



Číslo případu: 16

Název případu: Křivohlávková Veronika

Datum založení: 23.1.2019

Datum ukončení: 7.8.2023

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky: osobnostní problematika

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 29

Datum schůzky: 23.1.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. má zkouškové období, uzavírá zimní semestr. Ve škole se jí daří, zatím je jí dobře. Chtěla by si najít brigádu a začít si vydělávat peníze.

Výstupy/domluvy: Podpora kompetencí F., nastavení spolupráce

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Datum schůzky: 1.2.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. zvládla další zkoušku, je aktuálně spokojená

Výstupy/domluvy: podpora samostatnosti, separace od rodičů

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 66

Datum schůzky: 15.2.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. byla oslovena společností Partners, nabídli jí možnou spolupráci. F. nabídka zaujala, ráda by se dozvěděla víc. Rodičům se firma moc nelíbí, bojí se, že z ní budou chtít dostat peníze. Rodiče mají negativní zkušenost s firmou Herbalife, varovali dceru. Veronika by si i přesto ráda zkusila absolvovat školení a případné výběrové řízení.

Výstupy/domluvy: domluvena následná konzultace

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 75

Datum schůzky: 27.2.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: prpr

Výstupy/domluvy: prpr

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 82

Datum schůzky: 13.3.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: prpr

Výstupy/domluvy: prpr

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 93

Datum schůzky: 12.4.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přináší téma pozitivního sobectví - neumí si termín u sebe představit v praxi, chtěla by být více schopna říkat a držet si své potřeby, ale neví jak, aby to bylo správně. Má pocit, že doma si ostatní členové všimnou, když se jí změní nálada, ona si toho u nich nevšimne - má výčitky, je sobecká, možná neempatická. Zkoušíme em. cards, všechny emoce je schopná adekvátně přiřadit. Susp. pozornostní deficit, odděluji od sobectví.

Výstupy/domluvy: Kl. má na sebe neadekvátní nároky, generalizuje, těžko se dostává do kontaktu se svými potřebami.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Datum schůzky:	17.5.2019
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	0
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	osobnostní problematika
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	F. má zkouškové období, docela se jí daří zvládat zátěž. Přichází s knihou meditací, potřebovala by odpustit, ale když si zkoušela takové věci říkat s Lukym, hrozně brečela, potřebovala by to zkusit v rámci sezení. Nejvíc by chtěla odpustit svému otci - že se nechová hezky k jejich psům, že mamce nepřispíval na dárky pro ně, že je slaboch, všechno nechal na mamce, že jí udělal pokojíček až ve 3. ročníku gymnázia, že všechnu genetickou zátěž má z jejich strany rodiny, že jí vlastně zkazil život. F. je na otce hrozně našťvaná, hrozně se na něj zlobí. Ve chvíli, kdy propukla nemoc se s ním identifikovala, což jen prohlubovalo pocity viny a zlobu, kterou otočila vůči sobě.
Výstupy/domluvy:	vnímání vlastního těla, posilování sebehodnoty
Schůzku vedl/a:	Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 131

Datum schůzky: 24.5.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. upravená, usmívá se. Daří se jí lépe, je spokojená. Po minulé konzultaci se jí ulevilo, ráda by cvičení odpouštění udělala znova. Ve škole má zkoušky hotové, s Lukym je aktuálně hodně šťastná. F. otevřená, vnímavá, dobře naladěná, emocionalita v normě. Stále má strach z toho, že jí zase bude špatně, ale snaží se přijmout fakt, že možná budou horší období, ale neznamena to návrat hospitalizace. O nemoci se víc mluví v celé rodině, byli u strejdy a ten prošel podobnou zkušeností - F. sdílení velmi pomáhá.

Výstupy/domluvy: Následná konzultace za týden

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 144

Datum schůzky: 5.6.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází v dobré náladě, daří se jí, je spokojená. Má domluvenou brigádu v knihkupectví, od září přemýšlí o přestěhování s Lukym do HK. Zkoušky má za sebou, těší se na prázdniny.

Výstupy/domluvy: Následná konzultace za týden

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 149

Datum schůzky: 31.5.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. má radost, daří se jí práce s motivačním deníkem, každý den si opakuje pozitivní afirmace, má lepší pocit. Chtěla by odpustit otci, ale hrozně jí naštvál, jde to těžko. Celý život mají zkažený kvůli němu. F. se s Lukym domlouvala, že se od září poohlédnou po společném bydlení, těší se na to.

Výstupy/domluvy: Stále přetrvává černobílé vidění světa, nemožnost udělat chybu.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 150

Datum schůzky: 26.4.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se cítí lépe, ve škole zatím zvládá, je v kontaktu se spolužačkami, navzájem si pomáhají. V HK objevila krámk, ve kterém prodávají polodrahokamy, koupila si pro sebe i pro mamku strom, aby měli víc pozitivní energie.

Výstupy/domluvy: Domluvena následná konzultace.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 157

Datum schůzky: 14.6.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se cítí dobře, je unavená z brigády, ale jinak se jí daří. S Lukym se minulý týden nepohodla, dvakrát jí neodpověděl na zprávu, což jí velmi vadí, s Lukym o tom mluvili. F. se cítí ohrožena, má pocit, že Lukymu na ní nezáleží dostatečně (vnitřní obava). Na brigádě je spokojená, chodí do knihkupectví, pracuje celý den - 12 hodin, ale situaci zvládá.

Výstupy/domluvy: Dnes F. nepřinesla konkrétní téma, patrná byla únava z předešlého dne. Domluvena následná konzultace.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 160

Datum schůzky: 19.6.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se cítí dobře, školní povinnosti má skoro za sebou, čeká jí už jen poslední seminární práce, poslední zkouška. O prázdninách chce hodně pracovat, potřebuje vydělat na auto, splatit ho otcí. Přemýšlela, že by si našla dvě brigády. O možnosti prodat auto neuvažuje - ...nebudu chodit na nákup a tahat těžký tašky jako mamka... S Lukym se daří dobře, mají společný plán - přestěhovat se od září do HK. Ve Chvaleticích nedávno spáchala sebevraždu jedna dívka, Verča jí znala, skočila pod vlak. Měla špatné rodinné zázemí, F. napadlo, že by prezentovala sociální služby, přiblížila by je svým vrstevníkům, aby věděli, kam se případně obrátit, co by je čekalo. Pro ni samotnou byla překvapením, že služby jsou bezplatné a dostupné. Přemýšlí, že by o tom promluvila s učitelkou na universitě.

Výstupy/domluvy: Domluven následný termín, o prázdninách rozvolnění spolupráce.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 179

Datum schůzky: 3.7.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se cítí dobře, pomáhá jí letní prázdninový režim, cítí se lépe bez vnějšího tlaku. Chodí na brigádu, zvládá i celodenní směny. Chtěla by s Lukym do zahraničí na brigádu, rodiče jí nepustí, mají o ní strach. F. to štve, ale na druhou stranu se neumí vzepřít, odolat rodičům. Prvním krokem v osamostatňování bude bydlení v HK - rodiče jí zrazují, že nebude mít co jíst, nebude mít dost peněz. Rodiče mají stále strach, chtějí mít dceru pod kontrolou.

Výstupy/domluvy: podporuji samostatnost, kompetence, vlastní zkušenost

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 277

Datum schůzky: 14.8.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se cítí dobře, měla před časem mírný propad - roztržitost, zvýšené PM napětí, ale situaci zvládla. Zaměřila se aktuálně na stravu, četla knížku "Moučný mozek" a snaží se vynechat lepek - omezení stravy je pro ni finančně náročné, dostává se do dalšího tlaku. Mluvíme o individuálních potřebách, rozdílech, F. se zklidňuje. Popisuje dovolenou s rodiči - opět otec nic neplatil (...mamka si zasloužila někoho lepšího...zůstává doma jen kvůli nám...) Mluvíme o tom, že sestra bude v Brně, F. možná v HK, matka bude mít prostor sama se rozhodnout, co dělat se životem, F. jí v tuto chvíli nemůže víc pomoci.

Výstupy/domluvy: Následná konzultace, posilování samostatnosti F., odpoutávání od primární rodiny.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 299

Datum schůzky: 9.9.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází s taškou, byla s Lukym na dovolené - má unavený výraz, posmutněle se usmívá. Opět jí není úplně dobře, asi na to má vliv společná dovolená, kterou absolvovali s rodiči Lukyho a jejich známými. F. si to vysvětluje tím, že byla v novém prostředí, chtěla dělat věci dobře, ale ztratila se v sobě (opět štěpení). Rodiče Lukyho dělali spoustu věcí jinak, než je ona zvyklá z domu (oni si vždycky před obědem dojdou na záchod, umyjí si ruce, Lukyho rodiče nic z toho nedělali; rodiče F. si nikdy nenechávají doklady a peněženky v autě, Lukyho rodiče to neřeší,...) Ideální představa, jak by se to mělo dělat (doma) x jiné přístupy, které by měly být vlastně horší.

Výstupy/domluvy: Rozšiřování možností, podpora vlastní zkušenosti - separace.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 388**

Datum schůzky: 6.11.2019**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 70 minut**Zakázka:** osobnostní problematika**Problematika:**

Zápis ze schůzky: F. přichází včas, unavená, bez energie. Od září má problém vstát, chodit do školy. Nedaří se jí dobře, není schopná vstát na budík. Byla u MUDr. Cardové - změna medikace - neudělalo jí to dobře, měla suicidální myšlenky (pomáhá, když si představí, co by to udělalo s ostatními) - řekla to Lukymu, mamce. Cardová změnila medikaci, aktuálně má antipsychotika, Rivotril, Elieue. Dle doktorky je náročné období - podzim, psychicky je to největší zátěž. F. opět má pocit, že vše vzdala, není dostatečně aktivní, nedělá nic do školy. Minulý podzim se měla lépe, bylo to skvělé období. Vracíme se k tomu, co se děje - nechce se jí do školy, protože je toho tento semestr hodně - seminární práce, náročné předměty, více zkoušek. S Lukym se nevidí, každý má jiný rozvrh - mají pro sebe méně prostoru. Každý den jede do školy jednu cestu přibližně 90 - 120 minut. Oslovujeme objektivně náročné faktory, které mohou mít vliv na zhoršení stavu, F. se ulevuje.

Výstupy/domluvy: Oddělování F. a "nemoci" (mechanismy, které F. komplikují situaci), hledání možností, jak situaci ulehčit - např. jezdit v pondělí do školy od Lukyho.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 442

Datum schůzky: 13.12.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 70 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází včas, cítí se lépe. Byla ve škole na praxi v Tyflocentru, velmi se jí tam líbilo, uměla by si představit, že po ukončení školy by tam pracovala. Má novou motivaci ke studiu. F. se rozhodla navštívit PDZ v HK, chtěla by se víc naučit přijímat svou nemoc, potkat se s lidmi, kteří to zvládli. F. po propadu hledá nové cesty, které ještě nevyzkoušela- aby se už znovu "nepropadla". Situace se stále opakuje, F. má pocit, že se pokaždé všechno, co postavila, zhroutí. Cítí lítost, beznaděj, všechno je jí jedno, nesnáší se. Pokaždé, je těžší se z těch pocitů dostat. Pomáhá jí Luky, rodina. F. se nedaří přijímat nemoc a její dynamiku.

Výstupy/domluvy: Stabilizace F., podpora v náhledu a přijetí nemoci, dop. spol. s PDZ.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 462

Datum schůzky: 18.12.2019

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se cítí lépe, těší se na Vánoce, už se také těší víc do školy, lépe si jí plánuje, lépe to stíhá. Pracuje v knihkupectví, když může zákazníkům poradit s výběrem knih, má vždycky dobrý pocit. V pondělí byla v PDZ, zatím neví, jestli jej jejich cílovou skupinou, měli by se jí během krátké doby ozvat. Jako zakázku uvedla - zvýšení sebevědomí, efektivní plánování času. F. by si představovala, aby za ní někdo z PDZ dojel a kontroloval, jestli dělá to, co má.

Výstupy/domluvy: F. má strach z návratu nemoci, nepřijímá svou nemoc. Podpora samostatnosti, průběh nemoci.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 498

Datum schůzky: 10.1.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se po vánocích cítí lépe, vše proběhlo dle ní bez problémů, komplikací. Byla se sestrou u babičky, tak je to každý rok. F. se snažila učit, psát seminární práce, pomáhat babičce. Byli tam i bratřenci, kteří babičce moc nepomáhali, F. byla naštvaná - babička se bojí jim cokoli říct, aby k ní nepřestali jezdit, F. má pocit, že babičku využívají. Hádali se, ale situaci zvládli. Ozvali se jí z PDZ, má s nimi domluvenou schůzku v pondělí. Ráda by navázala spolupráci, ale neví, jestli bude jejich cílovou skupinou.

Výstupy/domluvy: Podpora, posilování samostatnosti.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 499

Datum schůzky: 17.1.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází v dobré náladě, sluší jí to. Je hezky oblečená, má nalakované nehty, barevný svetr. Má radost, cítí se velmi dobře. Byla na setkání s PDZ, stane se jejich klientkou. Mluvila s psychiatrickou, která jí řekla, že když jí není dobře, může zůstat doma, nic se neděje - pro F. to byla úleva, mohla by mít potvrzení od ní. Když by se zhoršil stav, přijedou za ní, promluví i s rodinnými příslušníky - pro F. je to velmi pozitivní věc. Ve škole zvládla zkoušky. Mluví o společné budoucnosti s Lukym, plánují dům, asi v Ústí, F. by ráda pracovala v Tyfloservisu.

Výstupy/domluvy: F. opět nabrala sílu, je pozitivně naladěná, má plány do budoucna.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 502**

Datum schůzky: 22.1.2020**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** osobnostní problematika**Problematika:**

Zápis ze schůzky: F. přichází včas, je unavená, neví, čím by mohla být únava způsobena. Včera jí bolela hlava, dnes měla zkoušku, byla lehká, učila se na ni jen chvíli, unavená z toho není. Hranice - s otcem není problém, nebojí se říci, co si myslí, otec si to zaslouží - je líný, nic nedělá, kritizuje ostatní. Áňě F. také dokáže říci, co si myslí. U mamky, babičky, dědy - je opatrnější, nechce se jich dotknout - oni si to nezaslouží, nemám s nimi konflikty... Luky - rodina (matka) má raději Jirku (přítel Áni) než Lukyho, protože je nemluvný. Pokud se nerozmluví, rodina ho nepřijme. F. s ním mluvila, Luky se od Vánoc snaží. Luky je spíše introvertní, společnost více lidí je pro něj možná náročná - F. to vnímá, ale měl by se přizpůsobit rodině.

Výstupy/domluvy: Nároky matky F. není zatím schopna vidět, obhajuje jí.**Schůzku vedl/a:** Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 518

Datum schůzky: 27.1.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Obj.: F. přijíždí ze školy, sluší jí to, je upravená, energická. Cítí se dobře, má energii. Udělala zkoušku, vše zvládla dobře, uzavřela semestr. Do začátku nového semestru má volno, bude u babičky, těší se na to. S Lukym pojedou ne veletrh do Brna, přemýšlí o společném domě, chtějí se podívat na nabídku. Mluvíme o energii - síle, kterou nyní má - jak ji udržet, co jí sílu bere? F. mluví poprvé o matce - myslí si, že F. nemá vážnou nemoc, horší je schizofrenie, matka má pocit, že jí nic není. Když je jí špatně, matka se zlobí - nic ti není, vstávej, jak to budeš dělat, až budeš chodit do práce? - to jsou věty, které stav F. ještě zhoršují.

Výstupy/domluvy: Podpora náhledu - F. začíná vnímat další možné negativní faktory na straně rodičů.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 555

Datum schůzky: 6.3.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 70 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Obj.: F. přichází včas, usmívá se. Od posledního setkání uběhla dlouhá doba. F. si přinesla deník, motivační diář, chce mi toho hodně říct. Je energická, mluví rychle, někdy překotně. F. zažila v mezičase obrovský šok, ale nechce se k tomu konkrétně vracet. Hodně plakala, dva dny byla opět ve stavu - nezvládla jsem to, všechno je ztracené. Potom v sobě našla energii a začala zkoušet dělat všechno to, co ví, že by mohlo pomoci. Nahlas si říkala pozitivní afirmace, imaginace - boj s nemocí, pozitivní sebeobraz... Když to dělala druhý den, najednou začala cítit velikou úlevu, její psychický stav se začal měnit, cítila se lépe. To jí dodalo novou energii, pokračovala a postupně to celé zvládla sama. Tento pocit jí dodal jistotu, sílu, energii. Po celou dobu konzultace se usmívá, děkuje, vše se jí propojilo. Pomohlo, když si v rámci terapie zkusila pojmenovat negativní pocity vůči terapeutce, dokázala to poté i doma vůči matce.

Výstupy/domluvy: Domlouváme následnou konzultaci, nastavujeme pravidelnou spolupráci.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Datum schůzky:	13.3.2020
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	0
Délka schůzky:	70 minut
Zakázka:	osobnostní problematika
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Obj.: F. přichází v dobré náladě, působí energicky. F. je stále nadšená z toho, co se jí povedlo, vrací se k tomu, co zafungovalo. Přináší deník, vrací se ke všemu, co prožila v poslední době, co jí pomohlo.
Výstupy/domluvy:	F. integrace nové zkušenosti.
Schůzku vedl/a:	Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 560

Datum schůzky: 27.3.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

**Jednání v zájmu
klienta:** NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Proběhla konzultace po telefonu. F. je doma, ve svém pokoji, cítí se dobře. Situaci ohledně koronavirové nákazy zvládá dobře, pomáhá jí denní plán. Každý den ráno si čte afirmace, přihlásila se

Výstupy/domluvy: Domluvena následná konzultace face to face nebo telefonická.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 561

Datum schůzky: 3.4.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 20 minut

Zakázka: mapování situace

Problematika:

Zápis ze schůzky: Telefonická konzultace - podpora kontaktu, mapování situace. Telefonuji v domluvený čas, ve 14:00, F. vaří oběd, nestihla vše dodělat včas, zapomněla na hodiny. Chtěla by v hovoru pokračovat, ale nejsou vhodné podmínky, je ve stresu z vaření, nemohla by se na hovor dobře soustředit. Nabízím volání později, F. se nyní cítí dobře, hovor můžeme přesunout na jiný den - domlouváme náhradní termín příští týden v pondělí v 9:00.

Výstupy/domluvy: Domluva dalšího telefonického kontaktu v pondělí 6.9. v 9:00

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 571

Datum schůzky: 6.4.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Obj.: F. telefonuje ze svého dětského pokoje, má klid, může mluvit nahlas, zavírá okno na zahradu. Mluví rychle, chtěla by toho hodně stihnout. Myšlení koherentní. Situaci doma zvládá dobře, nejhorší je komunikace s otcem, která je pro ni dlouhodobě náročná. Nyní, když jsou všichni společně doma je to těžké. F. se snaží být často ve svém pokoji, tady má klid. Dala se do šití roušek, také by ráda pomáhala jako dobrovolník, hledá možnosti, posílá životopisy. Zatím se jí nikdo neozval. Každé ráno si pouští písničku, kterou má ráda, snaží se pozitivně nastartovat svůj den. V průběhu spojení se řečové tempo zpomaluje, F. se zklidňuje. Za možnost tel. konzultací je ráda, domlouváme následnou konzultaci za týden.

Výstupy/domluvy: Mapování situace, podpora, stabilizace.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 572

Datum schůzky: 17.4.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Obj.: F. je ve svém pokojíčku, v soukromí, zajistila si vhodné podmínky pro hovor. F. se snaží pokračovat ve svých denních rituálech - ráno si pustí oblíbenou hudbu, poté jde na procházku se psem, poté má "kafe" s rodiči. S Áňou se dost hádají, F. má pocit, že je Áňa podrážděná kvůli škole, má toho hodně - je mezi nimi napětí. F. se již těší, až situace kolem pandemie poleví, chybí jí jen tak jít ven za kamarády. Přemýšlela o brigádě, dívala se na možnosti např. chmelové brigády. Mohli by s Lukym jet a zažít spolu něco nového.

Výstupy/domluvy: Mapování, stabilizace, podpora.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 595**

Datum schůzky: 8.6.2020**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** osobnostní problematika**Problematika:**

Zápis ze schůzky: Obj.: F. přichází s mírným zpožděním, vlak přijel později. Usmívá se. Navštěvuje PDZ, je v kontaktu se sociální pracovnící, dělají krizový plán podpory, ptá se, zda ve chvíli, kdy jí bude hodně špatně a nemohla by nikam dojet může využít telefon. Včera jí nebylo dobře, plakala, bolelo jí břicho, hlava, bylo jí špatně od žaludku. Fyzicky ani psychicky jí poslední týden není dobře. Pojede do Brna na pozorování do Onkologického ústavu, bojí se, aby něco nenašli. Jedním z hlavních důvodů je to, že je našťvaná na Lukyho. Její velký sen je dům v Ústí někde vedle babičky, výhledově by to chtěla řešit do tří let. Aktuálně se bude jeden prodávat, hned v sousedství, F. se hodně líbí, přála by si ho. Luky jí kdysi říkal, že má naspořený asi milion, F. by si uměla představit, že by se další část peněz již někde dala sehnat. Když to Lukymu volala, nebyl nadšený, moc se mu do toho nechce. F. se zlobila, ona je ta aktivní, Luky se často přidá, ale chybí mu iniciativa.

Výstupy/domluvy: Domlouváme se na možnosti v případě potřeby zvolit telefonickou konzultaci. Rozšiřujeme možnosti - pokud by se nyní nepovedlo dům koupit, záměr mít bydlení v Ústí zůstává.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 643

Datum schůzky: 10.7.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Obj.: F. přichází včas, je podmračená, stažená, mluví méně než obvykle. Nemá žádné téma, neví, o čem by chtěla mluvit. Všechno je v pořádku, nic jí nenapadá. Ptám se na prožívání - je unavená, posledních 14 dní se jí hůř spí, je unavená i přes den, chodí spát dřív. Nemůže sehnat brigádu, zkoušela se ptát na více místech, nepovedlo se. Přes den se věnuje Bonie, má radost, skoro dokončily výcvik, daří se jim, Bonie poslouchá. Byla v Brně v onkologickém ústavu, má nález, aktuálně čeká na výsledky biopsie (bez emočního doprovodu). S Lukym se jim daří dobře, od září Luky nastupuje do práce, do školy přestane chodit, chce vydělávat, aby si mohli v budoucnu koupit domeček. Bylo to jeho rozhodnutí, F. mrzí, že školu nedostuduje dálkově.

Výstupy/domluvy: Rozhovor dnes spíše formálního rázu, F. se vyhýbá otázkám zaměřeným na prožívání, zůstává na povrchu. Opakuje, že je unavená, nemá žádná témata, všechno běží, jak má. Domlouváme společnou schůzku F. s matkou na srpen - edukace matky.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 725

Datum schůzky: 5.8.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika F. se

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se přes SMS domlouvá na možnosti telefonického kontaktu, volám zpátky. F. není dobře, necítí se dobře, má před sebou praxi, domov důchodců - bojí se, nechce se jí tam, bojí se, jaké by z toho byly důsledky, když by na praxi nešla. Má obavy z nového školního roku, jak to bude zvládat - stabilizuji, procházíme možnosti, jak si situaci nastavit jinak, např. domluvit praxi o hodinu později, aby nemusela tak brzo vstávat, když by nemohla, omluvenka.

Výstupy/domluvy: F. se ulevuje, když bude třeba, ozve se přes sms.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 726

Datum schůzky: 8.9.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika-deprese

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází včas, působí staženě, odtažitě. Není jí dobře, zase má špatné období, nezvládá to - má špatné myšlenky, výčitky, zlobí se na sebe. Procházíme jednotlivé oblasti - ztráta síly, energie, vyčerpání - nyní je slabá, unavená... Hledáme možnosti odpočinku, zmírnění tlaku, zmírnění výčitek.

Výstupy/domluvy: Podpora, uvolnění, legitimizace odpočinku.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 727

Datum schůzky: 15.9.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika-deprese

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází včas, cítí se o něco lépe, ale stále nic moc. Už je unavená z toho, jak se jí ta období střídají, chtěla by, aby jí už bylo dobře. Vždy se zaměří na nový způsob, který by jí mohl pomoci, ale nakonec se to zase nepovede a je jí zle. Upozorňuji na periodicitu deprese, aktuálně se zaměřujeme na prožívání, co alespoň trochu cítí, pomáhá - když si hraje s Bonie, když jí hladí po kožichu, když se dívá na seriál.

Výstupy/domluvy: Podpora, posílení, zmírnění tlaku, výčitek.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 728

Datum schůzky: 22.9.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: edukace rodinného příslušníka

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází včas spolu s matkou - chtěla by jí více vysvětlit, jak se cítí, když jí není dobře. Matka by se chtěla zeptat, co mají dělat, když F. není dobře. Matka mluví nahlas, rázně. Snaží se Verču podpořit, když jí není dobře, matka jí do ničeho nenutí, když má dojít na nákup, nemusí chodit ráno, stačí, když dojde večer, nebo druhý den. Snaží se jí za všechno ocenit, podpořit. Když se ráno podaří dceři vstát, matka to oceňuje, když jí dcera pomůže, také to ocení. Matka si bere v konzultaci hodně prostoru, sama říká, že neumí odpočívat, když na to dcera reaguje - všimla si toho, matka to bagatelizuje, takhle to přece má každý, to se prostě musí zvládnout. Matka také chodí na terapie, učí se odpočívat. Také mluví o svém sníženém sebevědomí.

Výstupy/domluvy: Matka má snahu dceru podpořit, na pozadí jejího fungování a osobnostní struktury to může být v rozporu (chce, aby dcera odpočívala, sama stále něco dělá s výčitkou, že je na to sama)

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 756

Datum schůzky: 20.11.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Domluva na telefonické konzultaci. F. nastoupila jako dobrovolník v DD u Biřičky, dozvěděla se, že bude i finančně ohodnocena. Velmi ji to potěšilo. Práce není jednoduchá, zažila i v kolektivu nepříjemné chvíle, kdy ji pečovatelky pomlouvaly - dokázala situaci ustát, podařilo se jí dívat se na situaci z odstupu - pracovnice jsou možná přetížené, také jsou ve hře finance, které jsou pro brigádníky poměrně vysoké, stálí zaměstnanci mohou mít s výší odměny problém. Aktuálně již dobrovolníky v domově nepotřebují, ale F. se domluvila na výpomoci se sociální pracovnící, do konce listopadu bude pomáhat, je možné, že i v lednu bude práce pokračovat. F. mluví rychle, energicky, je patrný velký zájem o práci - F. to považuje za skvělou zkušenost, ví, že když by nenašla práci jako soc. prac. může chvíli pracovat jako pečovatelka, hodně to pomohlo, zpevnilo.

Výstupy/domluvy: F. pomohlo sdílení, rekapituluje sama, co se jí povedlo, v čem u sebe vidí posun. Další spolupráce - F. se ozve a domluví na termínu dle časových možností.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 857

Datum schůzky: 9.12.2020

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází s mírným zpožděním, konzultace s rouškou. Byla v domově pro seniory, pracovala na pozici pečovatelky (původně jako dobrovolník, posléze dostávala hodinový plat). Práce s klienty jí velmi bavila, v kolektivu však byla jiná atmosféry - kolegyně ji pomlouvaly, možná záviděly plat. F. situaci zvládla za podpory rodiny, také pomohlo, že samotný obsah a náplň práce ji bavila, nabíjela. Aktuálně má horší náladu, Luky jí lhal, ona lež nesnáší - vždy jí připomene otce. Luky jí řekl, že má něco našetřeno, v mezičase vše utratil, nemá nic - pro F. je to nepříjemné překvapení, myslela si, že nějaké finance do začátku Luky mít bude.

Výstupy/domluvy: F. prakticky řeší, jak nakládat s financemi ve vztahu. Luky a jeho lež - otec a jeho způsob nakládání s pravdou (lží).

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 950

Datum schůzky: 18.1.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. je v pokojíčku, doma, má u sebe pejska. Nahrnulo se jí opět hodně věcí, cítí se pod tlakem - hlavně má obavu ze školy. Do konce ledna by ráda stihla dokončit asi 6 zkoušek (má na to 14 dní), dopsala asi 3 seminární práce. Ráno se snaží zacvičit si, meditovat, říci si afirmaci pro dnešní den, což jí zabere nějaký čas. Pak musí umýt nádobí, jít ven se psem, ohřát oběd... S přítelem se nyní vidí méně, aby měla víc času na školu.

Výstupy/domluvy: Nastavujeme priority - F. chce stihnout školu, ale má vysoká očekávání (normalizace, snižujeme míru stresu). Následná konzultace za týden.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 963

Datum schůzky: 4.1.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. telefonuje z pokojíčku, je sama, jen s pejskem. Vánoce nezvládla, stalo se to, čeho se vždy bála, bylo jí špatně na Vánoce, měla pocit, že to všem zkazila. Teď je jí lépe, pomohla mamka, také byla u babičky - všichni jí podpořili, nikomu Vánoce nezkazila, jen bylo okolí líto, že si svátky sama neužila.

Výstupy/domluvy: F. hodně mluví, vyhovuje jí prostor, může si porovnat myšlenky - podporuji, zvládla náročnou situaci, které se vždy bála - ulevuje se jí. Domluvena následná konzultace po telefonu.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1023

Datum schůzky: 24.3.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. telefonuje z pokojíčku, má soukromí. Minulý týden pro ni byl velmi náročný, mamka má covid, horší průběh - nechutenství, bolesti hlavy, je zesláblá, na druhou stranu je zvyklá nezatěžovat okolí, odmítla jet do nemocnice. F. i přesto zavolala tetě, domluvila návštěvu, s otcem jí odvezli. Dostala ambulantně glukózu do žíly, vozili ji do nemocnice 3 dny. Aktuálně je situace lepší, matce se vrátila chuť, síla. F. se cítí unavená, vyčerpaná, také zjistila, že matka musí v domácnosti zastat hodně práce, F. by jí chtěla odlehčit - více jí pomáhat.

Výstupy/domluvy: Práce s vlastní kapacitou, sobectví X čas pro své potřeby (škola, seminární práce, péče o své duševní zdraví,...)

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1101

Datum schůzky: 12.5.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Konzultace po telefonu, F. je doma v pokojíčku, má podmínky pro hovor. Má vedle sebe Bonie - je po operaci. Patrná je menší emoční angažovanost, spíše povrchní témata, odtažitost. F. by si chtěla zařídit prodloužení studia ve škole, ještě si nezjistila informace, nezavolala tam. Sbírá jarní bylinky, dělá sirupy - sedmikráskový, rýmovníkový,...baví jí to, našla si inspiraci na internetu. F. má novou výzvu - hubená do plavek - je to spojené také se zdravou stravou. F. zjišťuje, jak složení stravy ovlivňuje psychický stav. (opět hledá nové cesty k tomu, aby se neopakovala situace, kdy se psychicky zhorší). Má teď lepší náladu, dívá se na seriály, čte knížky, na které neměla čas. Pomalu by se chtěla začít připravovat na bakalářské zkoušky.

Výstupy/domluvy: F. mluví o tom, že je jí dobře, bude mít narozeninovou oslavu, těší se. V projevu je však patrná větší odtažitost, staženost, povrchnost.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1162

Datum schůzky: 19.7.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Má se dobře, je to poznat, má dobrou náladu. Minulý týden byl horší, začínala být naštvaná, snažila se víc aktivně vztek vybit - byla na procházce, běhala, bouchala do polštáře, přijel Luky, povedlo se jí to, bylo to celé lepší. Nic víc se nerozjelo, pomáhá i zdravá strava, cvičení - baví jí to, snaží se pravidelně realizovat výzvy, cvičí každý den. Teď je náročnější období, mamka byla na operaci, teď doma musí dělat všechno dcery. Mamka někdy není spokojená, dělá toho víc, častěji... F. si sepsala seznam 10 povzbudivých věcí, které by mohly preventivně zafungovat, když by jí na podzim opět nebylo dobře... - intenzivní cvičení - jóga - detox. - ranní meditace - jít se vyvztekat - něco sladkého - komedie - deník, hudba - procházky se psem - zaměstnat se - úklid, četba,... Podzim byl vždycky náročný kvůli škole, když byly prázdniny, byla klidnější,

Výstupy/domluvy: Sestavení krizového plánu

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1230

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: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází se zpoždění - byla na toaletě, máme tady krásný prostor, takový doma nemají - fotila se před zrcadlem, chtěla by založit FB profil a řeší fotku. Má spousty nápadů, jak pomoci lidem s duševním onemocněním. Chtěla by je na svém profilu informovat - promýšlí to od minulé konzultace dál a dál. Mohla by udělat motivační diář, který pomohl jí, byly by tam minivýzvy, má s tím dobrou zkušenost. Doma byla strašná ponorka, musely se sestrou zastat hodně domácích prací místo mamky, ta už je zdravá, situace se trochu klidní. Chtěla by se víc věnovat sobě, najít si na sebe čas. Každý den ráno medituje, říká si afirmace - hodně to pomáhá. Z podzimu teď nemá strach, věří, že to zvládne.

Výstupy/domluvy: F. se připravuje na možnou zátěž během podzimu (náročné období, v minulosti se horšil psychický stav F.). Příště řízená imaginace bezpečného místa.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Datum schůzky:	27.1.2021
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Telefonní hovor
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	0
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	osobnostní problematika
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	F. je opět v pokojíčku, cítí se tam dobře, to je její bezpečné místo. Na začátku okřikuje Bonie, ta je v pokoji s ní, doma nikdo další není. Dnes se cítí lépe než minule, snaží se dělat věci do školy, ale někdy to jde špatně. Má méně energie, na druhou stranu ráno vždy vstane, snaží se zacvičit si, afirmace, to pomáhá. Doma stále stejně náročné -s otcem se nedá moc mluvit, žádný prostor pro změnu v tomto prostředí F. nevidí.
Výstupy/domluvy:	Stabilizace, podpora.
Schůzku vedl/a:	Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1559

Datum schůzky: 17.3.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: vztahy v rodině

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. cítí více síly, matce není dobře, musí pomoci, musí se víc angažovat. Matka doma hodně zastane, když jí není dobře, chtěla by, aby práci zastaly dcery. Verča ráda pomůže, musí vařit pro otce, umývat nádobí. Školu v tuto chvíli vůbec nestíhá, ale snaží se být nápomocná rodině. S otcem je složitá komunikace, ale když je nyní matce špatně, alespoň na základních věcech se spolu domluví.

Výstupy/domluvy: Matce fyzicky není dobře, F. zastává v domácnosti více povinností, není čas zaměřit se poté na své věci.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1560

Datum schůzky: 16.4.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Matce stále není úplně dobře, ale už to není tak zlé, že by nemohla kontrolovat, co F. dělá. Matka uklízí dům asi 2x týdně - stírá chodby, i když F. to nepovažuje za důležité. Sama úklid moc nestíhá, rozhodla se, že bude stírat jen jednou týdně. Matka to zjistila - vyčetla jí, že ona chodí do práce a i přesto úklid zvládá, F. teď nikam nechodí a na úklid kašle. Při těchto intervencích se F. vždy cítí špatně, ztrácí se pocit jistoty - zvyšuje se pocit jsem špatná.

Výstupy/domluvy: Podpora, edukace.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1561

Datum schůzky: 19.4.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se necítí dobře, snažila se doma pomáhat, ale asi toho bylo hodně, přetížila se, teď nemá sílu na nic, je unavená. Když pomáhala matce, přestala stíhat svoje věci, přestala si psát deník, přestala se ráno říkat afirmace, neměla čas na školu. Teď má spoustu nedodělaných věcí, má výčitky - špatně jsem si to naplánovala, špatně jsem to odhadla. Zvládla spoustu jiných věcí - dokázala celou domácnost udržet ve chvíli, kdy matce nebylo dobře. Sestra moc nepomáhala, má velmi náročnou práci - většina toho zbyla na F.

Výstupy/domluvy: Vracejí se výčitky ve chvíli, kdy se nakupí více věcí. Rozčlenění situace dle priorit.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1562

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: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se cítí dobře, blíží se prázdniny, to je vždy její oblíbený čas. Teď, když má hodně energie by se chtěla připravit na horší časy, většinou je to podzim, chtěla by si sepsat krizový scénář nebo věci, na které se může spolehnout, o co se může opřít. Je na sebe pyšná, že to všechno zvládla, jaro bylo náročné, vše kolem kovidu, ale zvládla to. Pomohlo, že se zapojila do harmonické výzvy, bylo to něco nového. Uvědomuje si, že se jí hodně věcí povedlo - má přátele, studuje VŠ, to jsou sny, které měla na gymnáziu, teď se to daří, je to skutečné. Vždycky měla o Vánocích a o prázdninách klidnější období, nejhorší bývalo září - asi návrat do školy.

Výstupy/domluvy: F. má více energie, snaží se preventivně připravit na situaci, kdy jí opět bude hůř. Většinou to jsou situace spojené se stresem z dobrého výkonu.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1563

Datum schůzky:	24.5.2021
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	0
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	osobnostní problematika
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	F. opět patrné zlepšení, F. se snaží pravidelně cvičit, také se zapojila do výzvy, každý týden jí posílají nové možnosti cvičení a také změnu jídelníčku. F. to nadchlo, chtěla by pomalu zkusit změnu stravy - méně pšeničné mouky, více ovoce, zeleniny.
Výstupy/domluvy:	Více energie, F. se zajímá o dění kolem sebe, nyní by ráda zkusila zdravou stravu, cvičení.
Schůzku vedl/a:	Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1564

Datum schůzky: 14.6.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. dodělala pár zkoušek, zápočtů, studium se pomalu chýlí ke konci, ale státnice si možná odloží. Nálada dobrá, F. má dost energie, opět se vrátila k aktivnímu životu. Navštěvuje prarodiče, chtěla by vydělat nějaké peníze, aby se mohla osamostatnit a založit si svoji domácnost.

Výstupy/domluvy: Podpora samostatnosti, kompetencí.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1565

Datum schůzky: 9.8.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. se cítí dobře, je doma, na brigádě nebo s přítelem. Mají společnou dovolenou na konci prázdnin, těší se. Také byla s rodiči a se sestrou, bylo to fajn. V létě se F. vždy cítí velmi dobře, je to tak i letos.

Výstupy/domluvy: Podpora zdrojů - z čeho F. čerpá, co je pro ni důležité.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1566

Datum schůzky: 27.8.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. přichází, patrná velká energie, "chrlí nápady". Chtěla by pomáhat ostatním, kteří jsou také duševně nemocní, mohla by pomoci a také si vydělat. Má spoustu inspirace - má zkušenost, to by ostatním mohlo pomoci. Má brigádu, pečuje o starou paní, která má stařeckou demenci, baví jí to, žije sama v domě a napadlo jí, že by se k ní mohla nastěhovat - mohlo by to být oboustranně výhodné.

Výstupy/domluvy: F. se snaží osamostatnit, odpoutat od rodičů, odstěhovat se z nevyhovujících podmínek - hledá možnosti, způsoby.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1567**

Datum schůzky: 25.10.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** osobnostní problematika**Problematika:**

Zápis ze schůzky: F. stále pokračuje ve zdravé stravě, snaží se péct si chleba - dává ho poté ochutnat i doma. Tam se s podporou nesetkává - většinou její snahy hatí. F. se poté naštve, je na ně nepříjemná, konfliktní, což je jí ve výsledku vyčteno. Rodiče nebyli doma, F. už se nemohla dívat na špinavou koupelnu, uklidila jí. Snažila se to udělat tak, aby nikomu změna nevadila, ale stejně, když přijeli rodiče, vynadali jí. I matka - ať nedělá žádné změny. F. to vždy velmi rozruší - cítí se v pasti.

Výstupy/domluvy: Příští konzultaci by chtěla přijít i matka F., jednalo by se o společnou práci.**Schůzku vedl/a:** Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1568

Datum schůzky: 8.11.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 90 minut

Zakázka: vztahy v rodině

Problematika:

Zápis ze schůzky: Dnes na konzultaci přichází i matka. F. je ráda, snaží se jí popsat, jak se doma cítí, jak vnímá oporu ze strany rodičů. Necítím se dospělá... Matka: Nic ti nezakazujeme, snažíme se tě podpořit, jen nechceme, abys nám nutila ty svoje novinky. Nehatíme tvoji stravu, ale nechceme, abys nám hatila stravu naši. Když je Verča nabuzená chrlí hodně věcí, rodina to nemá ráda. Matka má strach, aby se Verče něco nestalo - hlídá jí, nevede jí k samostatnosti.

Výstupy/domluvy: F. se snaží ukázat matce svůj úhel pohledu, matka však trvá na svém úhlu pohledu - dokud jsi u nás v domácnosti, snaž se dodržovat naše pravidla. Pochopení pro dceru je spíše účelové.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1569

Datum schůzky: 26.11.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Doma je to nesnesitelný, škola - zatím nic nedělá. Teď jí 14 dní bolel zub, měla rýmu. Doma je to peklo, venku je hnusně a musí trávit hodně času doma. Snažila se pozitivně ovlivnit prostředí, ale nedaří se jí to, přichází jen spousta negativních komentářů. Když potřebuje, její oáza je les - v lese vypouští negativní energii a přijímá tu pozitivní.

Výstupy/domluvy: Ventilace, podpora zdrojů.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1570

Datum schůzky: 13.12.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. je ráda, že je možnost telefonického kontaktu - nedorazila by do Pardubic, není jí moc dobře. Ubrala si léky - když měla hodně energie, chtěla vysazovat, teď je ospalá, unavená, zas bez energie, nálada na prd. Odnáší to okolí. Založila si penzijko a stavebko, rodiče jí za to dost sprdli, že nebude mít z čeho to platit, nemůže to dělat, když nemá trvalý příjem. Cítí se hrozně. Chodí na skupinu do PDZ, už 3x tam nebyla.

Výstupy/domluvy: Ztráta energie, únava, blížící se depresivní fáze.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1571

Datum schůzky:	17.12.2021
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Telefonní hovor
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	0
Délka schůzky:	40 minut
Zakázka:	osobnostní problematika
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	F. vůbec není dobře, je doma sama, cítí se velmi špatně. Ven s pejsky nepůjde, nemůže. Cítí se hrozně, zase všechno zkazila, co si o sobě myslela, udělala spoustu chyb, ohrozila rodinu.
Výstupy/domluvy:	Domlouváme, že F. zavolá do PDZ, zda by bylo možné využít terénní službu, já za 3 hodiny zavolám pro kontrolu znovu.
Schůzku vedl/a:	Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1572

Datum schůzky: 17.12.2021

Forma služby: Ambulatní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 40 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Kontrolní telefonický hovor - F. se dovolala do PDZ, budou moci přijet, uklidnilo jí to, nebyl to takový problém, jak si myslela. Nejprve přijedou terénní pracovníci, domluví se na postupu, měl by časem dorazit i psychiatr, může se příp. uzpůsobit medikace.

Výstupy/domluvy: Domluva na spolupráci s PDZ.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1696

Datum schůzky: 9.2.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Cítí se dobře, stabilizovaní. Začala psát bakalářku, chodí jako pečovatelka za seniorkou ve Chvaleticích, do PDZ chodí na skupiny 1x za 14 dní. PDZ - nabídka pomoci s chráněným bydlením, také je objednaná na vyšetření u klinického psychologa - stanovení diagnózy.

Výstupy/domluvy: Spolupráce zde bude probíhat i nadále ve formátu 1x za 14 dní, zakázka - aktuální problematika, plány do budoucna, škola.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1917

Datum schůzky: 7.1.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Cítí se lépe, navázala spolupráci s PDZ. Nyní má v plánu se postupně vrátit k povinnostem ze školy, začít psát bakalářskou práci, strukturovat - jak se na to připravit.

Výstupy/domluvy: Aktuálně stabilizovaný stav, náhled do budoucna.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 1932

Datum schůzky: 24.1.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Patrná vyšší aktivizace - má v plánu opět rozjet webové stránky, kde bude s ostatními sdílet svůj příběh, bude dělat osvětu. Těší se na to, mohla by časem také vydělat nějaké peníze, aby si mohla koupit dům v Ústí nad Orlicí. Pustila se do pletení ponožek, je překvapená, kolik je zájemců, vymyslela, že bude schraňovat kelímky od kávy - můžou sloužit jako obal na ponožky, když by je posílala poštou.

Výstupy/domluvy: Sledujeme spánek, jídlo - spánek se trochu zhoršil, nedaří se jí usínat, ráno se budí dřív. Dop. vytrvat ve spolupráci s PDZ, komunikovat případné změny stavu.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2069

Datum schůzky: 20.7.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Přichází v klobouku, vysoké podpatky, nejistá chůze. Cítí se lépe, přemýšlí o budoucnosti - jak vydělat, investovat peníze. Byly na dovolené s rodiči - zas spousta výčitek, dostávala "kartáč". Od mamky, od Anežky - už chce pryč z domu. Bakalářku nedopsala, nechává to na konec srpna, chce se soustředit na výzkumnou část. S Lukym - přemýšlí o svatbě, uměla by si představit, že se vezmou, ale Luky jí zatím nic neřekl, asi ani neřekne. Přemýšlí, kolik by svatba stála - tak 200tisíc - musíme šetřit.

Výstupy/domluvy: Peníze - velké téma, F. by chtěla být samostatná, finančně nezávislá - ve způsobu uvažování patrná infantilita, riziko zneužití. Probíráme aktuálně záměr investovat - dop. informovat se v bance, probrat to s finančním poradcem banky.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2246

Datum schůzky: 9.9.2022

Forma služby: Terenní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: setkání odborných pracovníků s klientem

Problematika:

Zápis ze schůzky: Setkání v PDZ za účasti klienta z důvodu nastavení spolupráce služeb. V. spolupracuje s psychologem PDZ (diagnostika), setkání s ohledem na možnost křížení a duplicity služby. Diskuse nad nejvhodnější formou pokračování V. v psychoterapii.

Výstupy/domluvy: PDZ pomůže V. kontaktovat klinického psychologa a zjistí dostupnost termínů. Do té doby bude pokračovat psychoterapeutická spolupráce zde - zaměřená na akutní témata (bakalářská práce a její dokončení). Výhledově tedy předání do péče nového terapeuta (vzhledem k dlouhodobosti je předání pro klientku žádoucí - bude mít možnost těžit z nových impulzů, nového přístupu).

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2247

Datum schůzky: 2.9.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Kontakt po delší době. V. navštěvuje PDZ, využívá skupinové aktivity, když jí není dobře, tak je možnost terénních výjezdů, také je zde psycholog. Vyjasňujeme, jak vše nastavit tak, aby to pro V. bylo vhodné. Chtěla by pokračovat v terapii zde - známe se, cítí se tu dobře, nechce se jí začínat u někoho nového, způsob práce jí vyhovuje. Zmiňuji dlouhodobost vztahu - zde těží z bezpečí, navázaného vztahu - změna by mohla přinést nový úhel pohledu, nové podněty.

Výstupy/domluvy: Domluva na dalším postupu - setkání s týmem pracovníků v PDZ.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2427

Datum schůzky: 26.10.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Odešla ze Žabky - měla nastaveno hodně směn, nebylo jí dobře - dala to vědět na poslední chvíli a s vedoucí se domluvily na ukončení. Není jí dobře, ještě minulý týden jela do PDZ, dnes chtěla také přijet osobně, ale nezvládla to. Potřebuje dopsat bakalářku - zatím s ní nepohnula. Fázujeme, co je teď prioritou (dopsat bakalářku), potřebuje ještě výzkumnou část - kde je možné najít respondenty. Je v kontaktu s pracovníci PDZ - nabízely pomoc s realizací výzkumu. F. naznačuje, že se dostala do náročné finanční situace, nechce o tom moc mluvit (asi dluhy), proto potřebovala chodit do Žabky. Také si chtěla vydělat na nájem, měli by se s Lukem stěhovat do pronájmu.

Výstupy/domluvy: Fázujeme, strukturujeme, nastavujeme priority. Doporučuji kontaktovat naši soc. pracovníci ohledně náročné finanční situace.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2451

Datum schůzky: 9.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Dnes klidná, v dobrém kontaktu - je jí líto, co se stalo, naletěla podvodníkům, má dluh 150 tisíc. Povedlo se jí to říct mamce - nevyhodila jí z domu, ale je hodně naštvaná - V. si to musí sama "vyžrat". Není jí moc dobře, nic se jí nechce dělat - jsem líná...Věci ztratily smysl - měla bych psát bakalářku, všichni to říkají, ale nemůžu se dokopat - mám strach, že to nezvládnu... Mluvíme o tom, co už zvládla - také jsem to já, je to mou součástí, nezmizelo to. Jedna moje část by chtěla školu dodělat - druhá se vlastně bojí - co bude potom - dospělý život je děsivý... Nic se mi nedaří, nevěřím, že jsem dobrá...

Výstupy/domluvy: Pracujeme s částmi - posilujeme zdravou část (co se teď ztratilo, co nevidí?), otevíráme cestu do budoucna - v čem by mohlo mít dokončení školy smysl... Nejsem jen černá, mám i světlé stránky... Do příště - chtěla by oslovit respondenty pro rozhovor...

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2544

Datum schůzky: 30.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 30 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Stav se zhoršuje, nechce se jí nic dělat - vím, že jsem to všechno zkazila, bakalářku mám odevzdat už do 14.12., nic nemám. Včera jsem měla jít na nákup, nešla jsem, už lžu ostatním, řekla jsem rodičům, že jsem na nákup šla. Dnes vstala, ale pak si ještě šla lehnout, vstávala v 11, zas nikam nešla.

Výstupy/domluvy: Nastavujeme dnešní úkoly - dojít na nákup, jít s pejsky ven, domluvit rozhovor na diplomku - jsou to úkoly zvládnutelné, V. odhaduje, že by měla energii, ale nechce se jí. Jedna část mě vůbec nechce nic dělat, i když bych na to měla sílu. Domlouváme, že tyto úkoly zkusí zvládnout.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2580

Datum schůzky: 7.12.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Už je na bytě s Lukym, měla dnes přijet, ale prosí o telefonickou konzultaci, nezvládla jsem to...Nezvládla jsem bakalářku, všechny jsem zklamala, rodina mě podporovala, nezvládla jsem to. Jsem líná, pořád ležím v posteli a nic. Schovávám se...asi před rodinou...vím, že jsem hodně věcí zkazila, teď nevím, co s tím. Nechci ztratit Lukyho, lžu mu, že jsem vylezla z postele a není to pravda...

Výstupy/domluvy: Krokujeme, konkretizujeme, fázujeme - studium případně přerušit - zavolat na studijní, co je k tomu potřeba. Převléknout se a jít se projít ven, podívat se po okolí.
Odpoledne si zavoláme, jak se to povedlo.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2581

Datum schůzky: 7.12.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Telefonní hovor

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 40 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: F. sděluje - volala na srubijní oddělení, přerušení studia je možné od 6.2. - má radost, ulevilo se jí, cítí, že cesta není úplně uzavřená. Také by mohla zůstat studentem, ale musela by semestr hradit, to by finančně nezvládla.

Výstupy/domluvy: Při telefonování sedí v obývacím pokoji, už není v posteli, převlékla se. Také se pustila do úklidu kuchyně. Domů dnes nepojede, zkusí napsat vedoucímu práce ohledně výzkumné části, za kterou by potřebovala získat zápočet. Nemá data, zítra bude asi bez internetu - domlouváme, že pojede do kavárny (chtěla by to zvládnout), kde je zdarma wi-fi. Osloví případné respondenty do výzkumu.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2610

Datum schůzky: 14.12.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: partnerská problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Dnes přichází v doprovodu přítele, předem vykomunikováno.
M. - pozoruje poslední rok výrazné změny v chování přítelkyně - jsme spolu 5 let a ještě jsem to nezažil. Poslední měsíc velmi náročný - Verča vůbec nechce vylézt z postele, M. se jí snaží pomoci (volám, telefonicky jí budím) - F. slíbí, že vstane a nevstane. F. - výčitky - jsem špatná, prolhaná - svým nejbližším ubližuju.
Schovávám se, mám obrovský strach - všechny jsem zklamala, měla bych dopsat bakalářku, nemám na to čas, když jsem mohla, neudělala jsem to, teď nemám sílu.

Výstupy/domluvy: Domlouváme následný termín zde za 2 dny, konkretizujeme kroky, které během 2 dnů udělá - navštívit s Lukym Žabku, uklidit si v bytě - vánoční příprava.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2653

Datum schůzky: 21.12.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Opě telefonická konzultace, F. píše, omlouvá se, dnes to nezvládla a nepřijede osobně. Opět zůstala v posteli, i když po našem minulém rozhovoru se cítila dobře, ten den toho hodně zvládla. Teď leží v posteli. Domlouváme se, že vstane, převlékne se, odejde do obýváku - dává mě na hlasitý odposlech, vstává, převléká se, odchází do obýváku.
Dnes by chtěla jít ven, potřebuje ještě koupit dárek pro rodiče. Vrací se k tomu, co jsme říkaly minule - hodně to pomohlo, znovu by to chtěla slyšet, aby si to mohla zapsat - nejsem líná, jsem nemocná.

Výstupy/domluvy: Podpora, vracím jí a ukazuji její kompetence.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Datum schůzky: 16.12.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Nemůže vylézt z postele, schovává se, bojí se následků svého chování.

Výstupy/domluvy: Podpora kompetencí, aktivního přístupu.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2661

Datum schůzky: 18.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Zatím se nic na bakalářce nepovedlo, ale ještě je čas. Měla by zavolat a zajistit si někoho na rozhovor, zatím to neudělala. Většinou ráno vstane a kouká se na filmy, není jí moc dobře, nedokáže se "nakopnout" k tomu, aby něco dělala.

Výstupy/domluvy: Výrazná pasivita (obava z neúspěchu).

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 16 | číslo formuláře: 2671

Datum schůzky: 23.9.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: osobnostní problematika

Problematika:

Zápis ze schůzky: Na bakalářce pracuje - zatím spíš přemýšlí, odkládá. Hledá si brigádu, chtěla by se s Lukym stěhovat do bytu, už to mají předpřipravené, potřebuje jen vydělat peníze, aby pomohla Lukymu s nájmem. Spíše ve vzdoru, práci do školy odkládá - není to pro mě teď téma (možná už o tom nechci nic slyšet...).

Výstupy/domluvy: Důležité téma je nyní vydělat peníze na nájemné do bytu, kam by se měli s Lukym stěhovat.

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Datum schůzky:	23.2.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	osobnostní problematika
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Povedlo se jí do určité míry zlepšit svůj stav, vstává dřív, ale aktuálně opět doma, nechce se jí vstávat z postele, dívá se na seriály. Silné výčitky - schovává se před světem - aspoň na chvíli nemusím myslet na to, co všechno jsem podělala. Je to krátkodobé řešení - ve finále to její stav zhoršuje. Výčitky - nedávat jim tolik prostoru, nezaměřovat na ně pozornost - držet se aktivity, směr - hledám si práci.
Výstupy/domluvy:	Byla u Cardové, u Hejzlara - pravidelně sledovaná, stále dochází do PDZ.
Schůzku vedl/a:	Zuzana Pokorná

Datum schůzky:	27.4.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	osobnostní problematika
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Opět naskočila do života, má víc energie, chodí ven, věci se začínají dařit. Dochází do PDZ, je tam nová psycholožka - předávání do péče. Nechce se jí přecházet - podporuji v aktivitě, nový terapeut bude mít také nový pohled.
Výstupy/domluvy:	Domluva - termín a 3 týdny, do té doby se setká s psycholožkou z PDZ, spolupráci zde budeme ukončovat.
Schůzku vedl/a:	Zuzana Pokorná

Datum schůzky:	7.6.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	osobnostní problematika
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Rekapitulace, ukončení spolupráce.
Výstupy/domluvy:	Klientka přechází do PDZ, již delší dobu využívá terénní služby, nyní předána také do psychologické péče.
Schůzku vedl/a:	Zuzana Pokorná

Datum schůzky: 8.3.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 5 minut

Zakázka: omluven z důvodu nemoci v den konzultace

Problematika:

Zápis ze schůzky: omluven z důvodu nemoci v den konzultace

Výstupy/domluvy: omluven z důvodu nemoci v den konzultace

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Datum schůzky: 18.5.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 5 minut

Zakázka: omluven z důvodu nemoci v den konzultace

Problematika:

Zápis ze schůzky: omluven z důvodu nemoci v den konzultace

Výstupy/domluvy: omluven z důvodu nemoci v den konzultace

Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná