



KONZULTACE S REFLEKTUJÍCÍM TÝMEM



Co je reflektující tým

Je to forma terapeutické práce, kdy jsou kromě terapeuta a klienta přítomni ještě další 2-3 lidé. Tento formát by měl být především možností pro Vás, jak rozšířit svůj pohled na situaci, ve které se právě nacházíte nebo na problém, se kterým zápasíte. Tým Vám může dát podporu, nové nápady, jeho členové se můžou podělit o svoje pocity, názory, to vše respektujícím a pro Vás bezpečným způsobem. Skládá se obvykle z lidí, kteří mají psychologické nebo sociálně-vědní vzdělání.

Jak to probíhá

Nejčastěji probíhá konzultace s RT tak, že společně s terapeutem vedete dialog. Terapeut se v určité chvíli může po domluvě s Vámi obrátit na tým a dát mu slovo. Jeho členové pak během 5-7 minut sdílejí mezi sebou svoje reflexe o tom, co vyslechli během konzultace. Obrací se přitom pouze na sebe, Vy i terapeut máte během toho možnost poslouchat. Po skončení reflexí se můžete, ale nemusíte vracet s terapeutem k tomu, co bylo v týmu řečeno. A můžete si to třeba vzít sebou domů.

S respektem

Vše, co bylo řečeno, zůstává mezi námi a Vámi. Po skončení ani před začátkem se tým s terapeutem nezaobírají Vaším příběhem, všechno důležité zazní ve Vaší přítomnosti. Tímto způsobem je možné pracovat v individuální, párové i rodinné terapii. Pro klienty i terapeuty je často taková spolupráce výhodou, i když samozřejmě nemusí vyhovovat každému.

Více informací můžete najít na www.reflektujici-tymy.cz