitvání v problémech nikam nevede a přednější je hledat zdroje a řešení, než pátrat po příčinách problému. Zároveň mi přišlo sympatické od vás všech, že dokážete brát a čerpat náměty i z jiných přístupů a tudíž umíte dávat prostor vícero pohledům. Velmi přínosné pro mě byly video ukázky z vybraných reálných sezení, konkrétní příklady a následné diskuze o nich. V neposlední řadě mě profesně a odborně velmi naplňovaly texty pro sympózia a vůbec psaní reflexí. Některé myšlenky ze zaslaných úryvků jsem s velkým úspěchem uplatnil i při výuce studentů.“ (Mgr. Jiří Byčkov, Ph.D., VŠ pedagog, koordinátor CPIV)

„Líbilo se mi poctivé zasvěcení do základů výcviku, velmi přirozený a nenásilný přístup lektorů, vytvoření bezpečného prostředí, humor, životní nadhled a velké porozumění vůči nám účastníkům výcviku, ale zřetelné napojení na klienty i při ukázkách terapie.“ (Mgr. Miroslava Hrubáňová, psychologka a zdravotní sestra - záchranář)

„Líbila se mi pestrost témat i lektorů – jejich nabídky. Každý z nich měl svou „přednost“ – líbil se mi Leošův humor a sečtělost, Pavlova chuť k diskusi a zpětným vazbám, Dankův otcovský přístup při vysvětlování tématu a trefné komentáře Michala. Díky za to. Jsem ráda, že všechno, o čem byla řeč (všechny techniky, figle, apod.) se dalo vyzkoušet, líbilo se mi také složení skupiny, chuť diskutovat a mnohdy byly myšlenky kolegů velmi inspirující pro další přemýšlení.“ Mgr. Zlata Čajanová, sociální pracovnice, Charita Svitavy.

„Líbila se mi:

- Možnost vyzkoušet si všechny nové poznatky při praktických cvičeních.
- Příležitost pro diskusi a předávání zkušeností.
- Příjemná atmosféra, srozumitelný výklad, prezentace posílané předem.“ (Mgr. Hana Jemelková, sociální pracovnice)

Kontakty:

E-mail: info@dalet.cz

Tel.: 604 736 465

www.dalet.cz

„Líbilo se mi:

- *přípravené materiály a prezentace*
- *způsob podání a přednesu včetně konkrétních příkladů*
- *logická struktura, schémata práce s klientem*
- *vytvoření velmi dobré a tvůrčí atmosféry*
- *prezentování různých pohledů (lektorských) na danou věc, situaci, řešení*
- *vypíchnutí důležitých myšlenek, citátů – práce s nimi.“ (Mgr. Jan Zahradník, sociální pracovník)*

„Co se mi líbilo?

- *Bezpečné a přátelské prostředí, které jste vy jako lektori vytvořili. Mohla tak vzniknout skvělá skupina.*
- *Praktická cvičení v malých skupinách, kde jsem se mohla cítit ještě bezpečněji (především na počátku kurzu).*
- *Konkrétní případy – praktické ukázky (video, audio).*
- *Vtipné prezentace.*
- *Inspirace a učení se od ostatních – všem (lektorům i lidem ze skupiny) patří můj obdiv.*
- *Možnost chodit ven na zahradu a pracovat tam ve skupinkách.“*

Lenka Pouchlá, DiS., sociální pracovníce, Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví MSK, o. s., Ostrava.

MÍSTO KONÁNÍ:

Olomouc, Kubíčkova 19 (asi 5 min. od Náměstí republiky, možnost parkování v přilehlých ulicích), podrobný popis cesty autem i MHD včetně mapy je k dispozici na www.dalet.cz v sekci „kontakty“.

PODMÍNKY ABSOLVOVÁNÍ:

Úvodní výcvik (160 h):

- 90% účasti na výcvikových setkáních (počítá se po jednotlivých 90 min. blocích; vyšší neúčast si lze nahradit individuální konzultací s některým z lektorů)
- přípravy na symposion – písemné reflexe textů na každé výcvikové setkání (maximální rozsah 1 A4)
- ústní prezentace úspěšného případu na obhajobě

Navazující výcvik (1240h):

- 90% účasti na výcvikových setkáních (počítá se po jednotlivých 90 min. blocích; vyšší neúčast si lze nahradit individuální konzultací s některým s lektorů)
- účast na práci výcvikových reflektujících týmů (VRT) podle zadání
- přípravy na symposion – písemné reflexe textů na každé výcvikové setkání (maximální rozsah 1 A4)
- individuální supervize s externím supervizorem (5 x 2h) – není zahrnuto v ceně výcviku, účastníci si sjednávají sami
- prezentace využití základních nástrojů psychoterapie zaměřené na řešení při vlastní práci s klienty (videonahrávky nebo audionahrávky v rozsahu cca 15 min. ke každému z nástrojů)
- prezentace 2 úspěšných případů (změřených na Outcome Rating Scale) v průběhu výcviku
- příprava teoretického workshopu (v týmu)
- samostudium odborných zdrojů (včetně seznámení s jinými psychoterapeutickými přístupy)
- individuální samostatná práce s nahrávkami své psychoterapeutické praxe
- Deliberate practice (samostatná práce + práce ve dvojicích)

Kontakty:

E-mail: info@dalet.cz

Tel.: 604 736 465

www.dalet.cz

VÝCVIK SF

Učení jako spoluvytváření



- absolvování praxe v rozsahu min. 300 hodin (stáž na pracovišti v oblasti péče o duševní zdraví, frekventanti si zajišťují samostatně – možnost absolvovat na svém „domovském“ pracovišti)
- Úspěšné složení obhajob - prezentace úspěšného případu s dokumentovanou terapeutickou změnou pomocí ORS (nebo ekvivalentu). Součástí obhajoby je prezentace videonahrávky, zpracování a odevzdání případu v písemné podobě a diskuze).

AKREDITACE:

- ČAP (Česká asociace pro psychoterapii).
- MPSV ČR (pro sociální pracovníky) – úvodní část (160h) i navazující výcvik (384h) jsou samostatně akreditované pod názvem: „Na řešení orientovaný přístup v rámci metod sociální práce“

PŘIHLÁŠKY:

Podrobné informace k přihlašování a platbám lze nalézt na www.dalet.cz/vzdelavani-prihlasky.php.

OTÁZKY:

V případě jakýchkoli otázek nás prosím neváhejte kontaktovat na mail: info@dalet.cz
či telefon (+420) 604 736 465 (Mgr. Radka Strnadová).

Kontakty:

E-mail: info@dalet.cz

Tel.: 604 736 465

www.dalet.cz