



Číslo případu: 152

Název případu: Kašparová Renata

Datum založení: 11.11.2020

Datum ukončení: 17.8.2022

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 872**

Datum schůzky: 16.12.2020**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 16.12.2020 3. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupr.: R. se vrací k tomu, jak se vyrovnala s prosbou otce o pomoc: odvoz na pohřeb. Vymezila se těsně před odjezdem, měla pocit, jako když „střelí do vrabců“, jeho přítelkyně odešla, otec odešel, zůstala tam sama, od té doby jí říká: „až budeš chtít zase udělat vítr, tak přijď“. Podporuji ujasnění, co asi otcí mohlo na tom vadit: dotkla se jeho přítelkyně, možná slyšel v jejím tónu vyčítavost, nečekal, že by mu odepřela spolupráce, nelíbí se mu, že mu někdo organizuje život... Dle úsudku R. pravdou je, že s ním rozebírala, jak by to býval mohl zařídit jinak a také to, že její tón nebyl slušný... uvědomuje si, že když si o něco říká, nezřídka je značně naléhavá a vyčítavá; také mohla své vymezení lépe načasovat, nikoliv už bezprostředně před odjezdem. Na dalších příkladech (s dcerami a s Martinem) si uvědomuje, že někdy druhým organizuje nadměru jejich život tak jak to dělá otec jí. Trénujeme alternativní formulace s vyjádřením pochopení a neutrálním odmítnutím. R. si všímá toho, jak silný je impuls „ale měla bys pomoci“... a když mám někoho ráda, neodmítnu ho, obtížně se propracovává k „mohu mít ráda a přitom nevyhovět“. Odchází s tím, že se che učit „nechat to být“, mj. u dospívajících dcer, u spolupracovníků apod. Shr., záv.: Konz. odkrývá obtíže R. včas se vymezit, narůstající tlak a následnou nadměrnou reakci doprovázenou negativními emocemi a výčitkami. Dále se částečně odhaluje přesvědčení nemohu si dovolit odmítnout, neměli by mě rádi... Práce se nyní odehrává na úrovni nácviku alternativních reakcí vymezení, nevyhovění. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace. Ujasnit oslovení. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 886**

Datum schůzky: 25.11.2020**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 25.11.2020 2. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupr.: Pí K. popisuje, že se jí podařilo více se prosadit v práci, a to poté, co byla konfrontována s tím, jak se o sebe stará její spolupracovník Martin. Vedlo to k systémovým změnám ve fungování pí K. v Taxisu. Podobně vedla jistá konfrontace s požadavky rodiny přítele Martina (rodinný podnik Granule) k nastartování změn i na tomto poli rodinné spolupráce (doposud bezplatná, nejasněná, uplatňovala se mlčenlivá očekávání). Pí K. si uvědomuje, že hodně stojí o ocenění druhých a mrzí ji, že ho nedostává od svého otce; domnívá se, že odtamtud její deficit plyne. Otec ji také úkoluje nadmíru, někdy dokonce ani pomoc nevyužije, zdá se, že těží z toho, že přepsal na ni dům, a očekává, že některé role kolem něho bude nyní plnit, přestože ho neužívá. Podporuji uvážení ZV otci, pí K. pracuje s představou jeho reakce, považuje postup za reálný, efekt nelze vyloučit, rizika nejsou velká. Zde těží z ocenění, které zde dostává, poskytuje jí to určité zpevnění. Shr., záv.: Konz. více odhaluje potřebu pí K. druhým vyjít vstříc (s nadějí na zisk ohodnocení), předpokládá, že druzí si toho všimnou, zakouší zklamání, když to tak často není. Ověřuje si, že za svá práva a potřeby se může postavit a přináší to efekt, což je důležitá korektivní zkušenost. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace. Ujasnit oslovení. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog ...

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 887**

Datum schůzky: 11.11.2020**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Obnovit osobní pohodu a bezpečí.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 11.11.2020 Obj.: Pí K. () přichází sama, s předstihem, vkusná spíše sportovní úprava zevnějšku, vyšší štíhlá postava, blond. Vystupuje klidně, s převahou racionálního modu. Verbální komunikace obratná, bystrý úsudek, pozorná, pozornost omezená v trvání. Emoční projev nepříliš zřetelný, převažuje zmatek, nejistota, obavy, výrazná potřeba udržet si odstup. Sebepojetí nejisté, zřetelná potřeba ocenění, užitečnosti; náhled na vlastní prožívání částečný. Zak., kontr.: Zatím nediferencovaná potřeba obnovit osobní pohodu a bezpečí. Nav. spolupr.: Doporučena ke spolupráci zde kolegyní v DDPP. Objednává původně svého přítele, ale díky jeho nezájmu o konzultaci přichází sama. Při konzultaci u PsL (Dr. Blažek) jí byla pstp spolupráce doporučena. Anam.: Pí K. je rozvedená (-4), dvě dcery (Kristýna, Johanka) v SP, býv. manžel David. Nyní v partnerském vztahu (3) s Martinem, který má v SP své dvě děti. Martinův otec v létě 2020 zemřel (Ca onem.), nyní se se závažným Ca onem. léčí jeho sestra. Pí K. má mladší sestru Lenku (-6). Rodiče rozvedení, s otcem je v kontaktu, s matkou také. Matka v péči PsL (Dr. Blažek). Pracuje v soc. službách (aktivita pro osoby s psych. onem.). Nyn. obt.: Obavy z perspektivy vztahu („mám chlapa, ale on mě teď nechává na vedlejší koleji... věnuje se sestře... odmítá pomoc...“). „Do neděle jsem ležela a koukala do stropu... jen příjezd dcer mě dostal z postele...“ Průb. spolupr.: Pí K. líčí vývoj událostí v posl týdnech: v létě zemřel tchán, krátce na to závažná dg potvrzena u švagrové, pro rodinu přítele je to extrémní zátěž, ona jim chce pomoci, oni to odmítají, nyní se tváří, že všechno už je v pohodě, ale pí K. ví, že ne. Pí K. připouští, že má potřebu pomáhat, proto zařizovala pstp péči pro svého přítele, ten to však odmítl. Ona se snažila jej podržet, když přítelovi bylo špatně (řešil to alkoholem a anxiolytiky), když přešlo nejhorší, on byl v pohodě, ale ona se dostala do nepohody. Připouští, že pomoc o kt. si přítel řekl,

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 987**

Datum schůzky: 27.1.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 27.01.2021 4. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupr.: R. dnes přijela z PPR (Mgr. Lášková), kam docházely i dcery, ale býv. manžel si další spolupráci nepřál, proto spolupr. ukončena. R. zjišťuje, že Johanka možná má obavy o vývoj partnerského vztahu a to vede k její nepohodě u matky. R. má dojem, že každý z rodiny od ní něco čekal (v době, kdy sirší rodinou procházela covidová infekce), ona nebyla s to tomu vyhovět. M. se na ni zlobil, „rodiče mě nechápou... Lenka mě nevyslechne... s Míšou a tchýní jsem přestala komunikovat... nepřišla jsem na oslavu... nepozvali mě...“ Bojuje s pocitem vyloučení, nechtěnosti, ale na to, jak věci skutečně jsou, se neptá, žije domněnkami. Shr., záv.: Pocit zneužití, nedostatku pozornosti k jejím potřebám, nepřijetí ze strany širší rodiny přetrvává. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 988**

Datum schůzky: 10.2.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 10.02.2021 5. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupr.: Zadávám nalezení toho, co se v mezidobí podařilo: nachází to, že se jí daří někdy Martina nepostrkovat. Příkladem je jeho pozornost dětem: postupnou analýzou dochází R. k tomu, že se bojí o jeho vztah s dětmi... následně o potíže, kt. jejich vztah neunesla... a o to, že zůstane sama... navíc z rozpadu svého vztahu si odnesla zkušenost, jak se nevyplatí v něčem být pozadu... býv. manžel ji vždy něčím překvapil... a ona na to doplácela... Krátce odbočujeme k vedení komunikace s někým, kdo manipuluje (zdá se, že býv. manžel D. vyhrožování, zavděčení, vyčítání užívá častěji). Vracíme se k péči o sebe, R. má pocit, že nemají na to, aby někde s M. teď jeli.... „na individuální péči o sebe nemám čas...“ R. se zamýšlí nad roztržkou s kamarádkou: bližší pohled ukazuje, že šlo o vcelku konstruktivní konfrontaci, ale pro R. vyznívá rizikově, bojí se, aby nepřišla o další kamarádku... už takhle nebude mít s kým slavit narozeniny... (?) S překvapením konstatuje, že setkání s tchýní a švagrovou nepotvrdilo její předběžné obavy z Nejvíce ji nyní zaměstnává, že u táty nemá dcera Johanka problém s jídlem, u ní ano. Odkazují na kolegyni Kluckou, Šoltovou, Pěslovou, Medeoru. Shr., záv.: Konz. orientovaná na náročnější komunikační situace, na podporu odstupu, na svolení ke kolizní komunikaci. V pozadí je starost o dceru Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 996**

Datum schůzky: 24.2.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: -Renata KAŠPAROVÁ, 24.02.2021 6. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupr.: R. potřebuje klid. Z „ptačí persp.“ se díváme na zdroje neklidu: a) práce – souč. zam. očekává 4 prac. dny, dnes mám 2,5... mám pustit práci u Martina?; b) čtyřicetiny – slavit/neslavit? (sestra a matka jsou rozhádané); bude/nebude to změna?; c) rozsekaná rodina – sestra a matka... mamka a taťka...; d) sex s M. – posl. půl roku v tom bojujeme, M. se cítí odmítaný, ale já mám žal. potíže, hlavou se mi honí myšlenky, jsem připravená na sex, když jsem v pohodě, ale pro M. je sex cestou k pohodě... Podporuji R. v ujasnění hodnot souč. vztahu (velkorysost, naslouchání, spol. zažitky, uklidňuje mne...). Hlava namísto na M. je vyladěná na řešení problémů v práci a mezi sestrou a mamkou: doprovázím R. v zhodnocení užitek své angažovanosti v „řešení potíží“ svých blízkých; nabízím odhad, že svou sestru a matku nepřevychová, ZV – matce poskytuje soc. aktiv. službu, sestra terapeutickou, ale ani jedna to nechtějí... Nechtějí v tomto její pozornost, ale M. její energii a pozornost chce. Provázím R. v ujasnění konkr. cíle: dvakrát v prac. týdnu NB off v 19:00, poté se věnovat vztahu s M. (film, dobré jídlo, otevřenost pro intimitu). Shr., záv.: Konz. vedu direktivněji, dovoluji si přímější konfrontaci, důsledněji trvám na ujasnění závazku. R. to akceptuje, efekt bude vyhodnocen. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/4). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1138

Datum schůzky: 30.6.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 30.06.2021 12. Obj.: Přichází o 15 min. později, údajně proto, že se nemohla dozvonit. Měla starost, zda zde neleží bez pomoci... co má dělat... Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupř.: Odjížděla z domu napjatá, dcery nebyly hotové, proto šly ze Slatiňan k babičce do Chrudimi pěšky, M. je však nakonec svezl. Přichází s tím, že má posl. pár dnů, kdy se může věnovat dcerám, zítra a pozítří odjíždějí na tábory. Pohádala se velmi především při předávání s D., býv. manželem, jednak kvůli tomu, že jim nedovoluje telefonovat, když jsou u něj, jednak proto, že nechtěl přispět na testování dcer. „Kdybych neměla v autě dcery, asi bych to někam napálila...“ Vysvětluje, že chtěla dcerám zajistit testování ze slin, nikoliv z nosu, to on odmítal, že to není potřeba... Vyjasňujeme, že nejde o peníze, ale o odlišný přístup k dcerám – ona jim chce vyhovět, on k nim přistupuje striktněji. Doporučuji nevstupovat do postupů manželů v době, kdy je má na starosti on. Též upozorňuji na nevhodnost postupu, když se dovolává dcer, aby ony si řekly, nakonec konstatuje, že to je přece jejich záležitost, čímž přenáší odpovědnost za prudkou hádku, již byly svědky, na ně samotné. Též doporučuji nevstupovat do jakéhokoliv vyjednávání, když ví, že jeden či druhý je ve velkém napětí, protože to s velkou pravděpodobností skončí špatně. M. nabízí R., že si zajde s D. na pivo, to R. nechce... má pocit, že D. by si hrál na pohodáře... R. si stěžuje na to, že pořád musí myslet na to, jak věci dopadnou, žije ve velkých obavách. Připomíná ponižující jednání D. ohledně „nehtů“ na svatbu (D. se ženil)... s tím vyslovuji soucítění. Shr., záv.: R. přináší složité klubko zážitků, do nichž sama přináší velkou míru nepohody, nedůvěry, obav, ukřivdnosti, bezmoci, selhání. Z dosavadní spolupráce plyne, že velkým omezením R. je její vnitřní nepohoda, kt. řeší nadměrou prací, mater. zajišťováním, protektivním přístupem k dcerám. Přitom zakouší subj. neúspěch v budování vztahů

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1181**

Datum schůzky: 28.7.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Snížení starostlivosti, úzkostnosti.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 27.07.2021 13. Obj.: Přichází včas, opět potíže se zvoněním... Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolup.: Chválí si dovolenou s M., ale odvolává se na starosti o dceru, když vysvětluje, že namísto odletu do Itálie, strávili celý čas v Rakousku. V hlavě si promítala starosti o záplavy, zranění dcery na táboře, atd. Je rozhodnutá s těmito nadměrnými starostmi něco dělat, nenechat tomu volný průběh, obtěžuje to ji a „prudím tím okolí“. Druhou událostí, s níž přichází je „vztah s Týnou“: R. se trápila tím, že T. nechtěla s ní a s Joh. jít na koupaliště, byla zavřená v pokoji, nechce s ní trávit čas! Bližší analýzou zjišťujeme, že T. si uvařila oběd, uklidila v garáži a pod pergolou, pak pomáhala M., byla s to s R. šprýmovat. Pro R. však bylo obtížné zpracovat pocit zklamání či křivdy, že T. nechtěla jít na koupaliště. Doprovázím R. rozhodnutím, čemu se chce věnovat, rozhoduje se pracovat na snížení starostlivosti a úzkostlivosti. Podporuji ujasnění motivace a dále se věnujeme některým technikám/strategiím (stop technika, vnitřní sebeujišťující dialog). Shr., záv.: Zdá se, že R. nachází v tp svůj směr, odhodlává se čelit nadměrným starostem. Hlubší zdroje dělání si starostí dále zatím neřešíme. Dal. spolup., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/4). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1269**

Datum schůzky: 13.10.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Snížení starostlivosti, úzkostnosti.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 13.10.2021 16. Obj.: Beze změn. Do popředí vystupuje silně racion. modus prožívání, obtížněji se dostává k diferencovanějšímu prožitku. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupř.: „Nic se nezměnilo... nevím, co s tím...“ Dále popisuje, že „s mamkou dobrý...“, ale s tátou a sestrou stále stejné, představovala si, že táta zvedne telefon... ale to se nestalo... „Martin s taťkou měl asi hodinový rozhovor...“, R. si není jistá, zda od toho něco čekala, v každém případě neví, co si řekli, jen předpokládá, že M. mu vysvětlil věci, ze svého pohledu, předpokládá, že taťka si trval na svém... Nabízím R. imag. dialog (EFT) via P.Ž. R. to akceptuje, rozvíjí zprvu vzáj. vyčítavou argumentaci „nechci se vracet k posl. setkání, ale chci ti říct, že mě mrzelo, že mě srovnával s Davidem... a vydědil...“, vyčítky jsou oboustranné. Pak s podporou vyjadřuje, že potřebuje, aby se jí občas „jen tak“ ozval a zajímal se, jak se jí daří. Dialog je ze strany otce nadále obranný, vyčítavý. Podporuji R. v co nejpřímější kom., ona si uvědomuje, že o tom se nikdy mezi nimi nemluvilo (co cítí, co potřebují), ale připouští, že by to mohlo být prospěšné. Uzavíráme návrhem praktických kroků a stručnou verzí toho, co by potřebovala otci sdělit. R. navrhuje, že by to mohlo začít tím, že děti dědovi zavolají, ona si pak tel. vezme... Oceňuji postup, také pokrok R., když se rozhodla omluvit starší dceři za neúměrně fyz. tvrdý trest. Shr., záv.: R. se odvažuje vydat více na pole skutečných emocí, od nespokojenosti, únavy, podrážděnosti se propracovává k pocitu smutku z osamění, experimentuje s vyjádřením těchto věcí. Odhodlává se uvážit, že by otci přeci jen zavolala (na zač. sezení to zcela odmítala). Dal. spolupř., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/3). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/3).**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1301**

Datum schůzky: 3.11.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Snížení starostlivosti, úzkostnosti.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 03.11.2021 17. Obj.: Bez změn. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupr.: R. konstatuje, že má neodškrtnutý úkol... „jsem na tom stejně... možná hůř... mám pozici pozorovatele...“ Nechce být už „tahoun“, „jsem tahoun všude... škola Týny... práce... lékaři... teď Johanka je na hranici podvýživy... musí si zaznamenávat jídelní režim... lehnu a nespím... to mě vyčerpává... se sestrou to mám podobně... táta i sestra asi žijou v pohodě... sestra Lenka se nezeptá, jak se máme...“ Věnujeme se popisu kom. R. s L., ukazuje se, že R. si dává za úkol přesvědčit L., aby k matce nedávala děti na hlídání, „musím ji dostat k tomu, aby mamce nedávala děti...“ Nabízím R. vzdát se pozice mentorky své sestry, cvičíme nahrazení vyčítavých formulací neutrálními. Shrnuji, k čemu R. nutí převzetí role „tahouna“, upozorňuji, že její výčitky vždy budou vyvolávat obrany druhých a nedosáhne spolupráce, kt. potřebuje. R. připouští, že i u kontaktu se spolupracovníci si všimla, že jí nabízí pomoc, o níž zároveň doufá, že ji spolupracovnice odmítne. Dále si všimla, jak citlivě reaguje na poznámku kamarádky „a to ho necháš řídit celou cestu (= do Chorv.)?!“ či na poznámku bratrance M. „a kvůli tobě se M. rozvedl“. Podporuji R. v hledání alternativní reakce, kt. by nebyla pasivně ukřivděná („do toho ti nic není!“). Shr., záv.: R. shromažďuje zkušenosti týkající se potřeby řídit věci po svém, je konfrontována s neúčinností svých výčitek, mentorování, projevů nespokojenosti. Všímá si toho, jak sama reaguje na výčitky, učí se přistoupit k nim aktivněji a asertivněji. Z jedné strany se jeví potřeba separovat se od druhých (přestat se starat o to, zda mě potřebují), z druhé strany potřeba vymezit se vůči druhým, pokud se mnou nějak manipulují. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/3). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/3).**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1320**

Datum schůzky: 1.12.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Snížení starostlivosti, úzkostnosti.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 01.12.2021 18. Obj.: Bez změn. Přichází v respir. po prodělaném onem. covid19. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupr.: K upl. mezidobí R. shrnuje: Kristýnce zemřela po nemoci pí uč. , proběhlo rozloučení, K. odmítala, aby tam R. s ní šla, byla tam se svou třídou („nechci tě tam... mami už se mě na to neptej... už mě nech bejt...“); R. se učila dát dceři důvěru, že to zvládne. V nemoci se na ni obracela kamarádka s pomocí pro svou kamarádku... ta pak volala sama... R. se podařilo odmítnout „zakázku“, „je mi to jedno... a nemám výčitky svědomí... mohu si dovolit nepomáhat vždy všem... jde to „říct ne“... R. byla zaskočená tím, že dcery samy nepomáhaly, nevařily, neuklízely... čekala, že je to napadne, ale ony ne... přestože u D. to dělají... Analýzou zjišťujeme, že u D. to nedělají z vl. iniciativy, ale proto, že D. jim to určuje a „vládne pevnou rukou“. I o sobě R. zjišťuje, že v jejich věku poslouchala otce, ale nebylo to tolik o její iniciativě. Cvičíme, jak by takové zadání dětem mohlo vypadat namísto výčitek: stanovit úkol, instruovat postup, vymezit čas a role; R. shrnuje, co by musel v sobě zvládnout: teenage protivné reakce, to, že to udělají jinak, že se budou hádat, musela by také překonat svůj nezvyk to takto dělat. Věnujeme se dále obtížím, jež rodič teenagera musí zvládnout a toho, jak je důl. vzdát se očekávání, aniž by si o spolupráci a podporu řekla. Shr., záv.: R. nabývá důl. zkušenosti, že lze odmítnout laskavost, dále, že ne vždy okolí pochopí a akceptuje její důvody, že dokonce není nutno důvody poskytovat. Dále se R. učí svěřovat důvěru dospívající dceři, že své živ. úkoly zvládne. Naopak znovu R. čelí potřebě umět si říci o pomoc, být poněkud přímější a vzdát se následných výčitek. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/3).“ PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/3).“**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1321**

Datum schůzky: 1.12.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Doprovod aktuálním prožíváním navazujícím na**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Tereza KAUTSKÁ, 01.12.2021 23. Obj.: Zpoč. ve velké tenzi, zrychl. dech, silná nepohoda. Zak., kontr.: Doprovod aktuálním prožíváním navazujícím na příznaky úzkostné, fobické, obsedantně kompulzivní, související se sex. identitou aj. Průb. spolupr.: Zahajujeme konz. jako obvykle, napětí je však silné, brzy vyjasňujeme, že jde o mail se sdělením „cítím se jako kluk“. Sdělení oceňuji, konstatuji, že mne nepřekvapilo, vyjadřuji, že to považuji za náročný úděl, dále že si T. vážím a držím jí palce. Na otázku, zda o tom T. chce mluvit, nedostávám jasnou odpověď. Nabízím přemýšlet o tom, co by jí to mohlo přinést, ani zde nereaguje zřetelně. Za sebe nabízím možnosti „pomůže mi to rozumět sama sobě... ujasnit si souvislosti, důsledky, můj postoj... učit se o tom mluvit, vyrovnat se se stresem, kt. to vyvolává... ujasnit si, jak to vidí jiní...“ T. nereaguje, proto nabízím dompr. v podobě odpovědi na otázku: „k čemu jsem dospěla při probírání této věci s D.?... co bych zde asi potřebovala v této věci?...“ Poté se věnujeme dal. tématu: silné emoční reakce na jisté zátěžové situace. Naposledy se to T. stalo před 2 týdny, podnětem byl rozhovor s mam., ale T. neví, o čem byl. Musela odejít do pokoje, lehla si a spala, bývá po tom unavená. Těžká fáze trvala snad 20 min. Jiná epizoda předtím byla asi v létě. Popisuji svou hypotézu, že jde o jakési zahlcení silnými podněty a prožitky (užívám metaforu chaotické dopr. situace a zácpy zatímco se strhne silná bouřka s deštěm a blesky). T. hypotézu potvrzuje. Shr., záv.: Konz. je první konfrontací s tématem sex./gender identity/role. Jde o průlom v tp vztahu, T. se odvažuje sama sebe konfrontovat se situací, že s tím někoho dalšího (kromě matky, babičky, kamaráda – psychologa Daliho) seznámí. Dal. spolupr., dopor.: Sjednán další termín. „Mně se jednoduše řekne, že tě přijímám... jak to/sebe přijímáš ty? to je nepochybně složitější...“ „Nejen, že mne to nepřekvapilo... čekal jsem, kdy s tím přijdeš... nikoliv proto, že bych se o tom dozvěděl odj

Výstupy/domluvy: Sjednán další termín.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1388**

Datum schůzky: 12.1.2022**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Snížení starostlivosti, úzkostnosti.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 12.01.2022 20. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupr.: „Dost zapomínám... říkám větu, pak mám prázdko...“ R. připomíná, že u rodičů M. se nechala strhnout proudem hovoru (vliv alkoholu), nasávala to jako houba... bylo to pro ni těžké. Uznává, že hodně řeší druhé. „Mám tendenci někam M. strkat.“ Poté vypráví: „Týna mě koučovala: ... měla by ses o sebe víc starat... nemáš kamarády... nechodíš s nikým na kafe... nestarej se o M. a jeho děti... proč nemáš jednu práci?“ Doprovázím R. úvahou, co jí to asi T. chce říci: „jsi unavená“. Nabízím další možnost: „věnuješ se druhým, řešíš jejich starosti, věnuješ se hodně nám... já chci ale vidět tebe, tvoje já, o co se zajímáš, čím ty žiješ...“ R. si u toho uvědomuje, že M. jí říká „chceš v očích druhých vypadat dobře“, uznává, že jí záleží na tom, co si o ní dcery myslí. Podporuji R., aby se odvážila nechat T., ať si řeší své věci, s kým chce, třeba i s maceškou, a dovolila jí mít více autonomie a aby se skutečně víc věnovala sobě a svým potřebám, zálibám, aby nevisela svým životem na druhých a neodvozovala to, čím žije, jen od jejich potřeb a problémů. Podporuji R., aby u potíží druhých si dovolila „být jen divákem... nevstupovat na jeviště...“ R. začíná na ½ úv. pracovat pro LOM. Shr., záv.: Konz. znovu konfrontuje R. s tím, jak je její identita závislá na potížích a potřebách druhých, jež pak řeší, někdy i nevyžádaně a manipulativně. Osamostatnit se a autonomněji fungovat je pro R. nezvyklé. R. nepřináší téma matky, otce, sestry. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/3). R. stojí o konz. za dva týdny, proto další plánujeme v režimu ½. Sjednáno, že se budeme věnovat „jak se zbavit exmanželky Jindřišky... všude se mi plete... neumím s tím pracovat...“ PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/3). R. stojí o konz. za dva týdny, proto další plánujeme v režimu ½. Sjednáno, že se budeme věnovat „jak se zbavit exmanželky Jindřišky... všude se mi plete... neumím s tím pracovat...“

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1530**

Datum schůzky: 22.12.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Snížení starostlivosti, úzkostnosti.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 22.12.2021 19. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupr.: Přináší víno... „dárky jsou moje téma... utratila jsem 20 tis.... za zbytečnosti... navíc nemám práci... dva měsíce budu hledat... no mám Edu, granule, Po Česku bez lepku... ale to mě neživí... Martin ,nic neřeš... jsem tady já... co řekneš, zaplatím...‘ jsem nervózní, mám finanční strach... hledám práci, ale... neumím si představit, že budu pracovat v kanc., ti lidi..., ta jednotvárná práce... Potřebuji změnu, každý rok jsem dělala něco jiného... tvořivost... ... spolehnout se na M., dovolit si být chvíli závislá... úplně mě dostalo, dyž zmínil ,žena v domácnosti‘.. to je ta, co není samostatná, nezvládá to, neumí si najít práci, selhávající, méněcenná.“ Dále se věnujeme situaci s dcerami: „amok, bouchla jsem, večeri si nevzaly, přestože byla nachystaná, všichni koukali, to se mi ještě nestalo... dva dny jsem se z toho dostávala... ale Týna se posunula, přišla za námi do kuchyně, ... ,ne, ja tady chci bejt...“ R. se cítí ukřivděná, že „Týna vyřídila s D. nejen pas, ale i OP... mrzelo mě to, obřečela jsem to, měly jsme to dohodnutý... rituál... dala jsem jí najevo ,zaříd si to, jak chceš‘... ale dala jsem najevo, že mě to mrzí... popisuji double bind... zaříd si to jak, chceš, ale počítej s tím, že když si to tak uděláš, mě tím zklameš... „to je strašný“... nechci se dostat tam, kam mamka...“ Shr., záv.: Konz. prezentuje potřebu R. zavděčit si druhé a na druhou stranu pokud možno být na jejich podpoře a pomoci nezávislá. Nevyužité příležitosti: nechat si opravdu od M. pomoci, aby mohl více cítit „mohu být pro tebe užitečný“ a R. zažít „spolehnu se a nebudu zklamána“... nepřijmout víno, nedovolit opakovat scénář ,dám a zavděčím si ho‘... proč dává R. dárky za dvacet tisíc...? Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/3).“ PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/3).“**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1531**

Datum schůzky: 8.9.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Snížení starostlivosti, úzkostnosti.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 08.09.2021 15. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupr.: R. připomíná, že matka má dg. úzk. depr. syndrom, R. je spokojená s tím, že přes známosti v PDZ a u lékaře se jí podařilo toto zjistit, „naběhla jsem tam... popovídala jsem s ní... uznala, že je nemocná... měla tam být včera... pí z PDZ budu brát jako prostředníka...“ R. má radost, že „se mamka sbírá“. Shrnuji do popisu, jak R. jedná s mamkou (přisuzuje jí roli nemocné, ochranytelství, nevyžádaná pomoc) a se sestrou (mentoruje ji, kontroluje, jak mamku zatěžuje apod.). „Holky byly u dědy v době, kdy je měl táta...“, R. to vnímá jako nefér ze strany obou. Otcí vyčítá „když se neozvu, neozve se...“ Shr., záv.: Konz. věnována rolím, jaké přisuzuje R. svým blízkým. Frekvencovaně se staví do role ukřivděné, vyčítá, nebo naopak kontroluje chování druhých. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/4). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1540**

Datum schůzky: 1.9.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Snížení starostlivosti, úzkostnosti.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 01.09.2021 14. Obj.: Bez nápadností. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupř.: R. popisuje, že se věnovala svému úkolu: nedělat si starosti - „zaměstnávala jsem ruce... ale - jeli jsme na kole, objevuje se mi obraz, M. leží na zemi a umírá...“, R. pláče... pocity osamění... „Zůstala jsem sama... otec - ,když se neumíte domluvit (= R. a býv. manžel D.), nechod' mi přes práh!' ... najednou nulový kontakt, nejeví zájem... máma - sebelítost, nekomunikuje se mnou... oslovila jsem PDZ... Dr. Blažek.... sestra - říkala jsem jí ,nedávej mámě děti na hlídání', ale stejně to dělá... nulový kontakt za 14 dnů..“ Shr., záv.: R. pokračuje v osvojení kognit. behav. technik cílených na redukci starostí a úzkosti. Čelí jistě izolaci zejm. ze strany sestry (kterou mentoruje) a otce (který nechce být angažován v jejích sporech s býv. manželem). Dal. spolupř., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/4). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1596

Datum schůzky: 9.6.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 09.06.2021 11. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupr.: „Navalilo se to na mě všechno... Týna (14)... unavuje mě to... zpoč. byla dobře naladěná... od St odsekává, nespolupracuje... zaleze do pokoje... představovala jsem si, že budeme jako máma s dcerou spolu trávit čas... bojím se... to není normální... rizika na síti... aby nezblbl... je mi líto, že mě nebere jako kámošku... neřeší se mnou školu, kt. bude dělat... jsem zklamaná, o tátovi mluvím... o mně u táty asi ne...“ Věnujeme se popsaným jevům z hlediska vývojového a z hlediska role rodiče dospívajících dětí, podporuji R. v akceptování specifík projevů T. Shr., záv.: Konzultace zacílená převážně k tématům rodičovským, jmenovitě k zorientování v projevech dospívajících a vhodných reakcích na ně. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/4). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1597

Datum schůzky: 19.5.2021

Forma služby: Ambulatní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 19.05.2021 10. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolup.: „Všichni něco po mně chtějí... noční práce mi nejdou... věci se na mě navalejí... chci být dokonalá... jsme v toms kolegní spolu... to je nezisk...“ Věnujeme se prac. režimu R. a rovnováze os. a prac. času, mj. v kontextu partnerského soužití. Podporuji náhled R. na to, jak reaguje na výzvy a příležitosti či očekávání druhých, zabýváme se jejím očekáváním, kt. si ukládá (chci být dokonalá). R. se rozhoduje během příštích dvou týdnů po dva dny v týdnu být večer bez práce. Shr., záv.: R. hledá své místo v oblasti pracovní a osobní, usiluje o rovnováhu, ale čelí při tom ideálu „dokonalé R.“ Zdroj tohoto nároku na sebe zmapován částečně. Dal. spolup., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/4). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1598**

Datum schůzky: 28.4.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 28.04.2021 9. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupr.: R. se vrací k zadání „dva večery týdně bez práce, věnovat se M.“ Úkol se plnit nedaří a přiznává, že má dojem, že „M. to nedává“. Líčí množství pracovních úkolů, „převzali jsme neziskovku... spím 4 hod. denně...usínám u PC...“ Zároveň si všímá, že dcery jsou nespokojené, trpí pocitem, že u tatínka se cítí lépe. Své zatížení líčí jako důsledek toho, že nechce už nikdy být na nikom závislá, připomíná dobu po rozvodu, kdy čelila nevlídnému jednání ze strany D., nechce už nikdy nic takového zažít... Shr., záv.: R. se cítí nucená k finančnímu zabezpečení, vykonává několik zaměstnání najednou. Přetížení nepochybně má své následky ve vztazích s partnerem i s dětmi. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/4). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1600**

Datum schůzky: 7.4.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 07.04.2021 8. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupr.: „V neděli to bouchlo... M. chce děti opět do spol. víkendu... ale já s tou prací nehnu... on odejde... nemůžu úvazky osekát... když jsem se rozváděla, řekla jsem si „už nikdy nebudu na nikom závislá“...“ Uvažuje o svých zaměstnáních - „potřebuji volnost.... změnu... kreativitu...“, zároveň si uvědomuje, že to je „bludný kruh.... nechci zažít tu závislost na druhých...“ Shr., záv.: Nadále přetrvává konflikt mezi jednotlivými oblastmi života R. - prac., rodičovskou a partnerskou. Řešení tohoto konfliktu silně omezeno zážitky spojenými s rozchodem s minulým partnerem. Dal. spolupr., doporu.: Sjednána dal. konzultace (1/4). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1603**

Datum schůzky: 24.3.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 24.03.2021 7. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Naučit se pečovat o sebe, své potřeby. Průb. spolupr.: Mapujeme akutální emoční stav: únava, bezmoc, stereotyp, trvá to dlouho, bezradnost, beznaděj. R. připouští, že má pocit, že nezvládá svůj os. management. Hledá vhodné aktivity s dcerami - prezentuje potíže ml. dcery Johanky, nasadila jí bezlepkovou dietu, vymyslela projekt „Po Česku bez lepku“, ale není si jistá, zda se jí daří opravdu zájem dcery nějak upoutat. Věnujeme se dalším možnostem aktivit s oběma dcerami. Podporuji aktivní naslouchání R. dcerám a vnímavost vůči tomu, co jí sdělují. Shr., záv.: Konz. cílena především na efektivní naplnění rodič. role, v níž může docházet k míjení představ R. o své roli matky a potřeb dcer. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/4). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/4).**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1742

Datum schůzky: 23.2.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Snížení starostlivosti, úzkostnosti.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 23.02.2022 23. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupr.: „Dařilo se mi dobře... přišla jsem o hlas... holky to musely slyšet, ale ani se nezeptaly...“ Věnujeme se očekávání R. od dcer („budeme jako kamarádky, parťačky... budou se zajímat...“ Pripouští, že asi ne víc než 5% dětí věku Týny a Johanky by se zeptalo rodičů, jak se jim daří, když se jim špatně mluví. R. se podařilo se zkamáním se vyrovnat, dcerám to nesdělila, spíše posléze přemýšlela, jestli není špatný rodič... Zastavujeme se u vysoko nastaveného očekávání na sebe a také na Martina. Věnujeme se též přirozené mezigenerační hranici namísto očekávání „budeme jako parťačky“, též v perspektivě dospělosti dcer. Přecházíme k tématu trávení jarních prázdnin: T. se měla rozhodnout, „mezi kámošema a mámou“ (pobyt s kamarády v Tanvaldu v. „překvapení“ v podobě letec. výletu na 4 dny). Reaguji za T. ohledně volby mezi „mámou a kámošema“, shrnujeme logistické aspekty rozhodování (rozhodování T. o neznámém výletu, možná ve věku, kdy je urč. míra informací zdravá). Věnujeme se nástrojům, kt. umožní ve vztahu R. a T. zažívat oboustranně více svobody a důvěry. Shr., záv.: R. registruje citlivěji momenty, v nichž projikuje své potřeby do svých dětí, daří se jí s nimi disciplinovaněji zacházet. Přetrvává sklon ultimativně požadovat pozornost od dcer a přecitlivělá reakce na nezávislé chování blízkých. Nezmiňuje otce, sestru, mamku, a to již řadu konzultací. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konz., režim ½. Příště se vrátit k „Jindřiška se mi plete do života“, „možná bych potřebovala, aby to slyšel i zde ode mne“. Sjednáno, že příště to můžeme projednat, zda na příp. dal. konz. by byla jeho účast možná. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konz., režim ½. Příště se vrátit k „Jindřiška se mi plete do života“, „možná bych potřebovala, aby to slyšel i zde ode mne“. Sjednáno, že příště to můžeme projednat, zda na příp. dal. konz. by byla jeho účast možná.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1785**

Datum schůzky: 27.4.2022**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:**
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Uchopení rodičovské role.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 27.04.2022 26. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Uchopení rodičovské role. Průb. spolupř.: Nabízím monitorování vlastního prožívání t/t – zažívá únavu, ale i spokojenost, otázky týkající se Týny a zam. Potřebuje zde zodpovědět si, zda si počínala správně v kontaktu s T.: „rozsypla se“ před ní po náročném rozhovoru s D., otcem T., T. se jí ujala, koučovala ji, zklidnila ji objetím, ujistila ji, že o ni stojí... Doprovázím R. v hledání odpovědi formou záměny rolí – z pozice T. reflektuje, jaké to je, toto s mamkou zažívat. Za sebe komentuji stručně, že jednotl. epizoda nemusí nic dramatického znamenat, a že záleží na míře dekompenzace; dle dalšího vývoje projevů T. lze usuzovat, že to zvládla bez potíží. Dále se věnujeme očekávání R., že J. pochopí, že R. je nemocná a nebude po ní požadovat, aby jí udělal snídani, J. však trvala na tom, že od ní snídani chce, R. se nakonec podvolila a udělala ji... násl. den jí to však vyčetla, J. se rozplakala... Provozím R. hledáním alternativního scénáře, posouzením obou variant, zvolením té lepší, ujasněním si, jak asi J. celou epizodu prožívala. Shr., záv.: R. opět přináší své očekávání od blízkých, tentokrát dcer, a prezentuje své zklamání, pocit nedostatku pozornosti od nich, potřebu ujištění tímto způsobem, že je žádoucí. Vlastní nestabilitou, nedostatkem sebehodnoty podřívá svou rodičovskou roli a autoritu, působí následně zmatek u dcer. Dal. spolupř., dopor.: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1788**

Datum schůzky: 7.4.2022**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:**
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Snížení starostlivosti, úzkostnosti.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 07.04.2022 25. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupr.: „Rozjetej vlak... sestra na dovolené... hlídám její děti u ní doma... Lili (8) a Max (5)... zeptala se... trochu tlačila... nedokázala jsem vlastní sestře říct ne... jsou tu omezení – holky, Martin, práce... Martin s tím nesouhlasil, vyčítá mi to... mamka mě lituje, jsi chudák... nejvíc mě mrzí Martin... necítím ho partnersky... Lenka jede na dovolenou, on je toho plnej... něco by mohl říct...“ R. pokračuje tím, že i T. na ni tlačí, nechce se účastnit péče o děti, vyčítá to, manipuluje... Shr., záv.: R. ustupuje sestře a snaží se jí vyhovět, aniž by si pro to vyjednala dohodu s partnerem a dcerami. Díky své slabé pozici v rodině se následně cítí „pod tlakem“ jak od partnera, tak od dcery... a s tímto tlakem neví, jak naložit. Vzepřít se jí nedovoluje její slabé a nesebevědomé já. Dal. spolupr., dopor.: Spolupr. v režimu 1/3 pokračuje. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupr. v režimu 1/3 pokračuje.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1893**

Datum schůzky: 1.6.2022**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:**
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Uchopení rodičovské role.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 01.06.2022 28. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Uchopení rodičovské role. Průb. spolupř.: R. přináší téma M. a jeho býv. partnerka J.: „J. sbalila děti a přijela k matce M. a koupou se tam v bazénu... M.ovi je to jedno!!! ... ,už jsem jí (= matce) to (= že si to nepřeju) řekl'... můj bejvalej je taky vlezlejš... jezdí k tátovi... proto to mám rozházený s tátou!... nepřeji si, aby J. jezdila k matce M.!... mamka M. zavolá a ve mně to hraje... proč mi to M. neřekl!?!...“ S odstupem nabízím uvážení rac. argumentů – „někdo mi leze do prostoru“ – kde začínají a končí její kompetence? může určovat rodičům, s kým se na vl. pozemku budou stýkat? je dobře omezovat kontakt dětí s prarodičem? může být něco dobrého na tom, že prarodič udržuje kontakt s rodičem svých vnoučat? Nabízím R. zaujmout proaktivní postoj k situaci, nevyhýbat se kontaktu, spíše pracovat s vl. pozorností (letting go), možná někdy pohodu zahrát jako roli a nedovolit fantaziím, aby obsadily její mysl. Shr., záv.: R. se obtížně diferencuje od jednání rodičů/tchýně a toho, jak si budují vztahy s dřívějšími partnery rodičů svých vnoučat. Vnímá to jako ohrožení vl. prostoru, špatně snáší omezenou kontrolu nad tímto děním, dovoluje fantaziím, aby destruovaly již vybudovaný odstup. Dal. spolupř., dopor.: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1896

Datum schůzky: 18.5.2022

Forma služby: Ambulatní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Uchopení rodičovské role.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 18.05.2022 27. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Uchopení rodičovské role. Průb. spolupř.: „Rozpadlá jsem... plačtivá... citlivá... 40. nar. M.... oslavu nechtěl... hučela jsem do něj...“, pak se dle R. M. rozjel, chtěl, aby tam s ním byla celou dobu, ona mu pak vyčítala, že tam byla, ale on na ni neměl čas... „vztah je prázdný... nejsme manželé... nemáme děti... chybí spojení...“ Podporuji R. ve smyslu „nemůžeme počítat s tím, že pocity zmizí... někdy zůstávají a my jednáme jim nevzdory...“ Připomínám, že se vracíme tématu zájmu ze strany blízkých (M. – sestra – táta... holky...): „stojí o mě? mají o mě zájem?“ Shr., záv.: R. se vyrovnává se situacemi, kt. má sklon interpretovat úkorně jako projev nezájmu: zdá se, že jde o velké téma – nejistota přijetí, zájmu (slabé já?). Dal. spolupř., dopor.: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1906**

Datum schůzky: 9.3.2022**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:**
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Naučit se pečovat o sebe, své potřeby.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 09.03.2022 24. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolup.: R. připomíná události ohl. odj. na dovol., Týna odmítla jet, zůstala u bab., „mám to respektovat?.... poprvé bez ní...“ Potíže byly také ohl. odj. do Anglie, je laxní...na brigádu nechce jít. Věnujeme se odlišení příznaků dospívání od vzdorovitosti, nezodpovědnosti, na niž je třeba reagovat. Podporuji R. v tom, aby poskytla dceři více prostoru, samostatnosti, důvěry a odpoutala se svou pozorností od ní. Dynamice vztahů rodiče s dospívajícím dítětem se také částečně věnujeme. Dalším tématem je vztah s mladší dcerou a synem M. Shr., záv.: Konz. věnována rodič. problematice v souvislosti s znovuobjevením důl. tématu: mají o mě moje děti zájem? Dal. spolup., dopor.: Spolupr. v režimu 1/3 pokračuje. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupr. v režimu 1/3 pokračuje.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1908

Datum schůzky: 9.2.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Snížení starostlivosti, úzkostnosti.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 09.02.2022 22. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupř.: Ptám se, jak se má... R. fantazíruje o tom, co je za ot., zda je to upřímné... Za dompr. zadávám stop techniku k fantaziím o ohrožení Jindřiškou, neangažovat ji do svých fantazií. Shr., záv.: V konz. se projevuje silná podezíravost, přisuzování negat. úmyslů a domýšlení konsekvencí. Dal. tématem je hlad po partnerství, jehož se R. sama zříká tím, že není často ochotná poskytnout partnerovi prostor pro spolupřáci, některé věci si chce podržet, vrací se ke své filozofii „už nechci být na nikom závislá“. Připouští exist. úzkost probuzenou událostmi v životě partnera v min. roce. To podporuje zabezpečovací akce, v nichž hýčká katastrof. vize. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána dal. konz., režim ½. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konz., režim ½.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 1910

Datum schůzky: 26.1.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Snížení starostlivosti, úzkostnosti.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 26.01.2022 21. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Snížení starostlivosti, úzkostnosti. Průb. spolupr.: „Jdu se sem pochválit... D. jede na hory... holky se ptaj, jestli je pustím ... ,domluvíme se s taťkou'... dohodli jsme se..." Shrnuje strategii vyjednávání s D.: „na co nechci, neodpovídám... volala pí z OSPODu... přišlo inkriminované pondělí... za 6 let jsem se poprvé ,nachystala'... zvonek... holky nahoře... půl hod. se bavíme v klidu... ,pročs volal na OSPOD?'... zkusila jsem techniku ,pozice chudinky'... vyjednávání o doktorech, pro mě je to prevence, D. s tím nesouhlasí..." Nabízím vyhodnocení s odstupem, zvažování jiných alternativ, rozhodnutí pro bud. vyjednávání. Shr., záv.: Konz. věnována podpoře R. v oddělení od minulosti při rodič. vyjednávání s býv. manželem. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána dal. konzultace (1/3). PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána dal. konzultace (1/3).

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 2103

Datum schůzky: 28.7.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Uchopení rodičovské role.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 27.07.2022 30. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Uchopení rodičovské role. Průb. spolupř.: R. referuje o dovolené, kde „počítač běžel každý večer...“ a partner řešil na dálku nemoc syna, což R. vadilo... Od Týny (15) se dozvěděla, že má přítele (19), je to pro ni nová situace, všímá si toho, že jinak s tím pracuje ona a D., otec T. Po táboře jela předat J. otci, nedodržela časovou dohodu, D. ji zpražil, ona se rozplakala, omluvila se, D. zřetelně zmínil tón a zbytek předání probíhal v pohodě... „Poprvé v životě jsem se omluvila...“ Provázím R. domyšlením souvislostí a dynamiky vztahu obou býv. manželů, podporuji reflexi efektu omluvy a také kladu otázku, zda její pláč nutno vnímat jako selhání a slabost, nebo lze i jinak... Další pozoruhodnou zkušeností pro ni bylo, když se J. nabídla, že sjedná pomoc otce na opravě střechy, to se opravdu uskutečnilo. Mohla by tuto pomoc býv. manžela R. vyjednat sama? Projednáno možné zařazení R. do skupin. tp. Věc ujasní během cca týdne. Shr., záv.: R. objevuje omluvu, odvažuje se uvažovat o projevu „slabosti“ z opačné perspektivy, odvažuje se částečně vzdát podezřívavého a odmítavého postoje k býv. manželovi. Dal. spolupř., dopor.: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje. Nabízím k uvážení téma omluvy, jak s ní R. zachází, jak jí rozumí, kdy je vhodné se omluvit a kdy ne... R. si říká o téma udržení hranic, např. v nemoci dětí. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje. Nabízím k uvážení téma omluvy, jak s ní R. zachází, jak jí rozumí, kdy je vhodné se omluvit a kdy ne... R. si říká o téma udržení hranic, např. v nemoci dětí.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 2129**

Datum schůzky: 29.6.2022**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:**
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Uchopení rodičovské role.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 29.06.2022 29. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Uchopení rodičovské role. Průb. spolupř.: R. přináší téma „mamka M. nerespektuje přání M. a zraňuje nás“. Jde např. o to, že si sedne s Jindřiškou, expartnerkou M., a sestrou M. spolu s dětmi M., namísto toho, aby přišla k M. Dle R. do tchýně ví, ale nerespektuje. R. si všímá podrážděnosti a animozity M.-J. Nabízím napříště zkusit vyjednat jak s matkou M., tak s dětmi, jak se bude na takovýchto akcích postupovat. Nabízím R. oddělit se od potíží M. s rozchodem s J. R. si všímá, že podobně citlivě vnímá postoj svého otce k D. – otci jejích dětí, nedaří se jí přiznat rodiči právo vytvářet si vlastní vztah s rodičem vnoučat. R. připouští, že její pocit zrady ze strany otce se vztahuje do minulosti, protože aktuálně jí D. neubližuje, naopak jako otec dětí funguje. Shr., záv.: R. obtížně zaujímá odlišnou perspektivu od té, kt. vnímá velice senzitivně a z níž hodnotí jednání rodiče/tchýně úkorně. Minulá zranění opakovaně promítá do souč. situací (jde o projev psychotraumatizace?), nedaří se „udělat tečku za...“. Dal. spolupř., dopor.: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupř. v režimu 1/3 pokračuje.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 152 | číslo formuláře: 2174

Datum schůzky: 17.8.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Uchopení rodičovské role.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Renata KAŠPAROVÁ, 17.08.2022 31. Obj.: Beze změn. Zak., kontr.: Uchopení rodičovské role. Průb. spolupř.: R. sděluje, že o dovolené nepracovala, chválí si rozdělení spolupráce s M. Mrzí ji, že T. se více věnovala sobě, oddělovala se, často ji napadalo: „má to smysl, taková drahá dovolená a ona s námi není... nesvěřuje se mi... ale rozhodla se jet.... asi byla spokojená...“ Včera při loučení jí R. řekla poněkud pichlavou větu „moc jsme se neviděly“. Dále se věnujeme agresivním projevům Máti, „potřeboval by psychologa... shodli se na tom (= rodiče)... ale M. nic nepodnikl... ani Natálka neřekne o Máťovi nic pěkného...“ Doprovázím hledání omezených možností R. k tomu, jak s nepříjemným a obtěžujícím chováním M. zacházet, zejm. jak sjednotit přístup, jaké kompetence si vyjednat s M., jakou funkci by mohl splnit přiměřený fyz. trest. Krátce se věnujeme přechodu z indiv. do skupin. spolupráce. Shr., záv.: Záv. konzultace dosavadní indiv. spolupráce. Dal. spolupř., dopor.: Od ix/2022 přechází R. do skupin. terapie. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Od ix/2022 přechází R. do skupin. terapie.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra