

Obsah

ČÁST PRVNÍ. VÝCHODISKA

1. Atmosféra změny 3
 - Určení neurčitého 4
 - Kritické předpoklady změny 5
 - Vývoj konfrontace 5
2. Co lidi motivuje ke změně? 14
 - Stav motivace 14
 - Motivace jako možnost 18
 - Účinné motivační postupy 19
 - Smíšení ingrediencí 27
- 3 Rychlá intervence: Více kamínků do mozaiky 28
 - Změna sama sebe 28
 - Vliv rychlé intervence 29
 - Aktivní přísady účinné rychlé intervence 30
 - Motivace a vzájemná interakce mezi lidmi 32
- 4 Ambivalence: dilema změny 33
 - Chci, nechci 33
 - Setkání s ambivalencí 34
 - Pochopení ambivalence 35
 - Práce s ambivalencí 41

ČÁST DRUHÁ. PRAXE

5. Principy motivačních rozhovorů 45
 - Co je motivační rozhovor? 46
 - Rozdíly mezi motivačními rozhovory a jinými styly 46
 - Pět základních postupů 49
 - Shrnutí 55
6. Fáze I: Budování motivace ke změně 56
 - První setkání 56
 - Struktura začátku sezení 62
 - Pět počátečních postupů 62
 - Provázením během kontaktu 78
7. Využívání výsledků hodnocení 79
 - Prezentace hodnocení 79
 - Různé podoby hodnocení 80
 - Vyhodnocení motivace 84
 - Osobní zpětná vazba 86

8. Zacházení s odporem	89
Role terapeuta při odporu 89	
Rozpoznání odporu 101	
Postupy pro zvládání odporu 92	
Jak se vypořádat se zrušenými setkáními 98	
Drama změny 99	
9. Fáze II: Posilování závazku ke změně	101
Rozpoznání připravenosti ke změně 101	
Nebezpečí ve II. fázi 103	
Rekapitulace 104	
Klíčové otázky 104	
Informace a rady 105	
Projednávání plánu 106	
Hra na závěr 110	
10. Typické a obtížné situace	112
Spolupráce s partnery 112	
Přinucený klient 115	
Jak začít hovor o tématu 117	
Málo času 118	
Pátrání v emocích 119	
Život v chaosu 121	
Odbíhání od tématu 122	
Detoxifikace 123	
11. Praktická případová studie	125
12. Výcvik v motivačních rozhovorech	143
Některé obecné zásady 144	
Východiska 147	
Počáteční postupy 148	
Cvičení střední části hry 162	
Cvičení na ukončení hry 166	
ČÁST TŘETÍ. KLINICKÉ VYUŽITÍ MOTIVAČNÍCH ROZHovorŮ	
ÚVOD	171
13. Motivační rozhovory a fáze změny	175
<i>Carlo C. DiClemente</i>	
Fáze před uvažováním – odpor a „čtyři R“ 176	
Uvažování – analýza rizik a zisků 178	
Rozhodnutí – od závazku k akci 180	
Akce – uvedení plánu v život 181	
Udržování, relaps a recyklace 182	
Shrnutí 183	

14. Rychlé motivační rozhovory v rukou nespécializovaných praktiků 185
Stephen Rollnick a Alison Bell
 Řízení setkání 186
 Začátek setkání: otevření tématu týkajícího se užívání 187
 Na cestě – zkoumání obav a možností změny 188
 Ukončení setkání 189
 Případová studie 190
 Závěr 193
15. Motivační rozhovory: Holandský pohled se zvláštním zaměřením na klienty závislé na heroinu 195
Henk P. J. G. Van Bilsen
 Pochopení motivace 195
 Speciální techniky 197
 Motivační rozhovory s klienty závislými na heroinu 200
16. Motivační terapie v párech a závislost na alkoholu 204
Allen Zweben
 Důvody pro zahrnutí partnera 205
 Role partnera v motivačním poradenství: „Svědék“ versus aktivní účastník 206
 Pozvání partnerů do procesu léčby 206
 Vyhodnocení partnerského podpůrného systému 207
 Techniky v motivační terapii za účasti partnera 207
17. Posilování zásadních řešení: Motivace při prevenci relapsu vážně závislých alkoholiků 214
Steve Allsop a Bill Saunders
 Východiska 214
 Uplatnění v léčebné praxi 215
 Program 215
 Setkání s každým pacientem jednotlivě 216
 Setkání se dvěma pacienty 222
 Víra ve vlastní schopnosti 223
 Závěr 223
 Poděkování 224
18. Motivační rozhovory s mladými lidmi 225
Gillian Tober
 Okolnosti a životopisná data 226
 Rozhovor 227
 Pokračování 234
 Diskuse 234
19. Žebříček hodnot a pití: Systematická motivační terapie s alkoholiky 236
W. Miles Cox, Eric Klinger a Joseph P. Blout
 Motivační model užívání alkoholu 237
 Vyhodnocení motivační struktury 238
 Terapeutická technika 238
 Závěry 245

20. Problémy s alkoholem a komunita	246
<i>Tim Stockwell</i>	
Komunitní týmy zaměřené na alkohol (CAT) 246	
Vztah motivačních principů ke komunitní práci 247	
Shrnutí a závěr 251	
21. Motivační rozhovory s uživateli heroinu na metadonových klinikách	252
<i>Bill Saunders, Celia Wilkinson a Steve Allsop</i>	
Náš výzkum 253	
Co je dobrého na braní drog 254	
Stinné stránky 255	
Spokojenost se životem 257	
Problémy a obavy 258	
Analýza zisků a ztrát 259	
Využití emocí 260	
Záměry do budoucna 262	
Závěrečný komentář 262	
Poděkování 263	
22. Motivační rozhovory a zmírňování nebezpečí HIV	264
<i>Amanda Baker a Julie Dixon</i>	
Filozofický rámec našeho přístupu 264	
Cílová skupina v léčbě 265	
Cíle motivačního rozhovoru 266	
Terapeutický vztah 266	
Postupy v rámci rozhovoru 267	
Případ Kerry 270	
Důležité součásti motivačních rozhovorů 272	
23. Použití motivačních rozhovorů při léčbě pachatelů sexuálních deliktů	273
<i>Randall J. Garland a Michael J. Dougher</i>	
Faktory, které narušují motivaci k léčbě 274	
Zapojení sexuálního devianta do léčby 277	
Motivace během léčby 279	
Závěr 282	
24. Motivační rozhovory a udržování výsledků změny	283
<i>Rosemary Kent</i>	
Přiblížení se ke konci cesty 283	
Nerozhodnost nad další cestou 283	
Ambivalence a předčasná sebedůvěra 284	
Rozlišování očekávání 288	
Závěr 289	
LITERATURA	291