



Číslo případu: 285

Název případu: Medvidová Kristýna

Datum založení: 8.9.2022

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 2216

Datum schůzky:	8.9.2022
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Úvodní setkání, nastavení zakázky
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka má zájem o pravidelnou psychoterapii z důvodu traumatického zážitku znásilnění. Popis zážitku: Pracuje jako finanční poradkyně a sjednává si s lidmi schůzky. Sešla se s bývalým kamarádem na neveřejném místě v přírodě, kam se oba dostavili autem. Klientka brala, že jsou částečně kamarádi, tak byla vstřícná. Procházeli se v lese a povídali si. On ji poté začal provokovat a lechtat, bylo jí to nepříjemné. Přitiskl ji na auto a svázel jí ruce. Zatáhl ji hlouběji do lesa. Klientka se ho velmi bála a snažila se s ním "hrát jeho hru" a zklidňovat ho. Bála se, aby ji nezabil. Pachatel ji nakonec nechal být s tím, že měl radost, že jí konečně byl schopný říct, co k ní cítí (že ji dřív miloval). Pustil ji a ona se rozhodla díky intervenci kamarádky to nahlásit na PČR. Následkem zkušenosti se bojí jednání s muži. Měla již podobnou dlouhodobou zkušenost s bývalým přítelem, který ji stalkoval. K tomu má komplikované vztahy s rodiči a těžké zážitky z dětství. Její zakázka je především mít prostor pro sdílení.
Výstupy/domluvy:	Frekvence setkávání 1x týdně v 15:00.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 2313

Datum schůzky: 7.10.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Vztahy s rodiči

Problematika:

Zápis ze schůzky: Klientka měla nepříjemný sen se svou matkou: Viděla matku opilou, jako ji zná z dětství, matka se vůči ní chovala velmi nepříjemně. Klientce se téma matky vrací. Aktuálně má matka zhoršené stádium lupénky, kdy nemoc napadá vnitřní orgány. I když klientka je od matky oproštěná, toto téma ji tíží. Matka nemá pro co žít. Chtěla by se od rodičů distancovat, aby už takové věci neprožívala. Začíná se vídat s jedním mužem z Ostravy (kolega z práce). Je jí s ním dobře. Mají podobné osudy. Má strach, aby se vztah "nezvrtnul". Mívá rychlé změny, kdy najednou začne mít k partnerovi odpor. To zná ale s partnery, kteří ji měli především kvůli sexu. Najednou se začala cítit využívaně a nechtěla být pouze sexuálním objektem. Často se jí stává, že ji muži vnímají jen jako sexuální objekt. Možná je to kvůli jejímu vzhledu v kombinaci s přátelskostí. V tuto chvíli je se sebou hodně spokojená. Líbí se jí její styl i nedostupný zjev. Zažívá často zájem druhých o sebe a paradoxně je velmi sama, nikoho k sobě nemá. Poslední dobou se jí těžko vstává ráno. Když odchází z domova, jde mimo svou komfortní zónu. Stále bydlí s otcem, i když odděleně. Otec využívá její bankovní účet, protože má svůj odstavený z důvodu exekucí. Doma s otcem nemá klid, otec nerespektuje její soukromí. Nemůže před otcem projevít svůj názor. Je na otce vázaná. Má dojem, že by mu měla být vděčná, protože jí toho dal hodně. Otec jí dává najevo, že peníze nemá kvůli ní - musel se o ni v dětství starat. Má z otce strach V práci musí jít příkladem týmu = chodit do práce každý den, pracovat více. Cítí zodpovědnost - ve 20 letech je to na ni moc. Měla by si užívat nezávislost, místo toho hodně pracuje.

Výstupy/domluvy: Pracovat na sebedopáře, hledat prostor pro odpočinek.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 2324

Datum schůzky: 29.9.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Rodinné vztahy

Problematika:

Zápis ze schůzky: Klientce se vrací zlé sny z napadení, ale už jí je o něco lépe. Má kolem sebe dobré lidi. Přemýšlí o svém dětství: Až v současnosti vnímá matku s otcem jako rodiče, oni až teď pochopili, co rodičovství znamená. Rodiče chtěli mít dítě, ale vůbec si neuvědomovali, jakou zodpovědnost to obnáší. Zodpovědnost ani nepřevzali. V jejím dětství i nadále chodili po večerech do klubů, doma mívali party. Dostali se do těžké finanční situace, měli hodně půjček, zadlužili se. Dávali svou finanční situaci za vinu klientce - že je jako dítě stojí peníze. Matka si kvůli penězům přivydělávala sexuálními službami. Kristýně bylo tenkrát 6 let. Jezdila s matkou do Brna za Pavlem, tam měli sex. Kristýna měla zakázáno před Pavlem mluvit o otci. Pamatuje si situaci ze svých 10 let, kde matka měla sex ve vedlejší místnosti s jiným mužem. Otec o tom věděl, souhlasil. Teď už se o minulosti nemluví, rodiče dělají jako by nic. Matka je alkoholička, otec také hodně pil a bil je. Ani jeden z rodičů nebyl dobrým vzorem. Pamatuje si, jak ve svých 10 letech vedla opilou matku z hospody. Matka měla velké výkyvy - hrozila klientce, že ji dají pryč z domova. Paradoxně klientku matka vedla přísně, měla na ni nároky ohledně školy, chtěla, aby klientka byla úspěšná, musela mít vždy samé jedničky. Chodila také do hodně zájmových kroužků. V dětství byla klientka "tlustoučké dítě", byla často terčem posměchu a šikany. Nebyla oblíbená mezi dětmi. Byla vždy "slabší článek" a ostatní si k ní dovolovali - nedávala najevo, že by se jí to nelíbilo. Neměla ani kamarády ani rodiče. Připadala si jako 5. kolo u vozu, přála si někam patřit. Proto se později začala hodně upínat na kluky. Prvního kluka měla ve svých 13 letech. V období 15 - 18 let měla partnera Filipa. Bylo to hrozné období, měla ze vztahu s ním velké úzkosti. Manipuloval s ní, vždy byla ta špatná ona. Rodiče se změnili, když otec onemocněl nemocí DNA, musel přestat pít alkohol, začal žít zdravě a měnil se. S matkou je to pořád těžké. Klientka si s ní nerozumí, cítí nechuť, když je matka opilá. Matka má lupénku. Kdyby rodiče zemřeli, nic by necítila, jsou pro ni jen lidi. Od doby, co pracuje s financemi se má lépe. Potkala nové lidi a získala sebevědomí, které je v této profesi potřeba. Její nadřízený manažer jí ukázal jiný svět, naučila se komunikovat. Vlivem její změny se jí vytřídili blízcí lidé. Předtím přitahovala špatné lidi. Práce je teď pro ni vše. Nepoznala jiné místo, kde by jí bylo tak dobře. Někteří kolegové ji vnímali jako sexuální objekt, to jí vadí. Teď se jí spíš muži zaleknou - vlivem jejího stylu. Líčení a oblečení je jako ochranný štít.

Výstupy/domluvy: Podpora a respekt k její resilienci.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 2366

Datum schůzky: 13.10.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Nároky z okolí

Problematika:

Zápis ze schůzky: Klientka se snaží pracovat se svou hlavou, je pro ni velmi těžké se ráno donutit vstát, vystoupit z komfortní zóny domova a jít do práce. Vrací se jí úzkost. Má stavy, kdy zpochybňuje, jestli všechno, co dělá, má smysl. Je toho na ni moc. Zřejmě má na ni vliv zdravotní stav matky (lupénka), který se zhoršuje. Klientka má strach z její smrti - obecně je pro ni téma smrti velmi náročné. Matku vídá každý den (společné bydlení). Má k matce odpor. Zasahuje ji, když vidí, jak matka vypadá. Často ani nechce nad rodiči přemýšlet, ale v hloubi sebe to má. V některých momentech jsou rodiče i fajn. Rodiče cítí, že s nimi klientka není ráda, že tráví čas raději v kanceláři. Otec ji vůbec nerespektuje, bere si osobně, když je nepříjemná (unavená z práce). Chce z domova odejít, ale má strach, že od ní bude i nadále otec chtít peníze. Stále jí dává najevo, že mu to dluží, protože se o ni staral, když byla dítě. Klientka mu nedokáže říct ne. Pro okolí by její vymezení se byl projev nevědky a zrady vlastní rodiny. Otec ji také částečně finančně podporuje (studium VŠ). Má hezký vztah s kolegou Michalem z Ostravy. Mají společné osudy (matka byla ve VT). Michal má rakovinu, otevřel se jí a svěřuje se jí i se svými starostmi, je to pro ni hodně těžké. Je hodně citlivá na hodnocení druhých. Když se prezentuje a ostatní z pracovního týmu na ni koukají, má dojem, že od ní očekávají kvalitní a sebevědomý výkon. V tu chvíli by chtěla utéct - naposledy na pracovní konferenci. V práci cítí na sebe tlak a očekávání, aby byla samostatná a posouvala se v kariéře. Snaží se vyrovnat svým kolegům, aby ji tým vnímal jako schopnou. Manažerský svět se jiný, výkonový, neustále musí vystupovat z komfortní zóny. Je to hodně náročné. Porovnává se s jejich manažery, což jsou většinou muži. Potřebuje hodně uznání. Vnímá, že muži mají jiný pracovní styl, jsou tvrdší. Ona je jako žena jiná, chce si ženský styl uchovat/vytvořit. Muži vlastně dělají v práci vrcholový sport - ona chce být také vrcholová sportovkyně. Nabízím klientce, že vrcholoví sportovci a sportovkyně mají odlišné tabulky a normy - je třeba, aby na to myslela a byla k sobě mírnější. To se jí líbí.

Výstupy/domluvy: Mít na sebe méně nároků.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 2435

Datum schůzky: 3.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Sdílení zážitků

Problematika:

Zápis ze schůzky: Klientka je ve vztahu s kolegou Michalem, je jí s ním dobře. Připadá si najednou více v bezpečí, že není už taková kořist pro jiné muže. Má za sebou soud s mužem, který se ji pokusil znásilnit. Dostal trest 2,5 roku odnětí svobody. Byl to náročný proces, je ráda, že už skončil. Líbí se jí oslovení Kiki. Se svým jménem je spokojená. Měla se jmenovat Saskia. Líbí se jí být odlišná od ostatních. Zároveň má strach, aby ji okolí neodsoudilo. Přemýšlí o moci podvědomí, ráda by ho měla více v kontrole. Možná je to o tématu potřeby kontroly. Ráda by to prozkoumala. Mívala strach ze spánku.

Výstupy/domluvy: Důvěřovat zdraví organismu.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Datum schůzky:	16.3.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka se ozývá po delší době s tím, že se prohloubily její úzkostně-depresivní stavy a potřebuje opět psychologickou pomoc. Vynaložila mnoho energie v práci, kde se jí podařilo dosáhnout cíle a stát se manažerkou. Je nejmladší manažerkou v okolí a její nadřazení se s ní chlubí. Po dosažení tohoto cíle se jí oživily úzkosti a deprese. Je smutná, negativní. Cítila se mimo sebe. Objevily se pochybnosti o tom, zda má smysl to, co dělá. Nechce užívat medikaci, bojí se návyku a toho, že nebude řešit příčinu. S rodiči se má teď dobře, cítí se s nimi bezpečně. Je stále ve vztahu s partnerem a dělá jí to dobře. Má silnou úzkost ze smrti. Ani o tématu nechce, mluvit ze strachu, aby ji nezavalily emoce. Má strach z toho, co bude, když čas tak rychle utíká. Když nemá něco pod kontrolou, není jí z toho dobře. Klientka v rámci své dosavadní práce a cílů, kterých dosáhla, se cítí na 35/40 let. Pocitově předběhla sebe i svůj dvacetiletý věk. Má toxický motor pro workoholismus - aby předstihla manažery, muže, který se k ní chovají často přezíravě či dominantě. Chce všem dokázat, že je dobrá a vše zvládá. I těm, kteří ji kdy v životě šikanovali (škola, strejda). Hovoříme o tom, že není divu, že má pocit ztráty smyslu, když jí je pocitově 40 let - to přicházejí i krize středního věku. Možná je to tedy výzva zvolnit a žít život pomaleji - pomaleji stárnout, pomaleji směřovat ke smrti. To přináší klientce úlevu.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve vnímání sebe a svých potřeb, k posílení citlivosti k sobě a zklidnění.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky: 23.3.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 5 minut

Zakázka: Nepřišla, bez omluvy

Problematika:

Zápis ze schůzky: Nepřišla bez omluvy.

Výstupy/domluvy: ...

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Datum schůzky:	7.9.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka je stále se svým partnerem Michalem. Je jí s ním dobře, bere ho už jako dlouhodobého partnera. Současně už není jejich vztah pouze o zamilovanosti, vnímá, že jsou momenty, kdy si s partnerem nerozumí. Klientka má výhrady k partnerov nespolehlivosti. Čeká ji velká změna, bude se stěhovat od rodičů k partnerovi. Těší se na tu změnu. S rodiči teď vychází o něco lépe. Otec o sebe více dbá, chodí cvičit do posilovny, klientka chodí občas s ním a vnímá ho jako svůj vzor. S matkou je to složitější, stále pije alkohol a občas má selhání. Klientka mívá úzkostné stavy (paniky) a zůstává velký strach ze smrti. S panikami se jí daří o něco lépe pracovat. Pracuje na svém seberozvoji, touží po tom, aby byla nejlepší verzí sebe sama. Chce žít dlouho a prožít život naplno, ničeho zpětně nelitovat. Současně se snaží mírnit svůj workoholismus a vnímat přítomnost, vážit si drobností, které zažívá v běžném dni. Neví, kde se bere strach ze smrti. Téma samostatnosti - pozitivní, přináší pocit kontroly, současně riziko osamocení (být odkázána jen sama na sebe). Zkušenost se znásilněním: To jí možná zrušilo pocit bezpečí a pocit, že bude žít, jak dlouho bude chtít. Byla konfrontována s realitou a s tím, že není nesmrtelná a neubrání se všemu. To je možná spouštěč jejího strachu ze smrti (zmizely obrany).
Výstupy/domluvy:	Podpora sebeuvědomění a vnímání sebe sama.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	21.9.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka se uvědomuje, že ji potřeba kontroly provází v mnoha oblastech, je obtížné ji pouštět. Mívá stále stavy, kdy má dojem, že nic v životě nemá smysl. Tyto stavy přicházejí nejčastěji v odpoledních či večerních hodinách (po práci), kdy má pocit, že končí den. Má dojem, jako by jí v uplynulém dni něco chybělo, jako by nesplnila něco důležitého. Po ránu má naopak dobrou náladu a těší se na to, že ji něco nového čeká. Uvnitř se cítí osamělá. Připadá si sama, i když má partnera a má ho ráda. V dospívání měla dojem, že může v životě úplně všechno, že se jí nic nemůže stát. Měla růžové brýle a byla šťastná. Teď má pocit, jako by jí v tom svět bránil. Teď naopak má pocit, že je vše zlé. Je opatrná na ulici, vidí divné lidi, hlavně muže a je opatrná. Chybí jí její vnitřní radostnost. Co ji naplňuje v životě? Baví ji dělat věci hezčí. Jako malá bývala kreativní, tvořivá. Ráda zvelebuje věci i sebe, baví ji líčení, oblečení, estetika. Od malička ji v tom matka podporovala. Když říká, co by ji bavilo dělat, stydí se a má obavu z kritiky okolí. Má pocit, že to zní trapně a naivně. Že to jsou neseriózní sny a představy. To ji asi brzdí. Kdy se styděla v životě? STyděla se hodně za svou matku (alkoholička), přebírala za ni zodpovědnost. Má vzpomínku, jak ji v 10 letech tahala ze země před lidmi. Takových vzpomínek má víc. Na jedné společenské akci a matka s otcem prali. Klientka měla pocit, že ji za to druzí odsuzují. Možná proto klade důraz na to, aby byla seriózní, aby nepůsobila jako její matka. Dělá práci, která jí zajišťuje finance, jistotu, serióznost, ale strádá její emocionální složka a kreativita. Vzpomíná si, že matka před svým propadem byla milá, klientku podporovala a byla jí dobrým vzorem.
Výstupy/domluvy:	Podpora v hledání vlastních motivů a potřeb.
Schůzku vedl/a:	Pavína Junová

Datum schůzky: 5.10.2023

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: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 4714

Datum schůzky:	19.10.2023
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírnit projevy úzkosti a strachů ze smrti
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Pocit ohrožení Klientka mívá zlé sny, které se často týkají pocitu ohrožení a smrti. Živé sny se aktivují ve chvílích, kdy prožívá stres. Aktuálně zažila povýšení a následně rychlo suspendaci. Téma potřeby kontroly a tvorby činností, které mají vždy smysl. Klientka má obtíže s tím, dělat věci "jen tak". V tom má na sebe velké nároky. Stále vnímá vnější svět jako ohrožující ("Hunger games"), opět měla nepříjemnou interakci s mužem ve vlaku. Napadá ji při tom téma: Stále dokola někdo přepračuje její hranice a nerespektuje ji. Téma, jak může sebe podpořit.
Výstupy/domluvy:	Porozumění prožitku neustálého ohrožení a potřebě kontroly.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 4802

Datum schůzky:	2.11.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírnit projevy úzkosti a strachů ze smrti
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Strach ze smrti Klientka v sobě má opakující se strach ze smrti, kdy má dojem, že nic nemá smysl. Současně má obavu ze strárnutí a "nebytí". Živý sen: Porodila hodně malých mrtvých dětí. Cítila lhostejnost, současně obavu o sebe, aby byla v pořádku. Klientka má strach z toho mít děti. Vnímá, že mateřství je jiná etapa života, kdy částečně vše skončí. Přála by si zastavit čas, aby toto období zůstalo neměnné. Téma pocitů viny spojených s dětstvím - dali jí rodiče zažít zkušenost, že jejím narozením se vše zkazilo? Klientka si uvědomuje, že veškerá její snaha o úspěch je motivovaná touhou zabezpečit rodiče finančně, aby se měli dobře a současně touhou, aby neskončila stejně jako rodiče. Obtížně se jí dívá na sebe v dětství, má dojem, jako by hleděla na jinou osobu, než je nyní. Přejde jí neuvěřitelné, že se narodila do této rodiny. Občas se cítí spolumá, že byla součástí jejich problematického způsobu života. Má obavu, aby neopakovala některé vzorce po svém otci - leká se jejich podobnosti. Především ve vztahovém chování. Uvědomění motivu pro snahu je pro ni nové.
Výstupy/domluvy:	Podpora procesu uvědomění a porozumění motivům pro aktivitu i strachu ze smrti.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	16.11.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírnit projevy úzkosti a strachu ze smrti
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Vztahy v rodině Klientka byla na studijním výjezdě a ubytování, kde přespávala (klášter), jí evokovaly nepříjemné emoce, strach. Měla hrůzu z prázdnoty a chudoby. Propojuje se zážitky z dětství a současně s aktuálním zážitkem, že k otci domů přišli exekutoři. Klientka se kvůli otci zadlužila a vzala si úvěr na 200. 000 Kč, aby mu pomohla. Je z toho stále v šoku. Vnitřně má pocit, že musí otci pomáhat, protože on ji také vždy podporoval a pomáhal jí. Popisuje zkušenosti, kdy na SŠ jela na školní výlet a otce jí dal větší kapesné, aby nevypadala chudě. Také zmiňuje zážitka z dětství, kdy neměli příliš peněz a otec toho období komentuje tka, že byli chudí kvůli klientce a jejímu bratrovi, protože se o ně musel starat. Objevuje se tma převrácených rolí a pocitů viny. Klientka má pocit zodpovědnosti za rodiče, cítí zodpovědnost za minulost (i když byla v pozici dítěte). Nedokáže otci nepomocť, protože v rodině mají nastavené,, že si pomáhají. Téma, kdy jde o pomoc a kdy o zneužití. Klientka reflektuje, že jakákoliv vstřícnost v ní vyvolává velkou vděčnost. S ohledem na dětství je pro ni důležité, aby žila v hezkém prostředí a potřebuje se obklopovat věcmi (x prázdnota). Pamatuje si, že byla sama v tmavém a prázdném pokojíčku, nechtěla tam být - možná pramen pocitů samoty a strachu ze smrti.
Výstupy/domluvy:	Uvědomění vzorce potřeby pomáhat otci - téma viny a převrácených rolí.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky: 30.11.2023

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: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 5101

Datum schůzky:	14.12.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Podporovat proces sebepřijetí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Vnější hranice Klientka poslední dobou vnímá více, že druzí lidé mají tendenci překračovat její hranice a využívat ji. Tento nový vjem v ní budí emoce smutku a vzteku. Hledá, jak se může podpořit a ohraničit, aby drží k ní takto nepřístupovali. Vnímá, že když se cítí oslabeně, má tendenci se výrazněji líčit a oblékat, aby posílila vzhledem svou autoritu a za masku se skryla (vlastní nejistota a strach).
Výstupy/domluvy:	Podpora v porozumění nevědomým vzorcům chování, posílení vnitřních hranic a stability.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 5170

Datum schůzky: 11.1.2024

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: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 5341

Datum schůzky: 25.1.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Hledat stabilitu v životě

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Reflexe uplynulých dní
Klientka se má relativně dobře. Vnímá zodpovědnost, kterou na sebe v různých prostředích přebírá i nároky okolí, kdy je vnímána jako velmi schopná, ovšem její citlivá stránka je přehlížena. Klientka přemýšlela o tématu nastavení hranic vůči druhým a o kontrastu, co chce o sobě dát vědět a co si střeží. Téma úzkostí spojených s myšlenkami na smrt. Pozitivně reaguje na projevy podpory a nabídek hypotéz.

Výstupy/domluvy: Prohlubování procesu uvědomování v kontextu aktuálních prožitků a rodinné anamnézy (témata z dětství).

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 5645

Datum schůzky: 22.2.2024

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: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 5732

Datum schůzky:	7.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat depresivní stavy, více si důvěřovat
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Vztahy v práci Klientka se poslední dobou necítí dobře. Opět je přepadají sebepochybnosti a dostává se často do kontaktu s prožitkem, kdy se cítí být využívána a neuznávaná. Cítí nespravedlnost v práci, kdy se snaží být podpůrná vůči kolegyním a vrátí se jí jejich nevděk a kritika. Reaguje citlivě na negativní zpětnou vazbu, znejišťuje ji to a vede k pasivitě. V práci její nadřízení často užívají motivační fráze ve smyslu - když se jí nedaří, neudělala amximum apod. Klientku to rozčiluje a vnímá to jako nespravedlivé. Téma, jak brát vážně motivační fráze kolegů a jaký je jejich skutečný motiv. Téma sebepéče a přijetí vlastních limitů anbárou na klid.
Výstupy/domluvy:	Stabilizace, ujištění, že je v pořádku nebýt pouze výkonová.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 285 | číslo formuláře: 5793

Datum schůzky:	21.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat depresivní stavy, více si důvěřovat
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Sdílení prožitků Klientka si stále všímá situací, kdy si jí někdo neváží či překračuje její hranice. Zesiluje se její nespokojenost ve vztahu, má zájem o párovou terapii. Zvažuje o své roli v práci, o tom, kolik energie je ochotna do ní dávat a jak na sebe chce mít nároky. Téma očekávání, výčitek, když nedosahuje nároků druhých a souvislosti s vlastní hodnotou (zkušenosti z dětství).
Výstupy/domluvy:	Prostor pro uvolnění a sdílení.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová