

OBSAH

ÚVOD	5
1 CESTA SUR – OD POČÁTKŮ PO SOUČASNOST	9
Zoznam bibliografických zdrojov	41
2 SYSTÉM, KTORÝ POMÁHA – REŽIM A PRAVIDLÁ KOMUNIT	43
2.1 Kreativní přínos Jaroslava Skály	50
3 REALIZÁCIA VÝCVIKOVÉHO PROGRAMU	54
3.1 Uplatnenie skupinovej psychoterapie za hranicami zdravotníctva	56
3.2 Ciele výcvikového programu v systéme SUR	63
Zoznam bibliografických zdrojov	69
4 OBSAH VÝCVIKOVÉHO SVETA	70
4.1 Sebapoznanie a jeho význam	72
4.2 Agresivita a agresia	76
4.3 Konflikty, ich riešenie a zvládanie	78
4.4 Sexualita a sexuálne násilie	81
4.5 Skupinová dynamika malej a veľkej skupiny	83
4.6 Expresívne prístupy	91
4.7 Relaxačné metódy	94
5 MOTIVACE A MOTIVOVANOST K VÝCVIKU	97
6 POHĽADOM TÝCH, KTORÍ VÍEDLI	100
6.1 Vedenie výcvikovej komunity	100
6.2 Spomínanie	105
6.3 Úvahy o vedení výcvikovej skupiny	108
6.4 Zúčastniť sa a neskôr viesť	114
6.5 Život (nie) je len náhoda	117
ZÁVER	122
PRÍLOHY - MYŠLIENKY MEDZI RIADKAMI	125