



Číslo případu: 307

Název případu: Terapeutická skupina

Datum založení: 21.9.2022

Datum ukončení: 31.12.2024

Typ schůzky: Skupinová konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky: 7.9.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 30 minut

Zakázka: Úvodní schůzka

Problematika:

Zápis ze schůzky: Úvodní schůzka

Výstupy/domluvy: Přijetí do skupiny

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 307 | číslo formuláře: 2520

Datum schůzky: 21.9.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

**Jednání v zájmu
klienta:** NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 90 minut

Zakázka: 1. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky:

1. setkání
2. Seznamovací technika - představení se pomocí terapeutických karet - co mě charakterizuje, co je pro mne náročné X zdroje.
3. Závěrečné kolečko - co si pro sebe z první skupiny odnáším.

Výstupy/domluvy: 2. setkání

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 19.10.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 90 minut

Zakázka: 3. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: 3. setkání

Výstupy/domluvy: další setkání

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 2.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 90 minut

Zakázka: 4. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: 4. setkání

Výstupy/domluvy: další setkání

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 16.11.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 90 minut

Zakázka: 5. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: 5. setkání

Výstupy/domluvy: další setkání

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 30.11.2022

Forma služby: Ambulatní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 90 minut

Zakázka: 6. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: -

Výstupy/domluvy: -

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 14.12.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 90 minut

Zakázka: 7. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: -

Výstupy/domluvy: -

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 307 | číslo formuláře: 2521

Datum schůzky: 5.10.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

**Jednání v zájmu
klienta:** NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 90 minut

Zakázka: 2. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: 2. setkání - jako první se aktivního vstupu ujímá Renata - pracovní téma - práce v rodinné firmě (téma vztahu s přítelem a jeho bývalou manželkou).

Výstupy/domluvy: další setkání

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 8.3.2023

Forma služby: Ambulatní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 100 minut

Zakázka: 12. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: **08.03.2023 (xii)**

nepřítomni: Andrea Vašková, Renata Kašparová, Jiří Šťovíček

facilituje: ZP

průběh: V přistávacím kolečku se opakuje téma únavy, prac. zátěže, Michal zmiňuje, že neví, co s pochvalou v práci, Lenka uvádí pocity viny v rodič. roli, Jarduvi se povedl „řízený výbuch“, Míša zmiňuje úzk. potíže, Ondra se prezentuje velkou energií. Skupina se rozhoduje věnovat pozornost Míše: ta popisuje konflikt s kolegyní, obě na sebe křičely, ředitelka kolegyni poté napomenula a Míša s ní měla rozhovor, díky němuž byla záležitost uzavřena. Přesto pociťuje úzkosti navazující na strach, nejistotu. Věnujeme pozornost možným nástrojům k zvládání úzkosti, kt. nemusí již s předch. konfliktem přímo souviset. Míša dostává ocenění ze strany skupiny ohledně toho, jak se dokázala za sebe postavit.

souhrn: Skupina v menším počtu pracuje soustředěně, intenzivně. Nadále platí, že je spíše jevištěm pro osobní práci, členové skupiny vzájemné vztahy a prožitky v nich nepopisují. Aktivita připravená na podporu skupinové dynamiky (spol. kresba domov. znamení/erbu spol. domu skupiny) zůstala nevyužita.

zapsal: sj

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	22.3.2023
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	13. setkání
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	22.03.2023 (xiii) nepřítomni: Míša Soukupová facilituje: SJ průběh: Andrea komentuje svou nepřítomnost minule, Renata řeší odmítnutí od zaměstnavatelů a má kousavý období, Lenka řeší nejen práci, ale i syna, Ondřej rekonstruoval svůj harmonogram dne, Jirka navštívil vesnici, odkud je jeho máma..., Jardu znepokojil odchod šéfa, Markétu těší, že není sama, Michal půjde v pátek do divadla na vyhlášení oceněných učitelů a kupuje si oblečení... Lenka si bere slovo, líčí příběh těžkých potíží svého syna, své pocity viny, bezmoci, strachu, marnosti a osamělosti. Skupina spolupracuje, Lenka mezitím hledá svůj postoj k těmto záležitostem, cítí se velmi unavená. Skupina vyjadřuje podporu a naději. souhrn: Skupina více pracuje s individuálním prožíváním, méně se pouští do rad a doporučení. Lenka se jeví silně vyčerpaná, přetížená. zapsal: sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	4.4.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	14. setkání
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	05.04.2023 (xiv) nepřítomni: Ondřej Kuchař facilituje: ZP průběh: Připomínáme změnu rozpisu na konci roku (poslední skupiny budu 14. a 21.06., nikoliv 28.06.). Dále nabízíme revizi deníků a nabízíme zvážení účasti v dalším běhu skupiny (od ix/2023 do i/2024, týdenní interval), hlásí se Jarda, Michal, Jirka zvažuje, Andrea a Renata by rády, ale mají limit v zam. Po úvodním kolečku Lenka nestrpí delší ticho a nabízí téma úporných sebezpochybujících myšlenek a následné nutkavé kontroly v práci. Téma definujeme jako sebevědomí, skupina pátrá po jeho zdrojích, v minulosti, ve ZV okolí, v úspěších... Více se členové zapojují při otázce „jsem dobrý v...“, proběhnou dvě kolečka, Lenka se zpevňuje a uvědomuje si, že má v životě věci, které umí. souhrn: Skupinu zpoč. zahrnuje vyprávění Lenky, kt. se nedaří odpoutat od svých starostí, pochybností, pocitu nedostatečnosti. Členové ožívají, když téma uzemňujeme a podporujeme dynamiku interakce, pomáhá to i Lence. Příštím tématem může být téma sebehodnoty (tj. jak si udržuji hranice, odkud plyne má sebeúcta). zapsal: sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	25.1.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	90 minut
Zakázka:	9. setkání
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	26.01.2023 (ix) nepřítomni: Ondřej Kuchař facilituje: SJ průběh: Sjednáno, že od příští skupiny počítáme s časovou dotací 100 min. (16:30 – 18:10). Úvodní sdílení probíhá ve dvojicích/trojicích, Markéta tuto možnost nevyužívá. Vzájemně o sobě poté referují a také sdělují, jaké zážitky tato změna provázela. Renata s Míšou a Lenkou reflektují to, že prostor dostala jen Renata. Vracíme se k min. zadání (co bych ještě potřeboval/chtěl ve skupině zažít). Renata chce jít „hlouběji“ do některých situací či celého života, Michala zajímá práce s pocity, Andree vyhovuje práce s deníkem, Míša sděluje pocit „nepatřím sem... co si o mně asi ostatní myslí...“ Věnujeme se poskytnutí zpět. vazby Míše, Míša to shrnuje, je překvapená a ulevuje se jí, že přinesla to, co pro ni je tolik důležité. Andrea, Michal a Renata dostávají zpět své deníky, Lenka svůj přináší. souhrn: Skupina toleruje navržený experiment, vyvolává to intenzivnější dialog „tady/ted“ a cennou interakci mezi členy skupiny. Poprvé v rozsáhlejší podobě dochází k poskytnutí zpětné vazby (Míša), Renata zažívá náročnější sebenáhled na své chování. Chceme podpořit Michala, Jardu a Ondru k otevřenějšímu sdílení toho, co potřebují ve skupině zažít. zapsal: sj
Výstupy/domluvy:	-
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 307 | číslo formuláře: 3159

Datum schůzky: 22.2.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 100 minut

Zakázka: 11. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: **22.02.2023 (xi)**

nepřítomni: Andrea Vašková

facilituje: SJ

průběh: Stručnější úvodní kolečko přináší vícekrát téma vztahu rodič – dítě, Jirka zmiňuje slučák spojený s nepříj. vzpomínkami na šk. léta, Míša velký konflikt v práci, Jarda problém nedost. sebevědomí. Renata navazuje na téma sebevědomí, Jarda dostává prostor: líčí občasný konflikt s matkou ohledně úklidu a jeho pasivní přístup. Ostatní navazují tím, že zmiňují rozmanité aspekty tématu: platí J. za pokoj? jsou nastavená pravidla v domácnosti? jak se chová v konfliktu otec? Kvůli komu potřebuje mít matka uklizeno? jak uklízí matka? zkušenost z dětství („trauma“ kvůli křiku matky na Jardu, když uklízel); ostřejší vymezení? odstěhování do vlastního prostoru? vděčnost za to, že je s kým toto řešit (matka by tu taky nemusela být!); jak ven z pasivity? atd.

souhrn: Skupina pracuje doposud dosti individuálně, míra vzájemné interakce je nízká, téma pojímá převážně na úrovni doporučení plynoucích z vlastních zkušeností. Zvažujeme skupinovou aktivitu, která by podpořila vzájemnou interakci a setkání s ostatními účastníky (spol. kresba?).

zapsal: sj

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:	90 minut
Zakázka:	8. setkání
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	11.01.2023 (viii) nepřítomni: Jaromír Krys facilituje: ZP průběh: Úvodní přistávací kolečko vyplňuje veškerý čas skupiny. Podrobněji v něm referuje Andrea o úspěšných asertivních řešeních důležitých momentů v novém zaměstnání, Míša o odvaze k vyslovení své obavy před nadřízeným, Lenka o svém přistoupení na podmínky zaměstnavatele ohledně rozšíření prac. náplně, Ondra o změně pracovní pozice, Renata o objevu odmítavosti a podrážděnosti z Vánoc a vánočních dárků, Jirka o neutěšeném období, které prožívá (nemoci, nedok. bydlení, patová situace v byt. družstvu, neúčast na akcích kvůli potenc. setkání s tím, kdo mu přebíral dívku atd.). Andrea přináší otázku obnovy stopnutých partnerských vztahů. Členové skupiny se vyjadřují k navržené větší časové dotaci skupiny a přinášejí své deníky (Andrea, Lenka, Renata, Michal). Zadáno reflektovat, co se členům skupiny podařilo zatím do skupiny přinést a řešit, co ještě by rádi přinesli – příště se tomu budeme věnovat. souhrn: Zvažujeme kompromisní řešení ohledně rozšíření času (z 90 na 105 min.). Členové skupiny se doplňují a vyvažují v přístupu k potížím a symptomům. Skupina zvládla i zátěž v podobě Jirkovy obtížně řešitelné životní situace. zapsal: sj
Výstupy/domluvy:	-
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	8.2.2023
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	10. setkání
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	08.02.2023 (x) nepřítomni: Míša Soukupová facilituje: ZP průběh: Ondra slavil narozeniny psa, Andrea „utíká od úzkosti“, Renata má „brečavý období“, Lenka „nestíhá vnímat... blok...“, Jirka udržuje vztah, trvá odloučení, Michal zpracovává téma „odměny“, Jarda „jsem jen číslo“. Tématem skupiny je vymezení/přiměřeně agresivní projev. souhrn: Přetrvává slabá interakce skupiny navzájem, opatrnost, obavy, neochota? odvážit se osobnějšího projevu navzájem. zapsal: sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 307 | číslo formuláře: 3537**

Datum schůzky: 3.5.2023**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:**
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 100 minut**Zakázka:** 16. setkání**Problematika:**

Zápis ze schůzky: 03.05.2023 (xvi)
nepřítomni: Markéta Rychterová
facilituje: ZP
průběh: V úvodním kolečku se opakuje motiv únavy, přetížení, vypořádávání se se stresem, zejm. pracovním a vztahovým, členové vyjadřují obavy, jak budou moci se zapojit do dnešní skupiny. Michal se ujímá slova. Popisuje, že jeho velkým tématem je „sebevědomí“ a z toho plynoucí stres, „to je můj brácha“, „sebeprosazení v nových kolektivech“. Popisuje běh svého života od své prim. rodiny (alkohol), dále fotbal, profesní hledání, pobyt v USA, potíže s expanzivním chováním matky, odcizení s bratrem, dlouhé pochody, zabývání se filosofickými spisy (Platón, Marcus Aurelius), debaklový vývoj manželského vztahu, hledání dalšího směru života zejm. v rodičovské roli. Skupina na vyprávění reaguje pozitivně, s vděčností, vnímá to jako inspirující a úlevné, Michal popisuje úlevu a vděčnost.
souhrn: Skupina je zaujata vyprávěním Michala, koncentrace pozornosti na něj přináší úlevný účinek. Michal se prezentuje autenticky, je zřejmé, že s tématem nedostatku sebevědomí se vypořádal zdárně, je na smysluplné cestě. Příště prezentování formy ukončení práce ve skupině (xviii – skupinová aktivita?, xix a xx – závěrečné reflexe členů skupiny).
zapsal: sj

Výstupy/domluvy: .**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 307 | číslo formuláře: 3637

Datum schůzky: 17.5.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 100 minut

Zakázka: 17. setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: 17.05.2023 (xvi)
nepřítomni: Renata Kašparová
facilituje: SJ
průběh: V úvodním kolečku se ZNOVU opakuje motiv únavy, přetížení, vypořádávání se se stresem, potřeby klidu, uvolnění. Ondra se ujímá slova vědom si toho, že se mu krátí čas k tomu, aby prezentoval důl. témata. Kamarádce zemřel děda... konečnost života... nemám na výběr... chtěl bych se sám rozhodnout!... jdu do práce - uvědomuji si, kolik mi je... dříve jsem se pokoušel opouštět tyto myšlenky, zaměřit se na něco jiného... v 5-6 mě fascinovala smrt... budu mít pohř. auto... umřela babička - proč brečej?... ve 30 jsem si uvědomil, že jsem nic nedokázal.. chtěl bych být připravený... i teď mám husí kůži, je mi to nepříjemný..." Členové skupiny přinášejí své zkušenosti (Mark. z DD, umírání z techn. stránky... Jirkovi zemřela mamka před 11 lety bez rozloučení a možnosti doprovázení... náhlá smrt kamaráda Lenky min. týden... smrt babičky Míši není ještě zpracovaná... Michal věří v reinkarnaci, je se smrtí vyrovnán...). Zaměřujeme se na aktuální prožívání, poté na zdroje ke zvládání těžkých věcí (čím si udělat dobře?) a co zde můžeme odložit?
souhrn: Ondra šokuje skupinu nečekaným a náročným tématem, prokazuje odvahu a zažívá úlevu a zároveň zkušenost se sdílením citlivého tématu. Skupina vykazuje značnou míru flexibility a bezpečí. Příště prezentování formy ukončení práce ve skupině (xviii - skupinová aktivita?, xix a xx - závěrečné reflexe členů skupiny).
zapsal: sj

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 307 | číslo formuláře: 3849**

Datum schůzky: 14.6.2023**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:**
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 100 minut**Zakázka:** 19. setkání**Problematika:**

Zápis ze schůzky: 14.06.2023 (xix)
nepřítomni: Renata Kašparová
facilituje: SJ
průběh: Po úvodním kolečku postupně prvních pět členů skupiny prezentuje reflexi uplynulého školního roku. Andrea popisuje proměnu od počáteční nejistoty, ostychu, zdrženlivosti k úlevě a nové energii v druhé polovině trvání skupiny. "Ztratila jsem pocit, že jsem divná... vím, že mám nezdravý vztahy s chlapama... jako s otcem... cítím se silnější... a unavená..." Ondra zjistil, že "všichni něco řešíme... nepřichází tak často úzkost ze smrti... jsem teď otevřenější... chci si odnést to, že mám vyhrazený čas... vyhradím si čas... extrémně pozitivně to hodnotím..." Jarda: "potřebuji podobný lidi... už zvládám small talky... chránit sebe, to je můj cíl teď v budoucnu..." Michal: "nechci být zapšklý... ztrácím plachost... snažím se roznášet pohodu... v práci se mi daří... carpe diem..." Markéta se zpoč. brání mluvit/číst sama, ale nakonec to akceptuje, svou reflexi čte a dostává množství pozit. ZV.
souhrn: Reflexe je u všech prezentujících poctivá, vyvážená, konstruktivní. Všichni se zdají být motivováni k péči o sebe, k dalšímu rozvoji, zdá se, že více rozumí sami sobě.
zapsal: sj

Výstupy/domluvy: .**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství**Evidenční číslo případu: 307 | číslo formuláře: 3923**

Datum schůzky: 21.6.2023**Forma služby:** Ambulantní**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka**Jednání v zájmu klienta:** NE**Počet jednání:**
(v zájmu klienta)**Délka schůzky:** 100 minut**Zakázka:** 20. setkání**Problematika:****Zápis ze schůzky:** 21.06.2023 (xx)

nepřítomni: -

facilituje: ZP

průběh: Po úvodním kolečku postupně zbývajících čtyř členové skupiny prezentují reflexi uplynulého školního roku. Renata došla k závěru, že skupina není vhodný formát pro ni, někdy účast na ni byla pro ni "vysávající". Uvědomila si, že možná nemusí vždy něco řídit a nemusí tolik mluvit. Míša konstatuje "zjistila jsem, že nejsem tak divná... lidé mě vidí jinak, než si myslím... poslouchat mě vysilovalo..." Lenka popisuje svůj vývoj během celého šk. roku. Jirka pojal reflexi formou "dopisu sobě". Uvědomil si, že svůj život vyplňuje řešením "hořáků" a "dlouhodobých úkolů" namísto péči o sebe. "Nevyužil jsem potenciál skupiny... prožil jsem to, ale nerealizoval..." Uzavíráme celoroční proces, oceňujeme práci členů skupiny. souhrn: Reflexe se poněkud liší od většiny z minulé skupiny: s výjimkou Lenky jsou stručnější, více kritické k sobě i procesům ve skupině. Navzdory tomu je patrný posun v sebeporozumění, členové skupiny objevují důl. charakteristiky svého jednání mezi druhými. Intenzivnější péči do zahájení nové skupiny zřejmě potřebuje Jirka.

zapsal: sj

Výstupy/domluvy: .**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra