



Číslo případu: 302

Název případu: Votípková Zuzana

Datum založení: 2.11.2022

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 302 | číslo formuláře: 2436

Datum schůzky: 2.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Nastavení zakázky

Problematika:

Zápis ze schůzky: Z informací od matky: Zuzana je od malička přecitlivělá. Bere si hodně, když s ní nekamarádí kamarádka apod. Má problémy s plačtivostí. Pláče třeba 2 hodiny v kuse a nejde to zastavit. Reaguje citlivě na negativní zpětnou vazbu či na korekci. Zuzana má 5 let (od 12 let) cukrovku, má celiakii. Žijí samy spolu v domácnosti. Otec od nich před rokem odešel. Zakázka matky: Aby si dcera uvědomila, že se vztahy mění a že není středobodem vesmíru (Zuzana je vytoužené dítě). Z kontaktu se Zuzanou: Zuzana studuje 3. ročník Stavebního lycea v HK, škola ji baví. Má dobrý kolektiv. Má velmi negativní zkušenost s 2. stupněm ZŠ. Do prvního stupně byli dobrý kolektiv, potom nastaly změny. Do třídy přišla nová spolužačka, která na sebe strhla pozornost. Zuzana tenkrát zjistila, že má cukrovku a musela být měsíc doma. Když se vrátila do třídy, všechny kamarádky s ní přestaly mluvit, strhla je tato nová spolužačka. Pro Zuzanu to bylo těžké, chodila domů s brekem. Jednou psali ve škole sloh o lidech. Napsala jeden oficiální text a potom napsala jen pro sebe sloh o této spolužačce, kde k ní byla velmi drsná a kritická. Spolužák tento sloh vzal a předal učitelce. Řešilo se to oficiálně, Zuzana za to dostala ředitelskou důtku a byla osočena z toho, že spolužačku šikanuje. Přitom to bylo obráceně. Celý kolektiv se k ní obrátil zády, spolužáci na ni byli zlí a ona byla na pokraji kolektivu. Vlivem této zkušenosti má dodnes problémy být zkoušená přede všemi u tabule - zamrzne jí tělo a bojí se. Někdy nedokáže komunikovat s lidmi a potřebuje být sama. Mívá v kontaktu tlak na hrudi a nemůže dýchat. Občas jí dojde "sociální baterka".

Výstupy/domluvy: Pravidelná terapie 1x za 14 dní.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Datum schůzky: 16.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Sdílení emocí, rodinné vztahy

Problematika:

Zápis ze schůzky: Klientka se cítí poslední dobou dobře, nemá stavy smutku. Daří se jí ve škole. Matka dokonce nedávno řekla, že má o ni strach, aby se nezhroutila vlivem hodně povinností ve škole (rýsování, odevzdávání projektů). To se moc často neděje a klientku to potěšilo.

Matku její cilitivost většinou točí, má o ni i strach, ale to s ní nesdílí. Klientka to má většinou tak, že se v ní náročné podněty hromadí a potom emočně vybuchne. Poslední dobou se hromadí především únava.

Vztah rodičů:

Rodiče nebyli nikdy sezdání. Když byla klientka malá, otec jezdil pracovat do Prahy a doma byl minimálně. Je tedy zvyklá především na matku. Rodiče se od jejího dětství často hádali. Pamatuje si, že ve svých 6 letech si přála, aby se rodiče rozešli. V období karantény matka otec vyhodila z domu. Odstěhoval se 1.8. 2021. Otec žije sám. Klientce je otce líto, že zůstal sám. Také ji mrzí, že se s ním příliš nevidá, nemá kvůli škole moc času. Když se spolu potkají, většinou jdou na večeři a otec jí vypráví, co v mezidobí zažil. Většinou mluví pouze on. Otec je středobodem vesmíru. To má klientka částečně po něm (jedináček, zvyklá, že jsou věci po jejím, vynucuje si je).

S otcem má nepříjemnou vzpomínku: Jeli spolu k lékaři kvůli cukrovce a otec jí v aute vynadal, že je si za svou nemoc může sama. Klientka brečela a odešla poté doma do svého pokoje. Otec k ní přišel a chytil ji za ruku. Ona se bála, že ji chce uhodit, tak ho kopla a on odešel. Otec scénu matce interpretoval tak, že je dcera opět přecitlivělá a vše přehání.

Otec je specifický, je hodně svůj. Má své názory. Těžko se jí popisuje.

V období kolem 15 let byla jiná. Všechno jí bylo jedno, nic neřešila. Život se jí změnil v období karatnény. Měla partu kaamrádů, se kterými najednou přestala moct chodit ven, oddělila se od nich. Bylo to pro ni těžké. Potom trávila většinu času sama doma. Matka se ji snažila aktivizovat, tak aspoň klientka chodila za matkou do práce a šly pěšky domů, po cestě si povídaly a daly kávu. Vlivem toho se s matkou více sblížila a začala se jí otevírat. Chybělo jí to.

Dříve se matce uzavřela, protože neměla dobré zkušenosti ze základní školy - matka často řekla něco druhým, co ona nechtěla, aby sdílela. Potom si to více hlídala.

Klientka má celiakii a cukrovku. Zvykla si na nemoc, ale někdy má stavy, kdy si říká, že to není fér. Nehlíká si příliš, co jí, dohlíží hlavně na nastavení množství inzulinu.

Výstupy/domluvy: Podporovat ve ventilování emocí, zamezovat retroflexi.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

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:	Vnitřní tlak
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka se má celkem dobře, ale postupně se v ní hromadí vnitřní tlak, tak očekává, že časem vybuchne. Je bezdůvodně nepříjemná ke svému okolí. Zdroj napětí: Učitelé jí vyčítají, že kvůli návštěvám lékařů zameškává písemky a poté je musí dopisovat. Dávají jí najevo, že se testům vyhývá záměrně, což není pravda. Klientka musí často navštěvovat lékaře, má to tak odmalička (celiakie, oční lékař, kožní, alergologie, fyzioterapie). Raději by trávila čas ve škole než v nemocnicích. Po výtce učitelé se nejprve vytočí a potom na ni padne smutek. Má dojem, že je na obtíž a bylo by lepší, kdyby na světě nebyla. Myšlenky na smrt má od svých 15 let, kdy na lyžařském výcviku spolykala léky a zapila je alkoholem. Nic se jí naštěstí nestalo. Bylo to období, kdy se jí rozcházeli rodiče a ona se fixovala na kamarádky. Kamarádky se od ní ale chtěly více oddělit a ona prožívala zklamání a samotu. Na lyžáku jí někdo řekl větu: "Velryby umírají samy." To jí spustilo silné emoce a jednala. Je ráda, že může tyto zážitky sdílet, zároveň je to pro ni emočně náročné.
Výstupy/domluvy:	Dávat prostor pro zklidnění a sdílení těžkých emocí - prevence impulzivních jednání.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

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:	Sdílení událostí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka měla náročné Vánoce. Jela s otcem na návštěvu k babičce do Českých Budějovic, byla ve špatném zdravotním stavu, museli ji nechat hospitalizovat. Nikdo z otcových sourozenců (teta, strýc) se o babičku nepostaral. Prožila první Vánoce bez otce. Dolehl na ni rozchod rodičů, je z toho smutná. O Vánocích měla za úkol zpracovat projekt do školy, ale bylo jí tak psychicky zle, že to nezvládla. Kvůli tomu jí čeká komisionální přezkoušení. Postupně se odráží ode dna. Je zvyklá na cyklus, kdy se zhroutí a potom postupně skládá. Otec má zřejmě přítelkyni, je to jeho kolegyně z práce, která bydlí ve vedlejším vchodě, kdy bydlí klientka. Vidí občas auto otce a ví, že je zřejmě u ní. Nevadí jí to. Matka to ale řeší. Matka je celkově více ve stresu a v těchto chvílích bývá na ni zlá a nepříjemná. Matka začala kritizovat i to, jak se stravuje a v jakém množství. I její diabetoložka komentuje to, že přibrala a měla by mít režim. Pro klientku je to náročné poslouchat. Měla období, kdy jedla málo, třeba jen 1x týdně, aby zhubla (kvůli chlapci, který se jí líbil). Skutečně zhubla, ale nebylo to dobré. Naštěstí do procesu hubnutí nespadla a postupně si našla k jídlu normální vztah. Matka si toho, že nejdela vůbec nevšimla, byla zavalená svou prací.
Výstupy/domluvy:	Podpora sdílení emocí, postupné uvolňování, posilování vnějších hranic - snižování senzitivity.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	25.1.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Sdílení událostí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka se cítí relativně dobře. Uklidnila se situace ve škole, přineslo to úlevu. Nejvíce teď žije vztahy s vrstevníky. Širší rodinu má daleko. Partnerství zatím neřeší. Když se někdo objeví, bude ráda, ale aktivně nikoho nevyhledává a ani není zamilovaná. První fyzické zkušenosti už má. Má štěstí na dobré lidi, takže zkušenosti nejsou traumatické. Jednu nepříjemnou zkušenost má, ale nechce v tuto chvíli sdílet. Je zvyklá, že její stav je jako na "horské dráze". Už s tím počítá. Když jí je dlouho dobře, chybí jí časy, kdy měla emoce intenzivní. V klidové fázi příliš emoce necítí, cítí se prázdná. Nevyhovuje jí stereotyp. Je trpělivá, ale činnosti ji omrzí, pokud v nich není nejlepší. To zřejmě souvisí se ZŠ, kde se nemusela učit a byla nejlepší. Přejít na SŠ byl v tomto ohledu náročný, zde už se učit musí a je méně motivovaná. Nikdy se nenaučila učit a když jí něco nejde hned, má tendenci toho zanechat. Uvědomuje si, že na ZŠ byli lepší pedagogové než na SŠ. Je ráda, že má aspoň něco pozitivního ze ZŠ.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve stabilitě a klidové fázi. Prostor pro sebereflexi a introspekci - prevence emočních propadů.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 302 | číslo formuláře: 2998

Datum schůzky:	8.2.2023
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 úzkostlivější, tradičně v souvislosti v narozeninami (18). Být o rok starší pro ni je spíš negativní a vždy se diví, jak čas rychle letí. Nemá ráda množství telefonátů k narozeninám, je to na ni moc, chce mít už pokoj. Chce jen ležet v tichu. Možná nepříjemný pocit při telefonování souvisí se ZŠ, kdy často telefonovali rodiče dívky, která si na ni stěžovala, jejím rodičům. Vždy čekala, za co dostane "výprask". Byla označena za agresorku, přitom chodila do školy s pláčem a se strachem, že potká dívky rodiče nebo se bude díť něco nepříjemného. V 8. třídě dostali novou třídní učitelku, která při jedné z hodin řešila téma šikany s dívkami, které byly její oblíbenkyně. Klientka to nemohla poslouchat, utekla s pláčem ze třídy. Opět se téma otevřelo. S třídní učitelkou si příliš nerozuměla. Nejraději by se vrátila do MŠ, tam se cítila dobře a měla tam kamarády. V 6. třídě na ni padlo hodně starostí, dostala cukrovku, řešila spolužačku.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve sdílení emocí, zklidňování a zpevňování psychické odolnosti.
Schůzku vedl/a:	Pavlána Junová

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:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka se cítí relativně dobře. Pozornost upíná aktuálně k autoškolě, kde ji čekají závěrečné jízdy. Je odhodlaná zkoušku udělat na první pokus, zapojí své charisma - má zkušenost, že je lidem sympatická. Chodí rok na brigádu (McDonald), chtěla to matka, aby jí finančně pomohla. Matka chce po klientce, aby si otci říkala o zvýšení alimentů. Klientka to dělat nechce, je jí to nepříjemné. Matka se snaží kontaktu s otcem vyhýbat. Klientka často zprostředkovává komunikaci mezi rodiči, je to pro ni nepříjemné. Chápe matky perspektivu (úleva, že už není s otcem), doma bývala dusná atmosféra, když byli všichni pohromadě. Současně je klientce líto otce, že je sám. Částečně cítí zodpovědnost. Ráda by otce vídala častěji, zároveň má i jiné priority a nezbývá jí na otce příliš času.
Výstupy/domluvy:	Podporovat proces sdílení, uvolňování vnitřního napětí, stabilizace. Posilovat vnitřní zdroje.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	22.3.2023
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 má celkem dobře, až na školu, kde na ni po 14 dnech absence hned nastoupili s požadavky. Klientka v tom vnímá nerovný přístup pedagogů (když se porovná s jinou spolužačkou, která má také zdravotní potíže a svého stavu zneužívá) Když si postěžovala matce, ta na ni byla drsná, nechtěla slyšet její nespokojenost a spíše ji ještě zneklidnila. Matka často nemá porozumění pro její trápení a má tendenci být k ní kritická a necitlivá. Matka je hodně nároková, málokdy klientku ocení, spíše se jí vždy ještě zeptá, zda mohl být výsledek ještě o něco lepší. Klientka by toužila po do lepším vztahu s matkou, toto ji trápí. Matka je pro ni pořád osoba na prvním místě. Věří, že i ona je pro matku na prvním místě, ale matka v ní vidí kus otce a proto je na ni drsná. Za to ale klientka nemůže, že je dcera otce, kterého si matka vybrala. V rodině se emoce příliš neuznávají. Emoce členové rodiny mají, ale neumí je dostat ven ze sebe, vyjádřit je. Klientka to vnímá i na rodinných srazích. Příbuzní si spolu povídají, ale pro vnějšího pozorovatele, to může působit tak, že mají mezi sebou chladné vztahy. Klientka je jedna z mála, která emoce projevuje - emoce ale nejsou přijímány.
Výstupy/domluvy:	Podpora v uznání emocí a jejich významu, hledání možností zlepšení vztahu s matkou.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

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:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka se cítí dobře, lépe. Ve škole je situace zklidněná. Rozhodla se, že promluví s třídní učitelkou o tom, aby respektovala její zdravotní problémy a aby učitelé na ni nekoukali přes filtr, že simuluje. Má dlouhodobou skupinu z lyžařského kurzu. Má tam už pozici zkušené. Když vidí mladší členky, má dojem, že vidí sebe - připadá si teď zralejší. V rodině je teď celkem klid. Matka je méně náladová. Je ráda.
Výstupy/domluvy:	Podpora v procesu uvědomění, prostor pro sdílení a prožitek respektu a přijetí.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	19.4.2023
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 cítí, že má její nálada opět sestupující tendenci. Zřejmě to souvisí se situací doma. O víkendu měla hádku s matkou, po které se rozběčela. Když se jí spustí pláč, automaticky se dostává do silných stavů sebekritiky a ztráty pocitu smyslu. Má v tu chvíli i chuť si ublížit, aby matce ukázala, že jí je skutečně zle. Klientka popisuje výbušnost/náladovost matky. Tato impulzivita se moc nemění a klientka nevěří, že je matka schopna seberegulace. Když je matka v afektu, říká zlé věci, kritizuje klientku a zraňuje ji v citlivých místech. V tomto mají s matkou společný rys - obě se ponoří do emoce hluboko a není možné z ní snadno vystoupit. Hovoříme o tom, že pokud je matka tak intenzivní, je možná klientky reakce naprosto adekvátní, nikoliv přecitlivělá, jak říká matka. Hledáme možnosti, jak se klientka může ochránit a co by jí v dané situaci pomohlo. Klientka ví, že ji má matka ráda a že ji trápí, že má potíže. Matka to ale dává najevo projevy vzteku a kritikou, nikoliv empatií.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve sdílení zážitků, hledání možností sebeochrany a zdrojů ke zvládnutí stresových situací.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

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:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka je teď ve fázi pozitivní vlny, je jí dobře. Byla by ráda, kdyby učitelé věděli o jejích problémech, co se jí děje, aby věděli, že se nevymlouvá ze školy, ale má reálné důvody pro svo absenci. Před 14 dny matka zkolabovala, klientka jí musela volat záchranku. Bylo to nepříjemné. Musela se potom starat o domácnost. Díky tomu ale byla matka milejší - viděla, že jí pomohla. Čeká ji setkání u notáře, bude podepisovat závěť od otce. Otec má ještě dceru z předchozího vztahu. Klientka se o její existenci dozvěděla asi ve svých 12 letech, což byl celkem šok. Nejsou spolu vůbec v kontaktu a ani už nechce.
Výstupy/domluvy:	Podpora vnitřní stability a procesů zklidňování.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 302 | číslo formuláře: 3762

Datum schůzky:	31.5.2023
Forma služby:	Ambulatní
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 má celkem dobře. Omezuje ji naražené koleno, dnes je poprvé bez berlí. Cítí, jak jí chybí pohyb (chodí do posilovny). Na svém těle cítí, jak měkne a jak přibírá na váze. To jí endělá dobře. Dnes při odchodu na terapii se rozbřečela, že musí jít ven tak, jak vypadá. S postavou je často konfrontovaná od lékařky, která ji pravidelně váží a říká, že má zhubnout. Je jí to nepříjemné. Kdysi měla potíže s jídlem, je ráda, že se z toho dostala.
Výstupy/domluvy:	Podpora v sebepřijetí a ve sdílení
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky: 8.3.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 5 minut

Zakázka: Zrušeno, omluvena

Problematika:

Zápis ze schůzky: Konzultace zrušena – omluveno.

Výstupy/domluvy: ...

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 302 | číslo formuláře: 4038

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:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka se těší na prázdniny. Má radost, že má školu za sebou. Má plány. Aktuálně se cítí dobře a klidně.
Výstupy/domluvy:	Prostor pro sdílení.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová