



Číslo případu: 205

Název případu: Kudrnáčová Kristýna

Datum založení: 28.7.2021

Datum ukončení: 31.12.2024

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1182**

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:** Porozumět svému chování v partnerském vztahu.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 28.07.2021 Obj.: K. (43) přichází sama, včas, žluté šaty, prostá vkusná úprava zevnějšku. Verbální projev důrazný, dramatický, pohotový, méně uspořádaný, myšlení bez nápadností, koherentní. Emoce nestabilní, s výraznou dynamikou, převládá nespokojenost, zmatek, křivda, zklamání. Sjednáno osl. K. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Nav. spolupr.: S partnerem je v péči kolegyně Mgr. Zuzany Pokorné. Anam.: K. vystudovala gym., herectví, věnuje se muzice, divadlu, zpěvu. Partner Dan, IT, pracuje převážně na dálku pro NTK. Společně syn Emil (3), živelné dítě. Bratr o 4,5 roku mladší. „Rodiče se v 16 letech rozvedli, bylo to těžké období.... kontakt s tátou přerušený... koupil dům, bylo potřeba jej opravit... S matkou mám úzký a komplikovaný vztah... zůstala jsem na straně matky, je křehká drobná... otec velký, hurónský, křičí... Matka se na mě pověsila, všechno řešila se mnou... stala jsem se náhradním partnerem... našla si chlapa o 2 roky staršího než já... po rozchodu s ním se zhroutila... Matka je furt nešťastná, smutná... musím se o matku postarat... Zoufale jsem si přála, aby tam byl chlap... matka věčně nespokojená, ty jsi ten debil, který za to může.... po VŠ dlouho doma... vdala se, teď je to lepší...“ Nyn. obt.: Potíže se spánkem, nejistota v zam. V partnerském životě „se mi děje něco, co znám ze vztahu s matkou... potřebuji tomu porozumět...“ Průb. spolupr.: Navazují spolupráci, projednáváme kontrakt a zakázku, anam. údaje. Rozpoznává, že se snaží matce neustále zavděčit, protože ona je pořád nespokojená a kritická, přenáší odpovědnost za tyto své stavy na své okolí. „Přála bych si, aby táta někdy řekl (= partnerovi) ,tohle je za čarou'...“ K. má dojem, že tátovi mnohem víc rozumí, protože asi teď ona zažívá někdy to, co zažíval on s matkou. Vadilo jí, když byl podobně bolestínský jako matka, zejm. v době, kdy už s nimi nežil a stěžoval si na to, že se mu děti neozvou. Ověřila si, že někdy je prospěšné jasně říct, co potřebuje: „tátovi jsem domluvi

Výstupy/domluvy: Úvodní sada 4-5 konz. s vyhodnocením.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1216

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: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 01.09.2021 3. Obj.: Bez nápadných změn, přichází rozrušená z toho, že se nemohla dozvonit, tato vlna silné emoce velmi rychle opadá. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: „Emilek ve školce... učí tam dvě moje kamarádky... nevím, jak to bude zítra... šrumeček... nemám čas myslet... nejsem na ranní vstávání... partnerský vztah byl chvíli lepší... když toho po D. moc nechci, nemám práci, ale jakmile potřebuji součinnost, sype se to... je dusno...“ Podporuji nalezení pozit. aspektů partnersk. vztahu, vysvětluji sklon vidět negat., vědomě a s úsilím hledáme pozit., nachází: trávení volného času, spolehlivost partnera, když pečuje o E., když mu dopřeji dostatek času, většinu mých nápadů akceptuje... Vzhledem k věcem řešeným zde minule K. vypráví, jak ji zpražila matka kvůli WC štětce na chatě... matka si podle K. umí najít přesně to slabé místo, kam se trefí: K. ráda jezdí na chatu, nerada by se toho vzdávala, matka však stále není spokojená s tím, jak po sobě uklízí při odjezdu... spory uzavře „no tak tam nejezdí“...K. nenachází strategii, kt. by vedla k tomu, že ji matka nebude zraňovat... najde si vždy něco, i kdyby přestala jezdit na chatu, nebo uklízela dokonale... K. si uvědomuje, že na rozdíl od bratra Vojty jí se nedaří to nechat být, nezabývat se tím... budí ji to v noci... K. hněte též nespravedlnost spočívající v tom, že matka synovce Kristiána hlídá velmi často, zatímco E. u babičky přes noc ještě nebyl. Matka přiznává, že je nespravedlivá, otevřeně K. říká, že Kristiána má raději než E. K. si to dává do souvislosti s tím, že matka to neměla u svých rodičů jednoduché, „děda byl vostrej“, ani babička matce nevěnovala asi tolik pozornosti, kolik by bývala potřebovala, byla v tom jistá nespravedlnost ve srovnání s jejím bratrem, strýcem K.... možná proto má matka se strejdou neurovnaný vztah... útěchu jí poskytovala prababička Františka... tu měla ráda i K.... chtěla po ní pojmenovat své dítě, pokud to bude holčička, i matka se na to těšila...

Výstupy/domluvy: Úvodní sada 4-5 konz. s vyhodnocením.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1260

Datum schůzky: 6.10.2021

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: 0
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 05.10.2021 4. Obj.: Bez nápadných změn, prudká změna emocí, dramatický projev. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: „Všechno na zač. podzimu ‚zponuří‘... jsem rozcitlivělá...“ Podporuji listování vzpomínkovou galerií k pozit. obrazům: Emílek ve školce („tak jsem jez“ = jedl), na chatě v přírodě (jiná realita), v sauně, pivo v hospůdce, jízda s E. na kole... Řeší těžké ot., např. zda mít druhé dítě (jak je na tom vztah? můj věk! a co práce?! mám na to?). Do toho řeší tátu: „co mu mám říct? stěžuje si na Marušku (jeho dcera z dal. vztahu)... pláče mi na rameni... je mi ho líto... co víc mu můžu říct?! ... co pro něj můžu udělat?..“ Poskytuji pohled zvenčí: proč by měla řešit tátovy známosti, dělat mediátora, slyšet podrobnosti o jeho milost. životě? K. si uvědomuje, že tomuto byla od obou rodičů vystavená od dětství, byla důvěrníci matky, „asi to tak nemělo být!?!“, zatěžuje jí to... zároveň jí to možná něco poskytuje, co to asi je? Podporuji uvážení separace, odmítnutí doprovázení ve věcech, na kt. rodiče potřebují něoho jiného, téma separace... Připomínám konsekvence tohoto druhu též ve vztahu s E. – svěřit mu důvěru, že to ve školce zvládne, podpořit uchopení jeho kompetencí. K. si formuluje, že dnes zde se věnovala hranicím, kt. rodiče překračovali, ona si zvykla též je překračovat, vytvářelo to rodinný systém s nejasnými gener. hranicemi, propletenými vztahy. Shr., záv.: K. přináší aktuální téma separace, mezigen. hranic uvnitř rodiny, reflektuje vlastní zkušenost, odvozuje strategie pro svou rodič. roli. Nepochybně je silně ovlivněna propletenými vztahy ve své prim. rodině, nedost. respektováním přiroz. tabu (dítě a milost. život jeho rodiče). Dal. spolupr., dopor.: Úvodní sada 4-5 konz. s vyhodnocením. Příště vyhodnocení! PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Úvodní sada 4-5 konz. s vyhodnocením. Příště vyhodnocení!

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1276**

Datum schůzky: 27.10.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Porozumět svému chování v partnerském vztahu.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 27.10.2021 5. Obj.: Bez nápadných změn, prudká změna emocí, dramatický projev. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: Nabízím vyhodnocení spolupr.: K. konstatuje, že říkám věci, kt. jí nepřipadají objevné, „to vlastně znám“ (zkus vnímat pozitivní stránky), chybí jí věnovat se více tématu „opakuji chyby... a nevím proč...“, ujasňuje si, že by potřebovala nejvíc asi to, jak je znovu nedělat, a to zejm. v part. vztahu, v práci. Zatím jsme se víc podle K. nedostali k partn. vztahu a k otázce, zda mít druhé dítě. Za sebe konstatuji, že považuji spolupr. za začínající, připomínám, že dle mého názoru nejvýraznějšími tématy byla separace (mj. v mezigen. vztazích v prim. rodině) a otázka, jak si říkám o naplnění potřeb. Uvádím příklady manipulace, odplaty, vyčítání. To K. zaujalo, konstatuje, že si o své potřeby asi neumí moc říkat, uvědomuje si, že je někdy asi dost vyčítavá. Na můj dotaz uvádí, že na druhou stranu partner jí vyjde vstříc v potřebě podělit se o péči o syna, nebo si chválí možnost být dostatečně nezávislá... svobodná... Uvědomuje si, že partner potřebuje víc času na rozmyšlení, není tak akční, naopak ona nemá ráda stereotypy a rychlé změny jí vyhovují. Na příkladu spontánní nabídky kamarádek na spol. večer, kt. si potřebuje s partnerem vyjednat, aby zajistil hlídání dítěte, modelujeme možnosti vyjednávání. Zde si uvědomuje svou vyčítavost, jak rychle přejde od prvotní zdráhavé reakce partnera k pocitu křivdy či „to není fér“, a jak má blízko reagovat uraženě, čímž vyvolává výčitky svědomí na straně partnera. Zkouší si racionálnější reakci, uvědomění své slabé stránky (tak snadno se ve mně rozezní struna křivdy), verbální vyjádření potřeby, setrvání ve vyjednávání. Konz. si tentokrát chválí. Shr., záv.: K. svou nespokojenost přenáší také do tp spolupráce, ale vyjadřuje ji konstruktivně. Spolupracuje angažovaně na objevování nevyužitých možností vyjednávání s partnerem o svých potřebách (vědomě brzdit sv

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz., kontrakt prodloužen o dal. 4-5 konz.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1302**

Datum schůzky: 4.8.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Porozumět svému chování v partnerském vztahu.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 04.08.2021 2. Obj.: Bez nápadných změn, do popředí vystupuje dramatický projev, vys. labilita emocí. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: „V noci nemůžu spát... držíme si byt v Praze... máme malý byt... nejistá práce... vypadla jsem z ní... druhé dítě – chci/nechci?... jsem trémista...“ Na příkladech si ukazujeme, jak snadno se rozhodí rovnováha mezi emocionální a racionální myslí, „vezmě mě vlna emoce“. Jako jednoduchou techniku nabízím si připomenout pozitivní skutečnosti, ať už v kterékoliv oblasti života. K. to srovnává s přístupem její matky: „všechno má svoje ,ale‘... nic není super... nepochválí... pro matku nejsem dost dobrá...“ K. zmiňuje užívání CBD kapek, mj. proto, aby zvládla svá vystoupení, natáčení.. „zastavit to, když se hroutím...“ Shr., záv.: Konz. zacílená na udržené em.-rac. rovnováhy. Dal. spolupr., dopor.: Úvodní sada 4-5 konz. s vyhodnocením. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Úvodní sada 4-5 konz. s vyhodnocením.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1319**

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:** Porozumět svému chování v partnerském vztahu.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 01.12.2021 7. (2./4) Obj.: Bez nápadných změn, prudká změna emocí, dramatický projev. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: Znovu vyjadřuje nespokojenost s partnerstvím. Na mou pobídku „kdy je Vám pohodově“ vcelku rychle nachází „čas s Emilem... s přáteli... při tvoření, no jo ale toho teď není mnoho...“ Shrnuji, že opakovaně se vracíme k oddělení příjemných a nepříjemných zážitků, hledáme rovnováhu mezi spokojeností/klidem a ambicemi/touhami. K. deklaruje, že má dojem, že v partnerství toho příjemného je nějak málo, ona se neodváží být autentická, nadměrně se kontroluje, aby nedělala to, co je partnerovi nepříjemné (např. hlučnost, „je tady tebe nějak moc“). Vrací se k „zajímavé věci ze včerejška“ – na oslavě svátku otce ji otec dramaticky obvinil, že chce podvádět s očk. certifikátem... pod dojmem ze slov přítelkyně svého bratra s uvědomila, že ani pro jednoho z nejbližších lidí (otec, matka, Dan) není dost dobrá... Podporuji reflexi včerejší zkušenosti ve smyslu „co chtěl asi otec říci o vztahu ke mně“: K. zjišťuje, že asi nic, jen byl rozčílený... Potvrzuji svým dojmem, že otec prostě potřebuje spustit drama, je jedno kvůli jaké rozbušce, jeho drama nemá žádné podstatné vztahové sdělení. K. hypotézu postupně adoptuje, uznává, že otec je velmi dramatický... nemusí tomu dávat žádný význam, jen si podržet svou spontánní prvotní reakci, kdy se od jeho projevu poněkud distancuje. Shr., záv.: K. do jisté míry reflektuje svou potřebu vzrušení, učí se vnímat to i u svého otce. Činí jisté kroky k tomu, aby otcovy projevy ve stavu vzrušení interpretovala s odstupem, nikoliv nadměrně vážně. Přesun k podobnému postupu u svých prožitků bude jistě náročnější, ale nikoliv vyloučený. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1344**

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:** Porozumět svému chování v partnerském vztahu.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 22.12.2021 8. (3./4) Obj.: Bez nápadných změn, klidnější projev než jindy, uvolňuje se ledaskdy přechází do tykání, v křesle výrazně ležérní posez..., projev méně dramatický. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: K. referuje o únavě, náročnější večer, alkohol, mens., vypjatý emoce, včera koncert. K. má dojem, že dnes to s D. dořešili. Procházíme průběhem večera, K. reflektuje svá selhání, přehnané reakce. Zamýšlí se dále nad tím, jak bude s rodinou trávit vánoce... má ráda větší společnost, i letos se to povede, ale uvědomuje si, jak promýšlí, jak se připravit na to, jak matka různé věci komentuje, co jí vadí a nevadí... preventivně se snaží eliminovat nepříjemné situace. Shrnuji, že pozoruji u obou jejích rodičů podobné rysy chování – silné zdramatizování drobných či nepodstatných událostí, podporuji náhled K. na to, jak to zažívá ona. Dále se zastavujeme u zkušenosti K., že matka často nepříjemné události drží, setrvává u pocitu křivdy, znovu ji připomíná, veřejně pranýřuje a mentoruje „protivníky“, skoro se zdá bez náhledu a empatického vhledu do prožívání „obětí“... Rozlišuji polaritu „uzavřít/odložit“ v. „oživovat/připomínat/třímat“, podporuji reflexi vlastního chování z tohoto pohledu. K. se domnívá, že sice vyvozuje důsledky ze zkušeností s druhými, ale nevytahuje staré křivdy. Shr., záv.: K. zažívá klidnější období s partnerem, více se jí daří držet si odstup od zraňujících důsledků chování druhých, usiluje o reflexi a revizi destruktivních postojů a chování. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. Příště vyhodnocení další etapy? PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. Příště vyhodnocení další etapy?**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1387**

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:** Porozumět aktuálnímu stavu v partnerství.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 12.01.2022 9. (4./4) Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: K. sděluje, že si vyhradila den pro sebe, po konz. míří na masáž. Zmiňuje potíže se spánkem. Zaměstnávají přestřelky s partnerem, např. dnes ráno, „a máš dneska vůbec nějakou práci?“, ptá se D. Nabízím K. prozkoumat, co tím chce D. říci; odděluji pocitový význam/sdělení („jsem líná“) od toho, co jí na to odpoví partner. Navrhuji vynechat „proč“ a ptát se „co“. Klade si otázku, zda s ním má vlastně setrvávat, cítí se šťastná, když D. odjede. Nabízím rozvinutí představy o životě bez D. – po rozchodu s ním: K. pojmenovává jednotl. aspekty, uzavírá tím, že si to dokáže představit, různé nesnáze (finance, péče o syna apod.) vidí řešitelné. Zároveň připouští, že soužití s ním přináší i některé pozit. aspekty, ale neví, zda dvouletá párová spolupráce zde něco přináší. Navrhuji uvážit, jak si dokáže představit spol. život s D. již bez E. (např. za sedm let) – spol. víkend, spol. aktivity: K. uvádí, že zřejmě mají společné věci, kt. by se chtěli věnovat. Shrnuji ve smyslu, že vnímám K. jako výraznou osobnost (nejde o „hladkou kouli“, ale „objekt s mnoha výstupky a útvary“), což komplikuje soužití vždy vyžaduje větší výdej energie na soužití a soulad. Podporuji vnímat to pozitivní již v souč. vztahu. Shr., záv.: Znovu se vrací téma partnerství v. být sama. Akcentované rysy osobnosti komplikují soužití a nedovolují „klidný a bezproblémový“ průběh vztahu, jak by si ho K. přála. K plnému náhledu, že dramata, kt. zažívá, si přináší do vztahu sama, zatím nedochází. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. Příště vyhodnocení další etapy? PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. Příště vyhodnocení další etapy?**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1437**

Datum schůzky: 10.11.2021**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Porozumět svému chování v partnerství.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 10.11.2021 6. (1./4) Obj.: Bez nápadných změn, prudká změna emocí, dramatický projev. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: „Není to hitparáda... ten vztah... nemocný táta...“ Krátce se věnujeme množství péče, kt. K. svému otci věnuje, jak si o ni táta říká... Ptám se, zda zažila partnerský vztah, kt. by zahrnoval pohodu: K. si připomíná dvanáctiletý vztah předcházející vztahu s D., „bral mě takovou, jaká jsem... nebyly tam děti, méně povinností, teď péče, úklid, vaření... mám méně energie, jsem víc doma, víc v klidu... bylo to kamarádství, společných témat bylo hodně - muzika, knihy, bohémský život, stejná nátura... ale byla to svoboda tak velká, až jsme se ztratili... pak se objevil D.... D. mě chtěl furt, no, miluji Pýtrse, mám tu Dana... Pýtrs s ním byl v pohodě... zůstal mi Dan, Pýtrs odešel...“ Shr., záv.: K. hodnotí svůj partnerský vztah a hledá, co v něm je pro ni v pořádku, neubrání se srovnávání s předch. vztahem, postupně svou racion. myslí se propracovává k tomu, že srovnání není možné, vztah se odehrává v jiných podmínkách a zahrnuje zcela nové role rodičovské. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz., kontrakt prodloužen o dal. 4-5 konz. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz., kontrakt prodloužen o dal. 4-5 konz.**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1651**

Datum schůzky: 2.2.2022**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:** 0
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 60 minut**Zakázka:** Porozumět svému chování v partnerském vztahu.**Problematika:**

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 02.02.2022 10. (4./4) Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: Nejprve K. přináší téma včerejší oslavy narozenin otce, oznámila to partnerovi, on jí vyčetl, že to vypadá, že ho tam nechce. K. připouští, že neposkytuje partnerovi příliš vřelosti, že možná dokonce si moc nepřála, aby tam šel. Podporuji přímou kom. o tom, že jí v tom brání vyjádření partnera na adresu členů její rodiny. Poté přechází K. k tomu, co si myslela, že by zde měla probrat: vypráví příběh o tom, jak matka nátlakem na otce (suic. pokus) získala do vlastnictví dům v centru města; postupně si v něm bratr vybudoval byt, dále v něm bydlí matka, bratr zde nyní provozuje pivovar, kt. rozšiřuje. Matka vícekrát pobízela K., aby se snažila v pivovaru uchytit, aby to byl společný podnik obou sourozenců, dále jí vyhrožovala tím, že nebude mít žádný podíl v domě, když si nechá od bratra platit jen „nájem“ za plochu, kterou využívá nad rámce „své“ poloviny domu (dům však patří matce). K. má dojem, že by měla vyhovět nátlaku mámy, ať do pivovaru dá své peníze, ale zároveň váhá, protože se může stát, že o ně přijde... Ve věcech právních doporučuji komplikované vztahy probrat s právníkem. Z hlediska zkušeností doporučuji do spol. podniku nevstupovat ani se nesnažit o spol. bydlení pod jednou střechou s matkou a s bratrem a s jeho pivovarem. Příště: „proč si tolik nechám mluvit od matky do života? proč nejednám samostatněji?“ Shr., záv.: K. se navzdory svému věku prezentuje v popsané kauze jako snadno ovlivnitelná matkou a jejími zmatenými, často protichůdnými impulsy. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. Příště vyhodnocení další etapy? PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. Příště vyhodnocení další etapy?**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1743

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: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 23.02.2022 11. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: Líčí onemocnění covid19, má dojem, že doznívají spíše psych. příznaky – pocit prázdnoty, splín, pusto. Do toho dnes partner opět „a co vlastně budeš dělat... aha zase pohodička...“, zažívá v té souvislosti znovu zpochybnění ohl své hodnoty... Nabízím „udělat tečku“ za střetem s D., nerozvíjet to nadměru, „nemeditovat nad tím“. „Ano, to by šlo...“ Navrhuji vrátit se k tématu „čím to je, že na mě má mamka tak velký vliv?“ Nabízím „zeptat se mamky“ formou eft imag. dialogu. Ujasňuje si, co by jí potřebovala říci: „ráda bych, abys mě brala takovou, jaká jsi... jsem přece dospělá ženská, navychovávej mě, nedávej mi nevyžádaný rady... ty vostrý bodence... píchance... má pořád navrch... ví, jak se to má dělat...“ K. zjišťuje, že komunikovat s mamkou vůbec nepůjde... mamka reaguje vždycky silně citlivě, obviňuje z nenávistných výroků, dramaticky představuje svou zraněnost, a naopak někdy je útočná, devalvující, zraňující... „vyjdu z toho za debila... ,to bylo ubohý, cos mi řekla‘, se dozvím...“ K. se pozastavuje nad tím, kde se to v ní bere; stručně mluvíme o slabém, zranitelném, nejistém egu, které se paradoxně formuje a zpevňuje, když dostává negat. ZV ze svého okolí, proto si o ni svým chováním ledaskdy říká. Zmiňuji též bipolární vnímání a hodnocení druhých. K. si uvědomuje, že mamka se jí ledaskdy jeví jako malá holčička, o níž je třeba se postarat a je zranitelná, a vzápětí jako monstrum, kt. nahání strach... Jekyll & Hyde. Shr., záv.: V konz .se jasněji formuje obraz matky K. jako osobnosti pohybující se v obl. hraniční dynamiky, kt. K. jistě závažným způsobem poznamenala a svými dramatickými reakcemi ji i nadále k sobě poutá. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz. Příště vyhodnocení další etapy? PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. Příště vyhodnocení další etapy?

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1766

Datum schůzky: 30.3.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 30.03.2022 13. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: K. chce prozkoumat svůj postoj k svému partn. vztahu. „Jsem nespokojená, ale zůstávám v něm... žádný vztah jsem zatím neukončila já... čeho se bojím?...“ Nespokojenost rozčleňuji na nespokojenost z důvodu nadměrných nároků na vztah a z důvodu skutečně špatného stavu vztahu. K první obl. K. nachází: chybí mi rozhodnost a iniciativa D. v důl tématech (nákup bytu); chybí mi vášnivost a iniciativa v intim. soužití; chybí mi jeho ambice dosáhnout uspokojivějšího výdělků a pohodovějšího zázemí (je pohodlný). K druhé obl. K. nachází: chybí mi repsekt, slušnost, tolerance, aby mě nechal žít; chybí mi pozornost, neprojeví, že o mě má zájem (jen při pár. konz. zde); chybí mi jeho podpora v rodič. roli, jsme nejednotní. Nabízím pro dal. sezení uvážit mj. (1) co jsou zisky z aktuál. soužití? (2) co jsou rizika v případě rozchodu? (3) o čem je tem „strach někde hluboko“, kt. si objeví, když si představím rozchod? Shr., záv.: Na partn. spolupřáci u kolegyně navazuje téma neuspokojenosti ve vztahu s D. Od vnějších vrstev nespokojenosti bude možno se propracovat k dynamickým souvislostem? Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. za čtyři týdny. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. za čtyři týdny.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1767

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: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 09.03.2022 12. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: K. si stěžuje na chování D. dnes ráno: „no jo, mamka chodí 30 let na tp“... K. neví, jak to D. myslí a nezeptala se. „Ten D. a mamka mě někdy dostanou... mamka má na mě takový vliv... cítím se vedle ní jako dítě...“ Věnujeme se možnostem, jak posílit dospělé já vedle m. K. si uvědomuje, že příliš brzy musela být tím „dospělým“, matka ji zatěžovala svými dospělými starostmi. Dále se věnujeme interakci s D. ohledně příležitosti vyjet s D. na lyže bez E. K. nachází několik možností (vzít D. poznámku s humorem, dopřát mu čas na rozmyšlenou, zkusit zajistit někoho na vyzvednutí E., aby mohli zůstat na horách déle...) K. připouští intenci k personalizacím. Shr., záv.: Nejistá a křehká část já se u K. aktivizuje, jakmile je blízkými osobami konfrontována s náznakem své nedostatečnosti, což jí znemožňuje zralejší, adaptivnější reagování a udržení nadhledu; rychle se následně vzdává možností, jak uspokojivě ovlivnit dal. vývoj událostí. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 1789

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: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 27.04.2022 14. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: K. referuje o tom, že je to nyní lepší v párovém soužití, snad po posl. pár. tp u kolegyně, dokonce mohla pobýt tři dny v Praze služebně, D. se postaral o E. Navštívila koncert Pýtrse, svého býv. přítele (před 10 lety skončil 12letý vztah). Je převapená, jak ji setká s P. rozhodilo... komentuji v tom smyslu, že mně se to s ohledem na povahu jejich býv. vztahu a osobnostní předpoklady jako nečekané nejeví. K. si stýská nad tím, že je v mnoha věcech nejistá, třeba neví, kam patří kartáček mám v Praze, v Kořánovicích, u tchýně i doma... Nebo neví, zda má chtít druhé dítě, je mi 45 a já furt nevím, D. by ho rozhodně chtěl, tak se tomu tedy nebrání, ponechávají to přírodě... Vyjadřuji dojem, že by K. chtěla být „maják“ a je nespokojená s tím, že je „bójkou“, která s vlnami jde nahoru a dolů. Shr., záv.: Odkládám původně sjednané téma s ohledem na zlepšení hodnocení vztahu a úsilí partnerů o rozšíření rodičovství. Em. nestabilita značně poznamenává rozhodovací procesy a životní spokojenost. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. za tři týdny. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. za tři týdny.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 2048

Datum schůzky: 13.7.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 13.07.2022 16. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: K. vypráví, že kromě konz. zde jednou za čas jezdí k alternativní terapeutce (kameny, „konstelace“, problém – jak je starý? kdo jste byla v té době? – jde o spontánní intuitivní odpovědi...), dnes sem přijela právě od ní... vzpomněla si na zkušenost s otcem, jedli špagety, ona byla hodně špinavá, otec ji vzal a vymáchal ve studené řece, ona mělapocit, že je bezmocná, protestovala, ale marně... zařekla se, že nechce takového muže jako je táta... a opravdu si vybírá spíše „slabé“ muže, od nichž nehrozí tato zkušenost... Nabízím posun k tomu, v čem se K. podobá otci – připouští, že v mnoha ohledech... otci dnes rozumí, proč byl vždycky vzteky bez sebe, když s ním manipulovala matka... Má něco po matce? Ano, snadno se jí věci dotknou, bere si je velmi osobně... ale je to lepší než dřív... připomíná epizodu s odjezdem na chatu... Nabízím hledání alternativ, jak jednat s matkou... a jak jednat s D., když si neodpustí, aby do ní nešťouchnul... K. objevuje, že se nemusí D.ovi bránit, může s ním souhlasit a připojit se k němu... oba trpí nespolehlivostí matky... Shr., záv.: K. objevuje alternativy k sebeobraně a vymezování se partnerovi, jeví se jí to jako objevené a odkrývající nové možnosti. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. za čtyři týdny. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. za čtyři týdny.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	15.6.2022
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 15.06.2022 15. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: „Je sezóna... hodně se hraje... nemám volné víkendy... nejde mi ani být ve vztahu spokojená... ani ze vztahu odejít... když si D. řekne, že chce jít na jedno, ráda mu to dovolím, protože je to bez něj vlastně jednodušší... pak se vrátí připitej a zkouřenej...“ Provázím K. úvahou o tom, k čemu potřebuje pomoci: ke klidu – jistotě „mám to takhle a počítám s tím“... nebo k rozhodnutí...? K. má pocit, že by se potřebovala o partnera opřít, připomíná situace, o nichž má za to, že jí to nešlo... D. ji zklamal... Reflektuji setrvalou nespokojenost K., připomínám některé symptomy změny a stability D. Shr., záv.: Zdá se, že K. si udržuje nejistotu, nespokojenost v míře, kt. je znatelná, ale zároveň nevede k žádoucí akci. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. za čtyři týdny. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Sjednána další konz. za čtyři týdny.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 2148

Datum schůzky: 10.8.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 10.07.2022 17. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: K. přináší dilema: D. staví dům, rozhodl se víceméně sám bez ní, K. si není jistá, zda tam bude moci bydlet – blízko tchýně, na kraji lesa, na pozemku tchýně..., pere se to v ní, lituji ho, snažím se být vstřícná, ale cítí od něj očekávání, že ho víc podpoří, bude tam s ní spolupracovat, sám za ní na chalupu nepřijede, nevěnuje jí tolik pozornosti, kolik by ráda... K. to líčí s vehemencí, silné emoce, dramatizuje. Nabízím odstup z pozice druhého křesla – kamarádka, pozorovatel. Vidí chaos, doporučuje neřešit vzdál. budoucnost, jít krok za krokem, zkusit to žít tam, pak uvidí, upozorňuje na to, že D. teď má směr, baví ho to, jde si za tím... K. to vidí, uznává, že to je pravda, některá upozornění adoptuje. Postup reflektujeme. Shr., záv.: V konz. se odhaluje neujasněnost a neukotvenost K., překvapivě nyní v rozporu s konáním a směřováním D. K. má potřebu se vymezit, jistotou D. je nyní paradoxně znejištěná, sama ohledně bydlení a soužití jasný směr nemá. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. 1/5. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. 1/5.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 2335

Datum schůzky: 12.10.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Porozumět svému chování v partnerství.

Problematika:

Zápis ze schůzky: KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 12.10.2022 18. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: „Dítě je držák... po dvou letech párové tp mám dojem, že se nic nelepší... naopak, jsme jen v provozním modu... měsíce se mě už nedotkl... jsme jiní... chceme různé věci... D. čeká, co vztah přinese... nic nepodniká... vědomě se takto rozhodl... cítím se bezradná... mám strach... odcizení... nestojí o mne, nestojí o vztah...“ Explorujeme prožívání K. v takové situaci a její motivaci a možnosti něco podniknout ze své strany. K. rekapituluje své možnosti: byt pronajala za výhodných podmínek ona, ale platí ho D., nicméně nic jiného neplatí, cítí se soběstačná, ale ví, že D. nechce byt opustit, přestože by mohl bydlet u matky, K. si nedokáže představit, že se k matce nastěhuje, cítí se v tomto ohledu v pasti. Shr., záv.: K. se nachází v rozporuplné pozici, kdy zažívá uspokojení v práci, rodičovství, ale čelí vyhasnutí zájmu partnera o ni, přestože on buduje s velkým nasazením pro ně oba a pro rodinu dům. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. 1/5. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. 1/5.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 2883

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: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: ..

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 30.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: .

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 2885

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: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.

Problematika:

Zápis ze schůzky: .

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	11.1.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 10.01.2023 22. Obj.: Bez nápadných změn. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: K. je zasažena ranním obviněním/výčitkou D., že zase jde na tp... Podporuji alternativní interpretaci – může to být něco jiného, než výčitka? Takhle vždycky reagovala její matka, tolik toMůže to být D. sdělení o beznaději, bezmoci ... Udržet si nadhled, nereagovat nadm. senzitivně – co pro to může K. udělat? Vracíme se k int. dialogu, k opuštění místa... Věnujeme se potřebné stabilitě, sebedůvěře, kt. pomůže K. nevztahovat vyjádření druhých lidí na sebe jako kritiku, znevážení, devalvací. Shr., záv.: Aplikuji opět poněkud direktivnější vedení sezení, kt. vnáší jisté uklidnění a zpřehlednění situace. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz. 1/3. Avizuji možnost užít „jazyk. cvičení“ (musím – nemohu – nedokážu – nechci / mohu – smím – chci – umím), K. to zaujalo. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Sjednána další konz. 1/3. Avizuji možnost užít „jazyk. cvičení“ (musím – nemohu – nedokážu – nechci / mohu – smím – chci – umím), K. to zaujalo.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky: 1.2.2023
Forma služby: Ambulantní
Způsob kontaktu: Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta: NE
Počet jednání:
(v zájmu klienta)
Délka schůzky: 60 minut
Zakázka: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Problematika:

Zápis ze schůzky: **KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 01.02.2023** **23.**
Obj.: Patrná jistá uvolněnost, spokojenost.
Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Průb. spolupr.: K. referuje o úspěšném představení a dramatických změnách v životě rodiny: D. byl podle ní ve velmi špatném psych. stavu, K. mluvila s jeho otcem před jejich odjezdem na hory, D. se vrátil „v mánii“, navrhl přestěhování do jiného pronájmu, během jednoho dne uzavřel rezerv. smlouvu, K. reagovala překvapením, odmítala představu přestěhování, pak odjeli sami na hory, velké zvraty v náladách D., „nutit tě nebudu“, „začínám tě mít ráda... to bylo pro mě tak hezký... zařízovat byt společně.“, dnes spolu mluvili celé dopoledne ... kdyby to bylo takhle dřív, „všechno mohlo být jinak“. Čím přispěla K. k tomu, že důl. rozhovor se vzáj. přiblížením se uskutečnil? „Lítost/soucit... situace na nás oba tlačí... klid a čas na povídání... беру tě jako člověka takového, jaký jsi (zmizela odmítavost)... sebedůvěra po včerejším vystoupení...“ Čím přispěl D.? „Pofňukával... vidím, že se opravdu trápí a o něco mu jde... asi to není hajzl... vstřícnost... zůstal, neutekl...“ Přispěla k tomu jeho „impulzivní“ akce s nájmem většího bytu? Možná ano, rozhodl se „dřív než si to rozmyslel“. Podporuji využít tuto situaci jako příležitost.
Shr., záv.: Konz. přináší pozoruhodnou změnu dynamiky, oživení vzáj. vstřícnosti, zájmu, ochoty ke spolupráci, i když K. není rozhodnutá, zda se s D. do nového bytu přestěhuje.
Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz. 1/3.
PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Sjednána další konz. 1/3.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	5.4.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 05.04.2023 24. Obj.: Bez nápadností, opět vystupuje do popředí zaujatost vlastními potížemi. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: K. popisuje přestěhování do nového bytu, ve kt. se zatím hledá, v min. bydlení měla jasný pocit bezpečí a pohody, nyní se cítí vykořeněná. K tomu přistupují zvýšené nároky na vybalení věcí apod. Po většinu měsíce se však cítila dobře, spolupráce s D. jí vyhovovala, dostávala ve vztahu to, co by od něj asi očekávala. Ale „poslední tejden byl strašnej... je to psycho...“ Spojuje to se zážitkem na horách, kde se s bratrem Vojtou ztratili v náhle zhoršeném počasí... vykřikla tam, co já tady dělám, proč já dělám věci, které nechci, proč jsem ve vztahu s D., když s ním být nechci...! To všechno vypověděla D., ten to vyposlechl, pak si uvědomila, že to asi také byl ovlivněno PMS... Nabízím vzít tuto epizodu jako epizodu, výkyv emocí, kt. se v životě prostě děje a nemusí jít o měnu postoje, výkřiky pod tlakem emocí nemusí být konečným vyjevením pravdy... Adaptace na nové věci je vždy nárokem. Shr., záv.: Jedna z dramatických konzultací, v nichž K. přizívuje své nejistoty a hledá externí příčinu své občasné nespokojenosti. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz. 1/3. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Sjednána další konz. 1/3.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	22.2.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 22.02.2023 24. Obj.: Patrná jistá uvolněnost, spokojenost. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: K. popisuje překvapivý spád událostí – po výletu s otcem D. navrhl, že si pronajmou jiný byt, zanedlouho nějaký našel, nadšeně K. sdělil, že složil kauci... K. dále sledovala, jak se změnila energie v chování D. a jeho přístup k ní hodnotí jako významně odlišný v pozit. smyslu, „kdyby se takhle choval vždycky, i já bych bývala k němu přistupovala jinak...“ K. ovšem váhá, zda na přestěhování přistoupit, v souč. bytě (kde D. je výrazně a dlouhodobě nepsokojený kvůli velice omezenému prostoru) se cítí dobře, je za dobrou cenu, přes chodbu má dobrou kamarádku atd. Shr., záv.: K. prochází novou zkušeností v partnerském životě, je vystavena výzvě, kt. jí dává naději, že by se partnerské soužití mohlo posunout a zlepšit, ale musela by opustit současné pohodlí, kt. užívá v souč. pronájmu. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz. 1/3. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	K. prochází novou zkušeností v partnerském životě, je vystavena výzvě, kt. jí dává naději, že by se partnerské soužití mohlo posunout a zlepšit, ale musela by opustit současné pohodlí, kt. užívá v souč. pronájmu.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	25.4.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Porozumět svému chování v nejistotě.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 25.04.2023 26. Obj.: Silně dramatický projev, od skleslosti na počátku po nadšení a vděčnost na konci... Zak., kontr.: Porozumět svému chování v nejistotě. Průb. spolupř.: K. se obává, že ji nepochválím... byla u Dr. Blažka, zejm. kvůli přetrvávající insomnii a prohlubujícím se úzkostným projevům, nestabilitě, nevykonnosti. Medikována alprazolamem a trazodonem (postupně zvyšovat na 75 mg), vnímá to jako selhání. Potvrzuji postup a význam absence kvalitního spánku a únavy na prožívání. Podporuji také převzetí párových témat na párová sezení. Za sebe K. hledá důvod, proč nedokáže vyhovět své intuici, kt. jí přece dobře radí, ale ona snad ze strachu či z jiných zábran, jí nevyhoví (na horách, před stěhováním, apod.). Analýza situací odhaluje to, že silnou intuici má i opačným směrem („nestěhuj se“ i „přece tu nezůstaneš sama!“). Dále K. připouští, že žádné rozhodnutí nelze označit za úplně špatné či úplně dobré. Připouští i to, že nápad, že se vlastně rozhodla špatně a neposlechla svou intuici by možná měla i kdyby se rozhodla neodstěhovat... Vyjadřuji dojem, že K. se potřebuje naučit tolerovat tyto nápady a tíseň spojenou s aktuální nepohodou, kt. ji nutí označit své předchozí rozhodnutí za chybné. Vyjadřuji dojem, že brzy přijdou nové křížovatky a do té doby bude dobře držet se zvoleného směru. Shr., záv.: Opět dramatická konzultace, K. však připouští, že velké konflikty a napětí, jež zažívá, se odehrávají především na scéně jejího nitra. Dal. spolupř., dopor.: Práce na toleranci nejistot, pochybností; práce na udržení vytrvalosti v nastoupeném směru. Sjednána další konz. 1/3. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Práce na toleranci nejistot, pochybností; práce na udržení vytrvalosti v nastoupeném směru. Sjednána další konz. 1/3.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	17.5.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 17.05.2023 27. Obj.: Choulí se do pláště, podobně reaguje v průběhu celé konz., dále obvyklá lítostivost, dramatické projevy bezradnosti... Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: Včera na ko u Dr. Blažka, lépe spí, jinak změny nepozoruje, medikaci dále užívá. Popisuje dramatické vyjednávání s majitelkou bytu, D. odřízl hlučné větráky, elektrikáři na to přišli, hrozil vyhazov z bytu, K. to vyjednala, ale jisti si nejsou... K. je rozhodnutá nebrat na lehkou váhu neshody, vážně uvažuje o rozchodu, vadí jí umanutost D. věcmi, kt. ji nezajímají, jeho impulsivní jednání pak komplikuje život jí... Na párovém sezení u kolegyně Z.P. chce otevřeněji s D. o příp. rozchodu mluvit. Shr., záv.: Konz. monotónně opakují téma nespokojenosti ve vztahu, paralýzy pokud jde o nějaké konstruktivnější řešení... Vyvolává to podráždění, pocity bezvýchodnosti, frustrace... Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz. 1/3. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Sjednána další konz. 1/3.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	28.6.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 28.06.2023 29. Obj.: Obv. projev, velkou část konz. dramatické líčení zážitků s partnerem. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupř.: "Je mi líp díky práškům...", zároveň "to není správný... takhle by člověk žít neměl..." K. popisuje výlet do Krkonoš, místy K. zlehčuje jeho podíl na plánování a přípravě výlet. Dále zmiňuje rozkol na Kuksu, kde jí D. vyčítal, že nezařídila školu. Podporuji K. v nalezení možných příčin tohoto střetu. Nachází mj. "dělá to jeho táta (= D. se to naučil od něj)... nervozita, snadno se dostane pod tlak, nyní ze stavby domu... je rozmazlenej..." Popdoruji též uvědomění, proč tyto možné zdroje D. nepohody hledáme. K. se brání, že se snaží to zvládat, zároveň shromažďuje další nespokojenost a stěžuje si i na svou paralýzu, že není s to se od D. odpoutat. V průběhu dal. konz. vychází najevo, že K. víceméně počítá s tím, že s D. bude fungovat v jedné dom. po dobu stavby domu (asi dva roky), pak se asi každý odstěhuje jinam (D. do svého domu, K. do domu matky, kde je hodně prostor, ale problematická je představa na samost. byt pro K.). Navrhuji příště se zabývat účelností našich sezení vzhledem k tomu, že se konz. stávají prostorem k přinášení párových témat, kt. by spíše měla být řešena v sezení u kolegyně společně s D. Shr., záv.: Tématizuji průběh našich sezení, navrhuji uvážit jejich prospěšnost a příp. spolupráci přerušit, K. na toto téma přistupuje. Dal. spolupř., dopor.: Sjednána další konz. 1/4. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Sjednána další konz. 1/4.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

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:	Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 07.06.2023 28. Obj.: Obv. projev. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: K. popisuje aktuální podobu soužití v novém bydlení - klidnější fáze kom. a spolupráce s D. se střídají s dramatictějšími momenty, kt. však docela jistě ubylo; K. to přičítá efektu medikace. Spí nyní dobře. Stále je znepokojována stavem vztahu a považuje současný stav za provizorium. Do bud. nového domu, kt. D. staví, se nechce stěhovat, zároveň se jí zdá, že nemá jinou alternativu. Uvažuje o využití prostor v domě matky, nebo o pronájmu; obojí však vyžaduje sumu peněz, kt. aktuálně nemá dostupnou. Připouští, že téma peněz ji velice silně zúzkostňuje a nejde pomyslet na příp. úvěr. Zárovn má pocit, že ve vztahu s D. již není schopna spokojeně žít. Shr., záv.: Průběh konz. se opakuje a jeví se jako nezbytné uvážit buď přesun k jinému tématu, nebo ukončení indiv. spolupráce ve prospěch párové tp, již K. prochází se svým partnerem u kolegyně Z. Pokorné. Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz. 1/3. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Sjednána další konz. 1/3.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	25.7.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Porozumět svému chování v partnerském vztahu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KUDRNÁČOVÁ Kristýna, 25.07.2023 30. Obj.: Jeví se klidnější, ve srovnání s obvyklým projevem apatická či rezignovaná. Zak., kontr.: Porozumět svému chování v partnerském vztahu. Průb. spolupr.: Medikace přináší K. dlouhodobější "příjemnou vlnu", zejm. nahléd u spousty věcí, redukoval se počet sporů s D., některé věci tolik neřeší. V partnerství "jsou pididobré chvíle", "nehádáme se... moc po něm nechci...", partner si to dle K. chválí. Mívá živé sny a celý život vnímá novým způsobem, jakoby "nadechnutí". K. akceptuje, že se zde nebudeme věnovat vztahu s D., spíše by ráda věnovala pozornost matce. K. nadále registruje řadu momentů, kdy ji matka zraňuje, vyjadřuje se kriticky, pořád není dost dobrá. Mj. prohlídka bytu, matka si neodpustí před makléřem jedovaté poznámky na životní neúspěchy K. Zadávám dompr - kdy se mohu vyhnout kontaktu s matkou, či zvětšit vzdálenost, aby mi tolik neublížovala. Shr., záv.: Spolupráci K. chce zachovat a přeorientovat se na témata související s jejím vztahem s matkou. Nejsou jasněji ohraničená, převládá vágní pocit, že "s matkou je pořád něco". Dal. spolupr., dopor.: Sjednána další konz. 1/4. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Sjednána další konz. 1/4.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky: 29.8.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Postoj k nečekanému rodičovství.

Problematika:

Zápis ze schůzky: K. přichází s avizovaným zpožděním, zkouší ve VČD, váží si této příležitosti hrát v muzikálu. Přichází se zprávou o nečekaném otěhotnění, o němž zatím neví ani D. K. zvažuje, jak s událostí naložit. Především je nakloněna tomu, že o tom D. neřekne; bojí se, že by jí to vzalo svobodu k nakládání s touto skutečností. Dále zvažuje potrat (vzhledem k tomu, že jde o čerstvou událost, bylo by možné potrat uskutečnit farmakologicky vedenou cestou). Vede ji k tomu nejistota ve vztahu s D., nejistota ohledně vlastních sil (věk 46 let v době příp. narození), plány profesní, dohoda s D. (stará asi půl roku), že zůstanou u jednoho dítěte. Je přesvědčená o tom, že D. by ji přesvědčoval pro uskutečnění mateřství a těžko by jí odpouštěl, pokud by se rozhodla jinak. Soustřeďuji rozhovor zejm. na rozhodnutí za celé rozhodování s D. sdílet; podporuji toto uvážit s ohledem na to, že z podstaty věci jde o společnou záležitost, o níž by D. měl vědět. POukazuji na možné psych. následky rozhodnutí nesvěřit se s touto záležitostí, zejm. oslabenou vlastní pozici před D. díky střeženému "tajemství". Upozorňuji také na psych. následky rozhodnutí pro potrat, symptomy depr. spektra. Pozitíří mají partneri sjednané párové sezení u kolegyně; doporučuji věc tématizovat tam. Souhrn: K. je konfrontována s mimořádnou a nečekanou zásadní událostí v podobě otěhotnění, na němž jen těžko nachází pozit. stránky; je tím zaskočena a v tomto stavu se kloní k odmítnutí mateřství. S překvapivou lehkostí upírá D. právo se podílet na rozhodování. Dal. pokr.: Sjednáno sezení 1/3. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	19.9.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Vztahy s blízkými lidmi v rodině
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	K. přichází včas, bez nápadných změn, dramatický projev jako obvykle. K. referuje o tom, že při vyš. bylo zjištěno, že plod se nevyvíjí, rozhodnuto o odstranění, zákrok prožívala jako ztrátu s bezprostřední silnou em. reakcí. D. byl K. informován záhy po zjištění nedobrého stavu plodu, K. si stěžuje na nedost. podporu. Dle jejího podání je D. schopen vřelosti a nekritického příklonu pouze, když se opije, zkouří nebo zhoubičkuje. Jinak se jí jeví napjatý, podrážděný, útočný. V zam. se K. cítí spokojená, přibývá jí prac. příležitostí, daří se jí držet si odstup od potenc. kritických projevů od okolí. Nedaří se jí tento nadhled zejm. pokud jde o D. nebo o matku. S otcem se vídá, ale má dojem, že vřelejší a citovější projev od něj také nemůže čekat. Brácha Vojta je flegmatik, nemají spolu spory, ale některé věci nechce řešit. K. by čekala od něj či od otce, že domluví D. nebo domluví matce. Vyslovuji hypotézu, že by to k ničemu nevedlo a jen posílilo nezralost D. nebo odtahitý projev matky. U ní K. vadí nejvíc to, že se otevřeně hlásí k asymetrii svého příklonu vůči Kristiánkovi (syn V.) a nemá potřebu vyvážit čas, péči a vztah Emilovi. Vyslovuji dojem, že matka není s to překonat jisté výčitky svědomí vůči K., nebo pocit ohrožení potenc. plynoucí z toho, kolik K. ví o slabostech a selháních matky v době jejího dětství a dospívání. Souhrn: Konz. postrádá dynamiku, vzhledem k tomu, nakolik K. zaměstnávají párové záležitosti. V jiných oblastech se cítí spokojená. Hledám svou roli, funkci konz. vidím primárně pouze ve sdílení. Dal. spolupr., dopor.: Jistě je na místě uvážit dal. pokračování spolupráce. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	18.10.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Nejistota o sobě.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	K. přichází včas, rozvalí se do křesla, opakovaně přechází do tykání... Přináší aktuální šok z vlastní reakce, když se na zkoušce v divadle objevil ředitel... dramaticky líčí, jak sama sebe zklamala a jak sama sebe nechápe... Nabízím racionální redukci silného zážitku a následně navazuji na její metaforu malé holčičky - co asi potřebuje? Nabízím laskavou vlídnou polohu a znovu racionální redukci velikosti selhání. Přichází sebelítost, že od partnera nedostává podporu a posilu, z níž by mohla čerpat... může čerpat jinde než u něj? Líčí zklamání z reakce kolegyně na párové terapii, kdy K. vedla k tomu, aby se pokusila své trable navazující na potrat řešit více sama... zažívá zklamání... Podporuji ji v tom, aby to prezentovala v dal. sezení. K. upíná pozornost k přátelům... nedaří se jí dostat se k tomu, co dostává od svého publika... Nabízím opět možnost dát ujištění z vlastních zdrojů... Souhrn: Obvyklá dynamika konzultace, kt. se dnes soustřeďuje kolem jistoty/nejistoty a možností sebeujištění a sebepodpory. Dal. spolupř.: Konz. sjednána, kontrakt zatím netematizován. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	14.11.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Strategie zacházení se sebou v konfliktu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Obj. K. přichází sama, včas, obvyklá úprava zevnějšku, projev klidnější než obv. P.k. K. líčí včerejší střet D. s ní (nezhasla jsi v koupelně... E. nemá vyčištěný zuby...), K. vysvětlovala, ještě dnes ráno konflikt dozníval, "vyhýbáš se řešení"... proč neodejdu? bojím se, že to nezvládnou? nemám peníze! co E.?... Procházíme alternativy reakce na D. nespokojenost a podrážděnost a výčitky: vysvětlovat - nekomentovat - odejít Nabízím další scénář pro předem dané "kulisy" (D. výčitky a kritika): odsouhlasit věcné jádro (ano, je rozsvíceno, máš pravdu), připojit se k požadavku (musíme zhasnout), poděkovat za spolupráci (díky, že zhasnul) a nabídnout jiné téma (jak bylo v sauně?). Podrobněji se věnujeme možnostem tohoto scénáře (odstup, nerozvíjení konfliktu, neopakování obvyklého scénáře, vlastní důstojnost). K. má chuť to vyzkoušet. V práci se jí daří, v péči o E. se cítí také spokojená. S. K. je zaujatá možností více řídit průběh interakce, v níž se projevuje její hypersenzitivita, nejistota, že jí vedou k obranám. Pozitivní je chuť k experimentu, odložení sterilních úvah o odchodu. D.sp. Sjednána konz. 1/3. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky: 6.12.2023

Forma služby:

Způsob kontaktu:

**Jednání v zájmu
klienta:** NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 205 | číslo formuláře: 5123

Datum schůzky:	3.1.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Plánování rozstěhování.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. Beze změn. P.k. K. má dojem, že nyní bilancuje, tak to má vždycky na zač. ledna... v pros. narozeniny... Trápí ji potíže se spánkem, má dojem, že AD medikace už nezabírá... Má nabídku pronájmu od ii/2024, láká ji to, D. už to sdělila, ten tomu asi úplně nevěří, že to fakt udělá. Opět líčí příběhy, kdy jí přijde líto, jak jí D. všechno vyčítá.... Konstatuji, že vykročení z nehybnosti, na kt. si dlouhodobě stěžuje, se mi jeví jako smysluplný krok. Vyjadřuji dojem, že návrat ke spol. soužití bude dosti obtížný, je velká pravděpodobnost, že si partneři na nezávislost zvyknou a bude e jim těžko opouštět. Podporuji K. v tom, aby s D. vyjednala dobu, na kt. bude rozstěhování realizováno, vztahové podmínky (poskytujeme si volnost, nebo se vážeme na náš vztah?), finanční podmínky a režim kontaktu obou rodičů se synem. S. Konz. soustředěná kolem pravděpodobného opuštění "meziprostoru", v němž K. udržuje dlouhodobě svůj partnerský vztah s odkazem na partnerovu kritičnost a nevládnost. D.s. Sjednáno udržení spolupráce cca v režimu 1/4-5. Partneři nyní čekají na nabídku termínu od párových terapeutů. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	6.2.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Investování do vztahu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. K. přichází včas, jeví se klidnější, spokojenější. P.k. Shrnuji minulé sezení, K. navazuje "a jak myslíte, že to dopadlo?"... referuje o vzepjetí D., "je úplně jinej... víc mu věřím... mám práci...", zmiňuje včerejší sezení s párovými terapeuty Petrem a Lenkou... jsem meganadšená... reflexe na konci sezení... Ptám se na to, co K. možná dělá jinak: popisuje větší autonomii a nezávislost na chování a projevech matky a D., jde do pokusů projevit vůči D. vlídnost a zájem, je ochotná se postavit za sebe také v práci. Dále se ptám, nakolik je rozchod tématem... připouští, že ano, ale spíš ji to činí ostražitou... je v pokušení lámat hůl nad vývojem, když zaregistruje připomínky "starého života"... Nabízím poněkud pochybnosti a "rozhodování" odložit a vědomě se do investic do vztahu vložit. Nadále se předčasně probouzí (po dohodě s lékařem snížila dávku trazodonu na 50 mg, nebyla by na místě pův. dávka 75 mg, zmiňuji možnost vyzkoušet CBD kapky, nekomb. s Triticem). S. Rozběhl se pozit. kruh prožívání, K. je nyní nadšená a odhodlaná dát vztahu šanci, což se opakuje po cca 12 měs. Postoje se jeví však z její strany zralejší, připouští i vlastní změny. D.s. Ponechán režim 1/5-6. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	6.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Revize psych. prospěchu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. Beze změn. P.k. Párové konz.pokračují, zatím asi dvakrát, K. si to chválí, má dojem, že se i vztah zlepšuje, ona si ledacos uvědomila... "zlepšuje se to i se mnou..." S obavami vyhlíží budoucí období, od dubna má pravidelně jezdit do Prahy na zkoušky, skoro denně... bude to náročné, s D. se budou muset více domlouvat. "Oba moji rodiče mají pocit, že mám já chodit k nim..." Klade si otázku, zda by i oni neměli mít více zájmu o ni. Neuspokojenost v těchto blízkých vztazích přetrvává. S. Spolupráce postrádá nyní jasnou indiv. zakázku. Pokud se zmírní příznaky v partnerském soužití, jeví se relat. spokojená. Nutno počítat s efektem farmakotp. D.s. Sjednána koz. 1/8. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	29.5.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Úvahy o další spolupráci.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. Beze změn, dynam. projev, přesto klidnější než v poč. fázích spolupráce. P.k. K. se daří v práci, má jí dostatek, je uspokojená, skvrnou na tom jsou jen kritické komentáře matky - občas. Nadále na sebe narážejí ve vzáj. senzitivitách s Danem. Příkladem je fin. hospodaření, D. vyčítá přímo i nepřímo, že K. žije na jeho úkor. K. se tím cítí dotčená, vychází z toho, že žije úsporně. Skutečné podíly obou partnerů na nákladech spojených s rodinným životem však neznají, vycházejí jen z dojmů. Změna tohoto uspořádání není to, o čem by K. chtěla uvažovat, ve své dotčenosti setrvává. Popisují absenci osobní zakázky, odkazují opakovaně témata, jež přináší, do párové spolupráce. S. Spolupráci bude nutno vést k ukončení, možno již na příští konzultaci? D.s. Sjednána ko. s delším odstupem. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	18.9.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Přerušení spolupráce.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. Přichází včas, bez nápadných změn, klidnější projev (od doby nasazení medik.) přetrvává. P.k. K. popisuje nástup E. do školy, pokračuje pár. spolupr. u kolegů, kt. si stále chválí. Dvakrát se jí v posl,. době stalo, že její rodiče hodnotili E. jako obtížné dítě, s nímž "by se něco mělo dělat", K. to silně znejistilo. Obě situace stručně procházíme, podporuji K. v tom, aby si ujasnila, odkud plynou takováto hodnocení E. jeho prarodiči, podporuji ujasnění, co se také podařilo - v čem vztah s rodiči funguje. S. K. akceptuje trénink odstupu, kdy má posouzení zážitků poskytnout sama sobě. K. nemá závažnější osobní témata k pstp spolupráci, považují za přiměřené spoupráci převést do režimu "on demand". D.s. Souhlasí s ukončením režimu plánovaných konz., ozve se p.p. Formálně spolupráci zatím neukončujeme. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	22.1.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Rozchod se spolupracovníky a přáteli.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. Mírné zpoždění, dynamický projev, dramatické reakce. P.k. K. přichází se dvěma věcmi: rozchod s přáteli Ondrou, Karolinou, Henrietou a potíže s matkou. Věnujeme se první zásl.: jde o spolupracovníky v kapele, postupně se omezovala spolupráce až do zač. tohoto roku, kdy zjistila, že kapelník O. s ní vůbec nepočítá na žádnou akci. Po třech dnech se rozhodla mu zavolat, ukázalo se, že on má dojem, že rok a půl si říkal o změnu, kt. však K. neregistrovala. Nedorozumění vedlo k zážitku překvapení, křivdy, zrady, ztráty... Vyjadřuji pro to porozumění, doprovázím v ujasnění, jak k tomu došlo, podporuji formulování potřeby zejm. vůči O. (omluva). Postupně se dostáváme k připuštění možnosti, že každý oprávněně vnímá trochu jiný příběh, možná by do budoucna mohla K. se učit citlivěji některé věci slyšet nebo se doptat v příp. obecné či nejasné kom. Jde nyní i o obch stránku věci - ujasnit dal. spolupráci s O. či samostatný postup s jeho hudebníky. Zůstává vyjasnit kamar. vztahy. S. K. zažívá prozření v spoluprac. a kamar. vztazích, nestačila zaregistrovat posun ve spolupráci, možná zanedbala některé aspekty sdělení. Vyrovnává se se ztrátou prac. příležitosti, s proměnou kamar. vztahů. D.s. Sjednána ko 1/1 cílená na téma vztahu s matkou SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	29.1.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Jednání s matkou.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. Beze změn. P.k. K. líčí, že plánuje si v domě, kt. zatím patří matce, a kde bratr podniká a bydlí, zřídit si také vlastní bydlení, stále zvažuje rozchod s Danem... Matka si vymínila, že potřebuje pomoci s vyklizením domu, na tom nyní K. spolupracuje, jednou týdně se snaží postupně třídit nashormážděné věci. Matka ji při těchto příležitostech atakuje, vyučítá různé věci, vrací se k min. událostem a dramaticky K. konfrontuje, přičemž je ve svých projevech nekonzistentní a nevypočitatelná. K. to silně vnímá, neví si s tím rady, v noci kvůli tomu nespí apod. Věnujeme se rozvoji vhodných strategií jednání cílených na vlastní ochranu: "hroší kůže" a "kanalizace", zpevnění hranic, oddělit se od obsahů matčiných výčitek, stížností a stesků. S. K. senzitivně reaguje na dramatické projevy matky, kt. ve své nestabilitě a osobní nejistotě zahrnuje okolí kverulacemi. Vědomá habituace a zaujetí indiferentního postoje se jeví jako účelná strategie bez ambicí měnit matčino chování či hlouběji analyzovat příčiny jejích výlevů. Do budoucna bude soužití v jednom objektu s matkou nepochybně zásadní výzvou, kt. bude K. čelit. Stranou zůstává vytváření podmínek pro odpojení z partnerského vztahu. D.s. Sjednáno , že se K. ozve p.p. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra