

Transformační systemická terapie Satirové (TSTS) - možnosti využití u klientů s obtížemi v intimní a sexuální oblasti *

Marek Pospíšil

Mgr. Marek Pospíšil

Psychologie UPOL

Manželská a rodinná poradna Kladno

Varias se Zdeňkou :)

MOVISA 7 - výcvik TSTS, 3. ročník *

TSTS - základní pojmy

Kongruence (Soulad)

Komunikační pozice, při které se můžeme volně rozhodovat a jednat, být autentičtí.

Sebeúcta

Pocit vlastní ceny, schopnost ocenit sebe sama a chovat se k sobě s důstojností, láskou a opravdovostí.

TSTS

Jaká je:

Systemická

Zážitková

Pozitivně orientovaná*

Zaměřená na změnu*

Cíle:

Kongruence

Vysoká sebeúcta

Zaměření na zdroje

Růst

TSTS - východiska

Intrapsychický proces - metafora ledovce

Chování - coping - pocity - pocity z pocitů - vnímání - očekávání - touhy - já

Stresové komunikační pozice

Způsoby jednání ve stresu na základě “nastavení ledovce”.

Usmiřující - obviňující - superracionální - rušící

TSTS - nástroj 1

Transformace pravidla

Zážitkový proces změny pravidla/vnitřního nastavení.

Př. Vždycky musím přistupovat k druhým tak jak chci, aby druzí přistupovali ke mě.

Někdy musím

Někdy můžu, když

TSTS - nástroj 2

“Kolo intimit”

Pojetí intimity jako důvěrného kontaktu, který v rámci vztahu může mít 8 podob.

Ty se navzájem ovlivňují a prolínají. *

Emoční - intelektuální - sociální - estetická - fyzická - sexuální - rekreační - duchovní

TSTS - nástroj 3

Sochání

Zážitkový způsob práce s tělem.

2 dimenze - vzdálenost, výška

+ typické gesto :)

Oceňuji vás za ochotu
naslouchat

Dotazy/diskuze? :)

Marek Pospíšil