

Obsah

O autorech	9
Předmluva	10
Poděkování	14

ČÁST I. / ZÁKLADY A MODEL

Kapitola 1.

Dilema lidského utrpení	15
Zdravá normalita: Základní předpoklad psychologického mainstreamu . .	17
Mýtus „duševního onemocnění“	18
Perspektiva terapie přijetí a odhodlání	22
ACT: Accept (přijmout), Choose (zvolit si), Take Action (jednat)	35
Upozornění	37

Kapitola 2.

Základy ACTu	39
Filozofie vědy: Tradiční přístup	40
Filozofie vědy: Funkčněkontextuální základy ACTu	42
Teorie poznání v základech ACTu: Teorie vztahových rámců	50
Poznámky na závěr	71

Kapitola 3.

Psychická pružnost jako ucelený model lidského fungování	72
Cíle uceleného modelu	72
Přehled modelu psychické pružnosti	73
Jádrové procesy modelu psychické pružnosti	78
Jádro modelu: Psychická pružnost	109
Poznámky na závěr	112

ČÁST II. / FUNKČNÍ ANALÝZA A PŘÍSTUP K INTERVENCI

Kapitola 4.

Formulace případu	113
Naslouchat ACT ušima, dívat se ACT očima	113
Klinicky užitečná formulace případu	114
Zjišťování procesů psychické pružnosti	118
Formulace případu v ACTu	137
Poznámky na závěr	148

Kapitola 5.

Terapeutický vztah v ACTu	150
Síla terapeutického vztahu	151

Pozitivní body působení v ACTu	157
Negativní body působení v ACTu	165
Závěrečné poznámky	169
Kapitola 6.	
Vytváření kontextu pro změnu	170
Mysl versus zkušenost	170
Otázka na úvod: Proč právě teď?	170
Kulturně formovaný vzdor	171
Slon v místnosti	172
Co jste vyzkoušel? Jak to fungovalo? Co vás to stálo?	174
Uzavření terapeutické smlouvy	183
Kontrola je problém, ne řešení	186
Funkčnost (workability) a kreativní beznaděj	194
Poznámky na závěr	202
 ČÁST III. / JÁDROVÉ PROCESY KLINICKÉ PRAXE	
Kapitola 7.	
Vědomí přítomného okamžiku	203
Praktický přehled	203
Procesy vědomí přítomného okamžiku a jejich vztah k intervencím založeným na všímavosti	205
Klinické využití	206
Interakce s dalšími jádrovými procesy	217
Terapeutická doporučení a varování	219
Interpretace známek pokroku	220
Kapitola 8.	
Dimenze já	221
Praktický přehled	221
Klinické využití	226
Interakce s dalšími jádrovými procesy	238
Terapeutická doporučení a varování	239
Interpretace známek pokroku	242
Kapitola 9.	
Odstup	243
Praktický přehled	243
Klinické využití	246
Interakce s dalšími jádrovými procesy	265
Terapeutická doporučení a varování	266
Interpretace známek pokroku	267