



Číslo případu: 327

Název případu: Jeníková Daniela

Datum založení: 7.12.2022

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky:	7.12.2022
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 se potýká od srpna 2022 se zdravotními problémy (podezření na prodělaný Covid; točení hlavy, bolest kloubů, schvácenost končetin), fyzicky se sesypala a v tuto chvíli neví, zda nemá nějakou somatickou nemoc (RS). Podstupuje vyšetření (magnetická rezonance, lumbální punkce atd.). Užívá antidepressiva. Není vyloučeno, že zdravotní potíže jsou psychosomatického charakteru. Ze svých potíží je ve stresu, obtížně se s tím vypořádává. Vzdělání, zaměstnání: Vystudovala obor Ekologie na UP Palackého (Bc.). Současně pracuje jako uklízečka ve Vesce. Nenašla uplatnění v oboru. Vztahy: Má 11 let partnera Františka, se kterým se seznámila při studiu. Odstěhovala se s ním do Pardubic (pochází ze Šumperka), žije zde 7 let. Bydlí v dvougeneračním domě u partnerových rodičů. Spolužití je náročné, nedokáže si představit, že by tam vychovávala děti. Žije s nimi ještě Františkův mladší bratr (23). Tchýně je moc hodná, anděl. Partnerova rodina je věřící, je to znát. Jsou opak její ateistické rodiny. Nukleární rodina: Rodiče žijí spolu. Klientka má vlastního staršího bratra (40), sama je v rodině nejmladším potomkem. Oba rodiče mají děti z předchozích vztahů: matka dceru (43), otec dceru, která zemřela ve 32 letech na vážnou nemoc. Tato polovlastní sestra s nimi nikdy nebyla v kontaktu, v době nemoci u nich ale 1,5 roku žila a pro klientku to bylo velmi náročné (postupné umírání). S touto sestrou neměly skoro žádný vztah, zpětně ji to mrzí. V rodině byly komplikované vztahy. Otec byl pedant, rodiče se hodně hádali. Doma bylo velké napětí, dusno. Všechny děti rychle odešly "z hnízda". Současně bydleli na vesnici, kde měli volnost a byli v přírodě. Se sourozenci neměli extra blízké vztahy. Klientku poznamenala smrt polovlastní sestry. Zemřela ve stejném věku, jako je teď ona (respektive klientka ji o rok přežila). Má strach, aby ji nepotkal stejný osud. Sestra také byla dlouho zdravá a najednou šok z nemoci.
Výstupy/domluvy:	Postupné navazování důvěry a poskytování prostoru pro sdílení a proces uvědomování.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 2647

Datum schůzky: 21.12.2022

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Anamnéza, aktuální prožitky

Problematika:

Zápis ze schůzky: Klientka se má jako na houpačce. Na magnetické rezonanci jí zjistili "tečky", které mohou znamenat případně Roztroušenou sklerózu. Zatím ale není nic jistého. Má velký strach, jakou diagnózu jí zjistí. Uvědomila si, že se necítí šťastná. Nemá z ničeho radost. Potřebovala by se na něco upnout, k něčemu směřovat, mít cokoliv pozitivního v životě. Teď prožívá jen boj. Dominantní emocí je strach - z vyšetření a diagnózy. Je pro ni těžké, že by svou nemocí případně trápila i své blízké. Strach z diagnózy je úzce spjat se smrtí polovlastní sestry. Všichni jí říkají, že je mladá a nemá se čeho bát, sestra byla ale také mladá a zemřela. K tomu pracuje ve Vesce, kde je dětská paliativní péče - vidí nemocné děti, které umírají. Smrt je kolem ní. To ji ovlivňuje. Má strach, kdyby měla dítě s mentálním postižením. Františkova sestra má LMR, je soběstačná, ale stejně potřebuje péči. To by asi nezvládla. Se straší sestrou probíraly zážitky s rodiči. Je pro ni zajímavé, že každá má úplně jiné vzpomínky a jiné pohledy na situace. Matka měla po porodu klientky zdravotní potíže a tak se o ni musela starat právě sestra (tenkrát jí bylo 10 let). Sestra si vůbec nepamatuje hádky rodičů. Rodiče byli zvyklí, že jsou děti samostatné. Klientka už jako malá uměla vařit. Rodiče odjížděli na dovolené bez nich a nechávali je doma samotné nebo s tetou. Sourozenci měli fungovat a starat se. V něčem to bylo i dobré, mohli prožívat anarchii a svobodu. Klientka je vlivem toho zvyklá být samostatná a fungovat. To ji drží doteď. Musela vše vydržet a zvládat, nedalo se nic jiného dělat.

Výstupy/domluvy: Podporovat ve sdílení prožitků a odkrývání anamnézy, podporovat proces uvědomění.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 2737

Datum schůzky: 12.1.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Vztah k dětem

Problematika:

Zápis ze schůzky: Klientka byla na lumbální punkci, výsledky bude vědět za 14 dní. Stále je v procesu čekání na výsledky vyšetření a v procesu vylučování diagnóz, je to náročný proces. Potíže trvají už 5 měsíců a docházejí vnitřní zdroje. Má pocit, že je teď špatně úplně všechno. Je více v kontaktu se sestrou, je to nové, v rodině nebyli zvyklí se vzájemně svěřovat. Při osobním kontaktu se sestrou se vždy obě trochu stydí. Potřebovala by vidět světlo na konci tunelu, mít naději, na něco se těšit. V tuto chvíli není nic takového. Co by si přála? Zdraví, změnit bydlení (žijí u partnerových rodičů). V současném bydlení nemají dostatečné zázemí (pračka, dřež) a ni soukromí. Nedokáže si představit, že by tam měla děti. S dítětem by si přála mít soukromí nukleární rodiny. Hlavní téma: Není si jistá, jestli chce mít děti. Partner František by měl děti hned a nejraději by jich měl více, tolik mu o svých dilematech neříká. Od dětí ji odrazuje její zkušenost z dětství. Nechce na děti přenášet zkušenosti z její rodiny, nechce opakovat stejné vzorce chování. Má strach, že by na děti byla zlá. Rodiče byli impulzivní a přísní, nebáli se je uhodit, když zlobili. Děti ji rozčilují, nemá k nim vztah, má často pocit, že jsou rozmazlené a nesouhlasí se současnými výchovnými trendy (vidí hodně dětí a rodin v práci). Klientka je velmi citlivá na hluk (má to i její dědeček s otcem), to si s dětmi také nedokáže představit. Co vidí v rodině dobrého byla skromnost a spořivost. Bylo samozřejmé, že děti po sobě dědily oblečení. Ve škole se jí smáli, že má starožitné boty, tenkrát se za to styděla a vadilo jí to, teď v tom vidí pozitiva. Tuší, že by byla na děti přísnější, má strach, že by se neudržela a občas by je uhodila. Má nejhorší vzpomínku z dětství, kdy otec matce řekl: "Uklidni se nebo ti dám facku." Ze své rodiny by nechtěla přebírat hádky a dusno mezi rodiči. Nesnáší hádky a vyhýbá se jim. Má strach, že po porodu nenaskočí hormony a nebude mít k dítěti vztah. Kamarádky a okolí na ni v tomto ohledu tlačí, aby děti měla a ať se nebojí. Tlak na sebe vnímá i v tom smyslu, že má nezhoubný myom na děloze a doktor jí doporučil co nejdříve otěhotnět, protože časem bude muset jít na zákrok (odebrání zřejmě i s dělohou).

Výstupy/domluvy: Podporovat uvědomění ve vztahu k mateřství, objevovat motivy a strachy, které blokují rozhodnutí. Snižovat vliv tlaku z okolí.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Datum schůzky:	19.1.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Potřeby, vztahy, psychický a fyzický stav
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka má strach o své zdraví. Při drobném náznaku fyzické nepohody se začne bát, že opět onemocní a naskakují jí automaticky depresivní myšlenky. Obtížně se ze svého stavu dostává. Snaží se vždy pomoci dýcháním. Neví, jak myšlenky zarazit. Chtěla by žít konečně normální život = chodit do práce, zvládat režim. Také by si přála, aby se posunula situace s bydlením. Jako tlakové vnímá témata svatby a dětí. Především matka partnera by si přála, aby se vzali (je věřící). Přemlouvá je. O to více se ale ona s partnerem brání - chtějí, aby bylo rozhodnutí jejich a přirozené. Partner ji před 7 lety požádal o ruku, bylo to romantické, souhlasila. Mají snubní prstýnky (7 let) v šuplíku a svatbu nechystají. V její rodině nejsou rodiče ani sourozenci (kromě bratra) sezdání. Sama k tomu nemá vztah a určitě by nechtěla církevní svatbu. Nechce se nechat k zásadním životním rozhodnutím nechat dotlačit, aby potom nelitovala, že to nebylo správné - to se týká především tématu dětí. Vztah s partnerem: Jsou spolu 11 let. Znájí se z VŠ, kde se do sebe zamilovali, když byla ona zadaná. Nechtěla stávajícího partnera podvádět, tak se s Františkem nestýkala. Po roce se rozešli a dali se s Františkem dohromady. Byl to vybojovaný vztah. Partner je "slušňák", je jeho první sexuální partnerka a je spolehlivý. Ve vztahu nemají potřebu mít jeden navrch, jsou vyrovnaní. Klientka nemá dojem, že by partner byl podobný jako její otec, jak se to stává, naopak. Má dojem, že toto ještě není ten "vážený život" = nemají děti ani finanční závazky, kdy by si platili sami bydlení. Do života jim hodně zasahuje tchýně, která organizuje bydlení - kvůli tomu mají s partnerem občas rozepře, partner své matce nic neřekne.
Výstupy/domluvy:	Posilovat proces uvědomění, hledat body podpory a posilovat vnímavost k sobě a k tělu.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	26.1.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Vnitřní procesy
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka je relativně spokojená. Ve vztahu je po 11 letech spokojená, chce v něm zůstat i přes některé nespokojenosti. Byla by ráda, aby s partnerem trávili čas více aktivně jako dříve (procházky, taneční), je pečovatel. Přála by si, aby byl více společenský. Je více v kontaktu se sestrou, jsou si vzájemně podporou, je to příjemné. Snaží se mít dobře. Dělá vše pro to, aby jí bylo líp. V nespokojenosti dominuje téma strachů a smutku. Smutek ve vztahu k dětem: Stále neví, jestli chce mít děti nebo ne. Je ve velké tlaku (věk, zdravotní stav). Kdyby děti nechtěla, znamenalo by to konec vztahu, nechce partnera omezit. To je pro ni velmi těžké. S partnerem o tom nemluví, nechce ho zranit a nemá důvěru, že by vše zcela pochopil. Má strach, že bude na děti zlá. Nechce opakovat chyby rodičů. Má zkušenost, kdy tvrdě zbila psa, protože zadával ovcí. Nechce, aby s ní měly děti těžké vzpomínky. Má strach z konfliktů, brání se jim. Partner občas vybuchuje, proto se drží. U ní v rodině zřejmě už šlo o domácí násilí (psychické), možná proto má hrůzu z konfliktů. Nezná běžný konflikt, konfrontuje se stále s extrémem (domácí násilí apod.). To v ní možná budí strach ze sebe samotné.
Výstupy/domluvy:	Zkoumat více téma strachů. Podporovat v uvědomění autentické osobnosti a posilovat pocit důvěry v sebe.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 2924

Datum schůzky:	2.2.2023
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 byla na neurologickém vyšetření, vyloučili závažná onemocnění (RS), zdá se, že jde o boreliózu. Čekala, že přijde úleva, ale to se zatím neděje. Cítí, že je v dlouhodobém stresu, vlivem zdravotních problémů není v psychické pohodě. Neví, co se sebou může dělat, aby se uklidnila. Je pro ni těžké věřit, že jí bude někdy dobře. Partnerova rodina: Tchýně je moc hodná, nosí jí obědy do bytu, ona je často nesní. Současně je tchýně "umírající labuť", citově partnera vydírá a tlačí do věcí, které by si pro ně přála. Partnerova mentálně handicapovaná sestra Mája (32) je náročná na spolubytlí. Je na klientku drzá a nepříjemná. Obtížně ji snáší. Bezpečné místo: Má oblíbené místo na zahradě. Chodívá se večer projít se psy, má rituál, že zapálí svíčku, napíše něco na papír (např. strach) a spálí to. Přináší to částečnou úlevu. Má ráda i svou postel. Partner chrápe, tak spí odděleně. Někdy si připadá sama a je jí smutno. Poslední dobou má lehký spánek. Má v sobě fyzické napětí, má stažené svaly.
Výstupy/domluvy:	Podpora psychického a fyzického uvolnění, prostor pro proces uvědomění.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 2994

Datum schůzky:	9.2.2023
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 cítí úlevu, snáz spí, spadl z ní tlak z obav z vážné nemoci. Měla v náručí malé dítě a necítila žádné emoce. Má obavu, zda je to v pořádku a zda to neznamená, že nebude mít vztah ani ke svému dítěti. Má strach, že jí po porodu nenaskočí automaticky hormony a mateřské city. Zkušenost z dětství: Matka byla z péče o děti vždy unavená. Neměla ráda úkony spojené s rodičovskými povinnostmi (vaření, úklid) a snažila se, aby to měla vždy co nejrychleji hotové. Do toho byly doma stále hádky mezi rodiči. Iec byl perfekcionista, zažíval někdy až teror z toho, co mu vadilo. Nezažila z mačtiny strany vůči sobě něhu, blízkost, i když matka dělala vše, co bylo třeba. Celková situace v rodině byla náročná. Rodiče byli sportovně založení a výkonovost chtěli i po dětech (dlouhé túry, kdy byla daleko za ostatními a bála se, že se ztratí, sučasně už nemohla). Také se v rodině hodně šetřilo a děti se jí smály za to, jak chodí oblékaná. Emoce něhy má vůči zvířatům, s lidmi příliš ne. Současně její prvotní emoce vůči dětem jsou spíše přísnější, zná to tak z rodiny, poté ji ale napadá, že se dá věc řešit i jinak.
Výstupy/domluvy:	Podporovat proces uvědomění a zmírňování introjektů, které ji blokují ve svobodě rozhodování.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	16.2.2023
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 má v Pardubicích na několik dní matku. Je to po několika letech. Je za to ráda. Matka je už starší (70), vnímá, že je to vyšší věk a chce si ji užívat. S matkou mají celkem dobrý vztah. Teď má spíše více strach ona o matku než obráceně. Matka neví, že chodí na terapii, nechce jí to říct, nerada by jí přidělala starosti. Matka se chová velmi vřela k vnoučatům (od bratra), vyvábí jim a rozmazluje je. Je to jiné, než jak se chovala k nim v dětství. Chápe to, současně ji to trochu mrzí. Je pro ni těžké, že neví, jak má přistupovat k bydlení s partnerem - oficiálně je bydlení jen jeho. Občas měla impulzy odejít nebo si najít bydliště nezávislé na partnerových rodičích. Nakonec její impulzy vždy přebíjí praktické argumenty a zůstane ve stejné situaci.
Výstupy/domluvy:	Podpora citlivosti k sobě a vnímání. Zpřesňovat uvědomění vlastních potřeb.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 3119

Datum schůzky:	23.2.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka je opět tělesně rozházená, není to dobré pro její psychiku, otevírá strachy, zda bude v pořádku. V práci jsou kolegové hodně nemocní, doufá, že se tomu ona vyhne. Potřebovala by se vnitřně uklidnit. Napětí v těle: Třes nohou (stehen) a paží. Stále v tlaku ohledně tématu mateřství. Obtížně se jí o tom přemýšlí, protože nechce přijít o partnera tím, že nebude chtít děti. Kdyby nyla sama, děti by zřejmě nechtěla. Takto je to 50/50. Partner o jejím vnitřním tlaku ohledně dětí neví. Bojí se s ním téma otevřít, nechce o něho přijít. Současně si uvědomuje, že pokud téma neotevře, bude zaseknutá pouze ve svých domněnkách a strachu.
Výstupy/domluvy:	Podpora ke sdílení oproti izolaci v náročných tématech. Posilování uvědomění.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 3127

Datum schůzky:	2.3.2023
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 nemá příliš dobrou náladu. Cítí smutek, ale má dojem, že je vlastně bezdůvodný. Stav, kdy jí bylo fyzicky dobře, si už téměř nepamatuje. Nemá se teď na co v budoucnosti těšit. Spíše tam jsou strachy. Téma dětí v sobě řeší hodně dlouho. Kolem 30 automaticky děti chtěla, byla požádána o ruku. Najednou přišel zásek. Zásek byl vlivem tlaku z okolí, ale zřejmě také šokovou zkušeností z práce, kde umíraly děti. Smrt každého dítěte nesla těžce, všechny děti si pamatuje. Možná cesta, jak práci zvládat, je možná částečné znecitlivění a oddělení od dětí. Obtížné si povolit, že příběh umírajících dětí a zesnulé sestry není stejný jako ten její, že ona může mít jiný příběh.
Výstupy/domluvy:	Podpora v hledání zdrojů a uvědomování si potřeb a motivů.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Datum schůzky:	9.3.2023
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 otevírá téma sexu a intimity. Od začátku svých zdravotních potíží (srpen 2022) ztratila chuť na sex. Kvůli myomu ji během i po sexu bolí pobříšek. O to víc se zesiluje nechutě. Partner na ni často doráží. Mrzí ji, že nemá chuť a že mu nemůže vyhovět. Momenty, které zastavily chuť k sexu: - Během sexu se ji partner několikrát zeptal, zda může sundat kondom (snaha o početí). Tím vždy atmosféru zkazil. - Partner chodí doma často nahý a nedbá na hygienu. Pro klientku je tím pádem méně přitažlivý a nahota zavšedněla. Dřív měli volný vztah. Po přestěhování do domu rodičů už je klientka monogamní, netroufla by si mít někoho jiného, i když by to občas uvítala. V partnerem v tomto ohledu nejsou žárliví. Při uspokojování sebe je spokojenější, tak to mívá odjakživa. Současně poté často pláče a je to těžké. Vnímá, že je téma sexu velmi tlakové. Toho by se ráda zbavila.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve sdílení emocí a potřeb, hledat zdroje podpory a hlavní motivy, které mohou vést ke zpracování tématu.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 3244

Datum schůzky:	16.3.2023
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:	Aktuálně je klientka zatížená spory v širší rodině (řešení pozůstalosti a dědictví). Klientky se spory dotýkají a mají vliv na její osobní pohodu. Měla tendenci jít více do vztahového kontaktu s partnerem, ale jemu se nechtělo, tak impuls pustila. Sama touží po oživení vztahu a blízkosti, ale je obtížné to s partnerem komunikovat. Navenek klientka vypadá, že ji nic netrápí a že jsou s partnerem ve větší vztahové pohodě, než jak to je doopravdy. Oba jsou vlastně smutní z toho, že jejich vztah už není takový jako dřív. Chybí jim život, energie. Otázka, jak může být vztah dobrý a přitom jiný.
Výstupy/domluvy:	Podpora procesu uvědomění, hledání možností ke zlepšení psychické pohody a zmírnění vnitřního tlaku.
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:	60 minut
Zakázka:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka přemýšlí o tom, co má dělat, pokud jsou její zdravotní potíže psychosomatického původu. Neví, co s tím může dělat jiného. Potřebovala by cítit efekt terapie a toho, že k věcem přistupuje aktivně. Co tělo zastavilo? Má v sobě ještě události, které ale nechce sdílet. Potřebuje na ně čas. Ale tuší propojení. Má hodně strach o své zdraví. Byla rozzlobená, že už chce žít normální život. V tu chvíli jí došlo, že už ale normální život má, že se má relativně dobře. Kdyby mohla, odložila by téma dětí. Stále řeší téma sexu, neví, jak o tom má mluvit s partnerem. Má obavy. Partner je negativistický, dopadá to na ni.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve sdílení a v procesu uvědomění.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 3454

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 si připadá několik let zaseklá: "zaseklá v bažině". S partnerem jsou dlouho na stejném místě, život je pořád stejný, nic se nemění. Měla představu, že bude v současné práci zaměstnaná maximálně 1 rok a najde si něco lepšího a teď je ta už 4 roky. Život jim nejde, nepohnuli se. Když byla minulý týden nemocná, začala přemýšlet o tom, že by se odstěhovala sama pryč. Začala hledat chaty na prodej, viděla jejich nedostupnost, nemohla by si nic takového dovolit. Rozbrečela se z této bezvýchodnosti a bylo jí psychicky zle. Je rozpolcená. Chtěla by utéct pryč a současně nechce zahodit vztah s partnerem. Uvědomuje si, že nemá nic svého. Bydlí v podstatě u tchýně. Tchýně rozhoduje o všem. Potřebovala by, aby také něco rozhodli jako pár, oni dva spolu. Chce, aby více věcí řešili jak opartnerská dvojice, ale tam, kde žijí, jim to není umožněno. Touží začít znova podle sebe. Bylo by to těžké, ale bylo by to její.
Výstupy/domluvy:	Hledání možností posunů, zvědomování potřeb a míst nespokojenosti.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Datum schůzky:	27.4.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka byla doma pouze s partnerem, tchán s tchýní dojeli pryč. Bylo to hezké. Pracovali společně v domácnosti. Partner na ni současně naléhal se sexem, to jí bylo nepříjemné. Problémy se sexem trvají dlouho, trápí ji to a trápí ji to i kvůli partnerovi. S partnerem jsou oba unavení, nemají sílu řešit vážná témata. Přijde jí líto žít pořád nespokojeně a naštvaně. <u>Výstup ze supervize:</u> Je pro mě obtížné být v kontaktu s klientkou v jejím trápení - nevidím v tom terapeutický potenciál, spíše prohlubování utrpení. Klientka má tendenci vytahovat těžká témata a má na sebe nárok je ryhcle zpracovat, vyřešit. <u>Hypotéza:</u> Zřejmě se může jednat o masochistickou klientku, to přináší zřejmě tíhu i mně. Podporovat klientku v tom, aby mohla odpočívat, méně se poškozovat procesem - stopovat proces, dávat cíleně pauzy od těžkých témat. Téma vnímavosti k soboním potřebám je pro klientku zřejmě v tuto chvíli absolutně nedostupná, nerozumí tomu a neumí to.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve vytváření prostoru pro sebepěči a zastavování sebedestruktivních mechanismů.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Datum schůzky:	11.5.2023
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 měla náročné období. Bylo jí fyzicky hlře a automaticky se objevily pocity bezmoci a strachu, že jí opět propukne nemoc. Je pro ni těžké, že jí je pořád dokolečka zle. Má za sebou překvapivý zážitek spokojenosti, kdy byla s partnerem u svých rodičů a pracovali tam na poli. Sešli se společně i se sourozenci a bylo to fajn. V dospělosti je kontakt příjemný. Zažila opět situaci, kdy pocítila, že v domácnosti u partnera není nic její - když je tchýně přenechala záhonek a poté nakonec rozhodovala, co na něm bude (mirabelka). Klientka cítí, že je tchýně příliš v jejich blízkosti a to přináší nekomfort. Je si vědoma záseku, nejde moc nic s bydlením dělat. Má tendence se v řeči opravovat, že bydlení není její ale partnera - vnímá to v tom, že není vdaná. Téma, jak si sebe může vážit jako patnerky a vnímat sév kvality a dostatečnost.
Výstupy/domluvy:	Podpora v místech spokojenosti a hledání vnitřní vitality, zvědomování potřeb.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Datum schůzky:	25.5.2023
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 se nemá ani skvěle ani špatně, nějak středně. Líbilo by se jí, kdyby měla více energie i radosti. Pracovala s partnerem hodně na společném domě, uklízeli nepořádek na dvoře. Nemá ráda, když je okolí nevzhledné. Sázela rajčata (svá!). Téma, co je její a co tchýně - často mívá vztek na tchýni, když dělá v domácnosti práci za ni. Nerozdělenost teritorií přináší obtíže. Současně má klientka pocit, že rozdělení není možné, musel by to iniciovat partner, ne ona. Studium na VŠ: Studovala obor Ekologie (Bc.), bylo to velmi náročné a dlouho se po studiu zotavovala. Současně to bylo poprvé, kdy byla v kontaktu se spolužáky, kteří mají stejné hodnoty a zájmy jako ona. Na ZŠ ani SŠ se necítila dobře. Toužila mít eko farmu, to ji už opustilo. Kontakt se spolužáky z VŠ iniciovat nechce, má obavu z porovnávání se. Spolužáci jsou dál než ona (rodiny, nemovitosti apod.). Klientka se cítí být zaseklá v bažině. Zásek možná cítí i partner, také je nespokojený. Téma, co společná nespokojenost může přinést za energii, směr.
Výstupy/domluvy:	Podpora v uvědomění vlastních potřeb a emocí. Prostor pro zklidnění a reflexi.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 3765

Datum schůzky:	1.6.2023
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 by chtěla promyslet, co může pro sebe udělat, když na ni padne krize (strach, že bude nemocná, katastrofické scénáře). Obtížně definuje svou nejhorší představu, neví, čeho se vlastně na nemoci bojí. Má dojem, že je ve vleku psychických procesů a není sama sebou. Občas ucítí sebe a je to příjemné. Má vztek na svou hlavu, že stále vytváří katastrofické scénáře a nenechá ji v klidu. Experiment: práce se židlemi Klientka posazuje do židle svou hlavu a mluví k ní. Říká jí, že ji štve a ať ji přestane trápit, že je to v jejich společném zájmu. Nabízí hlavě spolupráci. Hlava částečně Daniele nedůvěřuje a přemýšlí, co bude ale dělat, pokud poleví. Otázka se vrací i do terapie. Co by přišlo, kdyby nebyly myšlenky na nemoc? Klientka pláče, má strach, že by přišla mnohem těžší témata.
Výstupy/domluvy:	Hledání prostoru pro uvolnění, odvahy pro opuštění tématu nemoci.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	8.6.2023
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 je zklamaná, že se v rámci terapie její stav nezlepšuje. Líbila by se jí aspoň částečná úleva. Trápí ji stále zdraví a obavy o sebe. Dostala opět antibiotika. Je z toho unavená. V těle se cítí napjatě, v celém těle. Není tam nikde prostor pro uvolnění. I když se snaží, stav zůstává. Zdůrazňujeme situace, kdy její tělo funguje nadstandardně (tahání dřeva, práce v hospodářství). Je pravda, že klientka je aktivní a pracovitá. Má standard posunutý asi výše oproti ostatním. Je zvyklá z domova, kde matka hodně pracovala dělala těžkou práci. Mají kořeny v hospodářství (koně, krávy), tam těžká práce patřila k životu. Klientka vzpomíná, že jako malá musela stále pomáhat, zatímco vrstevníci měli volno. Nenáviděla někdy práci v hospodářství, teď už je s tím více v míru a částečně v modelu pokračuje - stereotyp. Rodiče byli hodně zaměřeni na makrobiotickou stravu, byli důslední a přísní v této oblasti. Klientka jídlo nesnášela. Neví, jestli strava něčemu pomohla. Je ale pravda, že má stále dobré trávení. Jako dítě hodně kašlala a měla ekzém. Otec nemá štítnou žlázu, možná měl rakovinu, ale to klientka neví a ani nechce vědět.
Výstupy/domluvy:	Zvědomování pozitivních a funkčních momentů a zdrojů.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	22.6.2023
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 byla opět nemocná a skončila doma na antibiotikách. Ten proces ji zničil, byla z toho hodně špatná. Je pro ni těžké, že se stavy stále opakují. Doma si odpočinula a celkem to zvládla. Její obvodní lékařka jí posílila antidepresiva a poučuje ji o psychosomatice. Řekla klientce, že řešení psychiky je na celý život, to klientce přitížilo. Klientka cítí frustraci z toho, že se snaží řešit svá témata a stejně jí není fyzicky lépe. Hovoříme o rozdělení psychického a somatického stavu. Propojení vytváří na klientku velký tlak a nepomáhá jí, naopak. Hovoříme o tom, vztáhnout se k tomu, co reálně víme. Např. víme, že její tělo potřebovalo odpočinek - jak zvládá fyzickou zátěž, nepřetěžuje se tedy? Klientce se nelíbí varianta, že by měla méně pracovat. Cítí tlak na sebe, že musí pracovat na domě, protože nemá čas otálet, měla by stihnout mít dítě. Současně stále neví, jestli dítě chce. Život = práce. Nic není v životě zadarmo, samo se to neudělá. Přála by si v životě cítit spokojenost, tu cítí v tuto chvíli jen z dobře odvedené práce, možná proto tolik pracuje. Jinak spokojenost necítí, neví, jak ji mít jinak. Začarovaný kruh, kdy tělo na práci reaguje nemocí, ale ona práci protřeboje pro spokojenost a pohyb řešení. Varianta změny tempa se jí nelíbí.
Výstupy/domluvy:	Hledání zlehčení situace, podpora v zaměřování se na dílčí cíle, nikoliv velká a tlaková témata.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 3929

Datum schůzky:	29.6.2023
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 měla včera velkou krizi (pláč) kvůli dlouhodobým bolestem končetin. Doslova se necítí ve své kůži - je citlivá na dotek. Uvědomila si, že se má ve své aktuální práci moc dobře a nechce ji měnit. I když ji okolí přesvědčuje o tom, že by práci změnit měla (kontakt s dezinfekcí a bacily, práce pod její úroveň). Je zklamaná, že terapie nefunguje, jak si představovala, necítí úlevu. Stále nemá ukončené téma zesnulé sestry (zemřela před 12 lety). Mrzí ji, že se sestrou neměla vztah, když žila. Ostatky sestry jsou uloženy u rodičů, stejně jako ostatky prarodičů. Klientce to vadí, ráda by měla místo, kam by mohla za příbuznými chodit rozjímat.
Výstupy/domluvy:	Hledání zdrojů, podpora.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Datum schůzky:	13.7.2023
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 je unavená, tak si doma nastavila úsporný režim, více odpočívá a šetří se. Občas to tak dělá. Vadí jí, že stále žije s partnerem v rvizoriu a neposouvá se rekonstrukce domu. Více to záleží na partnerovi, který je ale unavený a nemá energii do práce. Rodina partnera: Partner je nejstarší ze tří dětí, jeho mladší bratr (Tonda) je laxní, pravidelně užívá THC, žije s nimi. Má nemanželskou dceru (6), není s ní příliš v kontaktu, ale platí alimony. Nejmladší sestra má SMR, jednou se o ni budou starat. Otec partnera je cholerický, výbušný, doma nic neudělá. Všechno je tedy na partnerovi, případně na jeho matce. Partner je vlivem rodinné konstelace v domácnosti pod tlakem - je na něho nárok pracovat i v domácnosti matky (supluje otce). Partner měl v dětství 2x leukémii, matka ho vychovávala jako "dívku", byla na něho přehnaně opatrná. Oproti tomu klientka byla více jako kluk, lezla po stromech, jezdila na koni, rodiče na ni příliš opatrní nebyli. S partnerem jsou oba dobří - naštvou se a mají chuť zmizet, ale nakonec impulz zastaví a zůstanou ve stávajících podmínkách.
Výstupy/domluvy:	Podpora procesu zklidnění a wellbeingu.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky: 4.1.2023

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

Datum schůzky: 6.4.2023

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

Datum schůzky: 13.4.2023

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: 327 | číslo formuláře: 4286

Datum schůzky:	2.8.2023
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 má stále fyzické potíže, bolí ji hodně končetiny. Rozhodla se ale, že navzdory tomu půjde do práce, situace už ji nebaví. Udělala velké rozhodnutí, snížila si úvazek a od srpna bude mít volné pátky. Těší se na to. Vedoucí v práci vzala její požadavek úplně bez problému, ví, že pracuje hodně. Klientka cítí, že tato změna byla potřeba. Očekává od toho více času na domácnost, prostor pro odpočinek a více klidu. Chce chodit do knihovny. Také k sobě po letech pozvala dobrou kamarádku z práce, se kterou mají podobná témata. Klientka měla ze změnu úvazku chvíli výčitky, i s ohledem na finance, ale nakonec se z toho dostala a těší se. Partner je také hodně unavený, měl by také zvolnit. Sestra je workoholik, pracuje v domácí péči, jde hodně přes své síly. Možná bude pro ni klientka inspirací. Měla obavy z reakcí okolí, ale nakonec si řekla, že nežijí její život, nevidí do ní. Často slýchá z okolí věty typu: "jsi mladá, máš mít plno energie a být zdravá." Ona to tak ale nemá.
Výstupy/domluvy:	Podpora v procesu uvědomění a odvaze ke změně.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 4330

Datum schůzky:	10.8.2023
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 má před sebou 14 dní dovolené, kterou bude trávit částečně pracovně a částečně odpočinkem. Cítí se velmi unavená a dovolenou potřebuje. S partnerem jsou oba vyčerpaní. Stále somatizuje, může být postcovidový syndrom nebo vedlejší účinek antidepressiv (bolest končetin, třes rukou). Nechce už věc řešit dalším vyšetřením, protože dosud nemá žádný objektivní nález. Má snížený úvazek (volné pátky), je zvědavá, jaký to přinese efekt. Nemá energii řešit těžká témata, i když jsou věci, které ještě v terapii neotrvěla. Chce tomu dát čas. Hovoříme o tom, že má smysl terapii také občas dopřát mírnější intenzitu.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve zklidnění a nacházení vnitřní pohody.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky: 17.8.2023

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: Klientka ruší kvůli dovolené.

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: 5 minut

Zakázka: Zrušeno, omluvena

Problematika:

Zápis ze schůzky: Zrušeno pro nemoc.

Výstupy/domluvy: ...

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Datum schůzky: 14.9.2023

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: Nemocná.

Výstupy/domluvy: ...

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 4561

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 přichází po delší časové prodlevě. Měla dovolenou a poté opět onemocněla. Ohledně nemoci měla nepříjemnou interakci s lékařem a v práci. Bylo jí to nepříjemné. Kvůli strachu z toho, že nemoc propukne, byla ve velké tělesné křeči. Nyní se zotavuje.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve zklidnění a stabilizaci.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Datum schůzky:	5.10.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírnění psychosomatických obtíží, stabilizac
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Zdravotní stav Klientka měla náznaky další nemoci a automaticky se jí objevily stavy paniky a bezmoci. Je pro ni obtížné soustavně žít v nejistotě, zda bude zdravá. Vtíravé myšlenky a stavy bezmoci se jí těžko zmírňují. Má tendence dát prostor emocím, aby prošly. Po chvíli, když viděla, že stav nemizí si řekla: "A dost!" Téma, co za energii a potenciál přináší její vnitřní naštvání ("a dost"), zda může být zrojové. Otázka, jak pracuje se svou poslušností a zda není prostor pro to také někdy se jednoduše naštvat. Klientka přemýšlí o aktivitách, které jí pomáhají se ze stavu bezmoci dostat. Měla představu, že vlivem psychoterapie se symptomy zmírní, to se tolik neděje, přesto vnímá, že terapie jsou podpůrné a dávají jí smysl. Hovoříme o smyslu terapie i o očekáváních a nárocích, které se v rámci ní objevují. Klientka reflektuje, že je aktuálně spokojená v práci a nechce nic měnit.
Výstupy/domluvy:	Daří se s klientkou posilovat pocit odhodlanosti a "vzdorovitosti", která ji energetizuje a dává více síly a chutě do aktivit. Zůstává téma vysokých nároků na sebe a to, jak se sebou může klientka zacházet laskavěji.
Schůzku vedl/a:	Pavína Junová

Datum schůzky:	12.10.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírnění psychosomatických obtíží, stabilizac
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Prostor pro uvolnění Klientka se opět necítí somaticky dobře a má obavu, že jí propukne nemoc. Opět se jí oživují pocity bezmoci, má tendence propadat do smutku. V rámci sezení využívá prostor pro zotavení a odklon negativních myšlenek. Volí lehčí témata, která jsou zdrojová. Hovoří o svém vztahu ke zvířatům, konkrétně ke psům. Současně vnímá, že komunikace se zvířaty je jednodušší a přehlednější než s lidmi - téma přístupu k dětem. Klientka vnímá u mnoha dětí jejich rozmazlenost, sama by v roli matky byla přísnější. Současně dokáže být maopak velmi uvolněná a bezstarostná, pokud jde o pobyt dětí v přírodě a společným hrám.
Výstupy/domluvy:	Klientka využila setkání k psychické relaxaci a odklonu pozornosti od zatěžových témat. Deflexe jako možnost hledání úlevy.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Datum schůzky: 19.10.2023

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

Datum schůzky: 26.10.2023

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: 327 | číslo formuláře: 4804

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:	Zmírnění psychosomatických obtíží, stabilizac
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Obavy z nemoci Klientka byla opět nemocná. Když nemoc přichází, objevují se u ní výrazné psychosomatické projevy a úzkost (třes rukou a nohou, žaludeční problémy). Posiluje se v ní bezmoc, že i když dělá, co může, nemoc stejně propukne. Vzhledem k dlouhotrvalosti zdravotních problémů je situace vyčerpávající. Objevují se i obavy, aby ji nevyhodili kvůli častým absencím z práce. Klientka by se ráda naučila zvládat své stavy, které provázejí nemoc. Jde již o automatickou reakci. Otec měl v jejím dětství rakovinu štítné žlázy, kvůli tomu dbal hodně na zdravou stravu (makrobiotika) a v tomto ohledu byl vůči dtem striktní. Klientka to neměla ráda. Částečně sama teď také na své zdraví hodně dbá, je motivovaná tím, že bude prevenovat propuknutí nemocí. Je pro ni těžké, že ať se snaží sebevíc, stejně to nemá ve svých rukách a výsledek je nejistý. Téma, jaký by byl protipohyb ke snaze - "vykašlat se na to a užívat si".
Výstupy/domluvy:	Prostor pro sdílení stresu z opakující se nemocí, hledání zdrojů pro stabilizaci.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Datum schůzky:	9.11.2023
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírnění psychosomatických obtíží, stabilizac
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Zásek v životě Klientka měla včera psychickou krizi, kdy se jí ozvala všechny těžká témata. Dlouhodobě ji trápí téma stavby domu v areálu partnerových rodičů. Aktuálně už by si i dům přála mít. Současně vlivem tchýně je obtížné organizovat a rozhodovat v této záležitosti autonomně. Klientka vnímá, že i partner je vnitřně zaseklý a částečně rezignoval. Téma stavby domu propojeno s tématem těhotenství. Klientka stále neví, zda chce být matkou. Uvědomuje si ale, že kdyby se rozhodla, že děti nechce, vyklidila by partnerovi prostor a odešla by pryč, aby ho nelimitovala v jeho touze děti mít. V tomto ohledu se nachází v začarované, kruhu. Téma mimopartnerského vztahu - klientka už v minulosti měla volný vztah, kontakty s jinými muži ji nabíjely a dávaly jí pocit živosti. Vzpomínka z minulosti, kdy měla při sexu s milencem nehodu - aktivoval se v ní strach, aby nedostala nějakou pohlavní chorobu. Od té doby v kontaktech ustala.
Výstupy/domluvy:	Prostor pro zvědomování záseků v bytí a hledání zdrojů vitality.
Schůzku vedl/a:	Pavína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 4881

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 psychosomatické obtíže a tíhu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Vztahy v širší rodině Klientka hovoří o tom, jak na společném bydlení pracuje primárně ona s partnerem. Ostatní jsou pasivní, co neudělají, doslova není. Klientka přemýšlí, jakou má v rodině funkci ("hybatelka"?). Téma, kolik energie do rodinné množiny vkládá - kolik jí následně chybí. Klientka je pracovitá, nedokáže věci nedělat a nepomáhat.
Výstupy/domluvy:	Zvědomování důležitosti v širší rodině a investování energie za druhé.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 4955

Datum schůzky:	23.11.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Aktuální situace Klientka se necítí dobře, je v krizi. Padá na ni dlouhodobá zátěž nemocí a života beze změn. STále je obtížné dělat v životě pohyb a rozhodovat se. Vnímá své bloky. Sdílí nepříjemné zkušenosti s vícegeneračním spolužitím. Téma jejího rostoru, co může pro sebe udělat, jak nastavovat hranice, jak držet partnerství dále od partnerovy matky.
Výstupy/domluvy:	Podpora v krizové situaci, hledání stabilních bodů.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky:	30.11.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Zacyklenost Klientka vnímá zacyklenost a bezvýchodnost své životní situace. Opakovaně zacyklenost popisuje: Dítě chce, až bude dům, dům bude, až budou mít peníze, které nemají, současně partner je v tom velmi pasivní, dále dilemma vlivu tchýně, která je neustále přítomná a nedopřeje jim pocit autonomie a ohraničenosti vztahů, peníze by měli, kdyby změnila práci - není jisté, zda by našla uplatnění. Zacyklený kruh klientku drží v pasivitě. Současně nemá odvahu udělat jakékoliv rozhodnutí. Téma partnerství, kdy s partnerem o citlivých tématech nehovoří - zřejmě oba strach, co by se od sebe vzájemně dozvěděli.
Výstupy/domluvy:	Hledání porozumění situaci impasu.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5100

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:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Obava z nemoci Klientka opakovaně prožívá strach z prpuknutí nemoci. Snaží se hledat cestu, jak emiocím nepodléhat a odklánět pozornost s vtíravými myšlenkami. Popisuje rodinnou dynamiku s tchýní. Hovoříme o nastavení hranic - jak hranice nastavuje, pokud to není možné fyzicky (jiné bydlení, vlastní zahrada apod.), klientka to často dělá verbálně - např. stále tchýni vyká. Vykání je současně obrana od toho, aby ani ona nepřekračovala hranice vůči tchýni.
Výstupy/domluvy:	Zvědomování vzorce nastavování hranic.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5108

Datum schůzky:	7.12.2023
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Únava, mateřství Klientka je unavená, potřebuje dovolenou. Stále bojuje s obavou, že onemocní. Popisuje své dilema dvojsečnosti, které ji provází ve všech tématech - dilema mateřství, stavby domu, změny v zaměstnání. Ambivalenost situací způsobuje, že stojí na místě a není schopna udělat změny. Částečně přijímá, že změny v tuto chvíli není možná, hledá pro sebe porozumění.
Výstupy/domluvy:	Zvědomování silného motivu ambivalence a porozumění mu.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky: 21.12.2023

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: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5166

Datum schůzky:	11.1.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Reflexe uplynulých dní Klientka se dnes necítí fyzicky dobře, spustilo jí to opět i psychickou nepohodu a strach o své zdraví. Uvědomuje si, že delší dobu vydržela být zdravá, z toho má radost. Vnímá podobnost své kolegyně s jejím příběhem i zdravím, pomocí zrcadlení se snaží formulovat, co by jí mohlo pomoci, jaké jsou potřeby apod.
Výstupy/domluvy:	Zvědomění delší doby ve zdraví, podpora zdrojů, uvědomění potřeb.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5342

Datum schůzky:	25.1.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Potřeba změny Klientka se cítí fyzicky relativně dobře, včera měla opět krizi v kontextu strachu o své zdraví, ale podařilo se jí krizi zažehnat. Celkově téma, zda je na místě všímat si více zdrojů - situací, kdy tělo zareagovalo pozitivně a zotavilo se. Klientka vnímá více svou nespokojenost, vadí jí pasivní přístup partnera k čemukoliv, má dojem, že je na vše v domácnosti sama a vadí jí, že partner je laxní a nevšímavý. Nespokojenost se následně promítá i do intimního života, kdy klientka nemá o sexuální kontakt zájem (zřejmě i vlivem medikace). Téma, jak se změnami může pracovat, protože celková představa změny nese velmi extrémní způsoby řešení, což nechce.
Výstupy/domluvy:	Zvědomování zdrojových témat a vlastní vitality, monitorování prvků nespokojenosti a potřeb v životě.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5475

Datum schůzky:	1.2.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Mapování psychických potíží Klientka vnímá poslední dobou vztek na svého partnera pro jeho laxnost. Má tendenci trucovat a nesdělovat důvody svého naštvaní. Nemá ráda konflikty a spíše v sobě emoce drží. Mapuje, kdy jí začaly psychické potíže. Uvědomuje si, že vlastně nikdy neměla zcela pocit radosti. V rodině byla často napjatá atmosféra. Měla náročné období na VŠ, kdy kolem státních zkoušek se v podstatě psychicky zhroutila. Bylo to období, kdy také zemřela její polovlasntí sestra a babička v krátké časové době. Klientka se následně částečně zotavila. Neměla v té době oporu v blízkých lidech, uvdomuje si, že vlastně ani ne zcela ve svém současném partnerovi. Téma mezigeneračních vzorců - klientky tchýně byla dříve pod vlivem své matky, která v domácnosti rozhodovala. nyní se situace opakuje, protože i u klientky částečně rozhoduje opět tchýně.
Výstupy/domluvy:	Prostor pro zmapování historie psychických problémů.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5562

Datum schůzky:	14.2.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Vztah k závazkům Klientka se cítí dobře, má více energie a je spokojenější. Ráda by více otevřela témata, která stále nemá zpracovaná (těhotenství, svatba apod.). Hovoří o zkušenostech se svatbou, dává je do kontextu vnitřního vzdoru a revolty vůči okolí. Matka s otcem se nikdy nevzali, oba měli minulé vztahy (matce první manžel zemřel). Klientka se původně vdávat chtěla, nevyhovují jí ale formální akty, její představa je svatba beze svědků a velmi neformálně. Tchýně na ni tlačila, uvědomění, když byla v kostele na svatbě kamarádky - toto opravdu nechce. Téma vymezení se okolí a demonstrace, že slušní lidé nemusí žít konvenčním způsobem.
Výstupy/domluvy:	Klientka posiluje proces uvědomění vlastním vzorcům a zásekům.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5611

Datum schůzky:	22.2.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Rodinné vztahy Klientka se cítí stále relativně dobře. Čeká je setkání s porjektantem k jejich budoucímu domu. Pro klientku je téma domu dlouhodobě zátěžové, již 4 roky žijí v provizoriu. Pro klientku je obtížná nedostatečnost autonomie, o mnohém rozhoduje její tchýně. Téma její role v rodině - zda má tchýně svou kontrolou i tendenci částečně klientku v rodině udržet. Rodinná historie partnerova bratra, který má dítě, ale partnerka od něho odešla.
Výstupy/domluvy:	Prostor pro sdílení vztahových témat, podpora zklidnění a stabilizace.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5656

Datum schůzky:	29.2.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Nárok na změny Klientka popisuje situaci, kdy je navštívil projektant kvůli rekonstrukci domu, doporučuje důrazně hypotéku. Pro klientku je téma hypotéky velkým závazkem, vede ji to k pocitu, že tímto rozhodnutím potvrzuje i to, že bude nadále setrvávat v partnerství. Pohyb v rozhodnutích je pro ni ohrožující. Současně dochází k uvědomění, že změny nemusí být tak fatální a jednoznačné, jak si představuje. Její obavy o partnera částečně relativizujeme - vždy zůstane ve výhodnější pozici oproti ní. Klientka cítí úlevu, ale částečně i tíhu - pohybuje se blízko pro ni bolavých témat.
Výstupy/domluvy:	Relativizace představy fatálních důsledků rozhodnutí. Zmírňování černobílého pohledu na situace.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5733

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 psychosomatické obtíže

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Situace v domácím prostředí
Klientka je unavená tématem stavby. Vyčerpává ji fakt, že na ni okolí tlačí kvůli hypotéce a že se současně nedějí pohyby. Téma tchýně, která má rozhodovací pravomoc v rodině a klientka nemá poté pocit autonomie a vlastního prostoru. Téma, jak si říkat o své potřeby, jak komunikovat s partnerem citlivé věci. Klientka dostává zpětnou vazbu, že se téma mírně pohybuje, ona působí blíže rozhodnutí.

Výstupy/domluvy: Práce na zvědomění potřeb a nastínění možností.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5742

Datum schůzky:	14.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Obavy o sebe Klientka se cítí delší dobu fyzicky dobře, má z toho radost a doufá, že její stav setrvá. Popisuje své zkušenosti z různých somatických vyšetření, která byla i intruzivní a přenášela také nejistotu dlouhého čekání na výsledky. V hlavě má stále téma mateřství. Její životní zkušenosti i práce, kde působí v ní posilují obavy a pochybnosti. Současně vnímá tlak času.
Výstupy/domluvy:	Prostor pro zklidnění a stabilizaci.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5794

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 psychosomatické obtíže

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Prostor pro vztah
Klientka je poslední dobou podrážděná, má obavu, že vybuchne. Dlouhodobě ji štve situace v domácnosti.
Hovoří o potřebě dovolené. S partnerem vlastně málo dovolené využívají. Nikdy spolu nebyli u moře, společný čas spíše tráví prací v domácnosti.
Hovoříme o tom, zda má vůbec možnost vnímat, jaký je jejich vztah samotných bez druhých, zda mají prostor pro partnerství. Zdá se, že tolik ne.
Klientce se varianta společného času v jiném prostředí líbí.

Výstupy/domluvy: Zvědomování výrazné pracovitosti na úkor párových aktivit a uvolnění.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5830

Datum schůzky:	28.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Aktuální zážitky Klientka se těší na volné dny, je unavená a cítí, že potřebuje dovolenou. Stále vní přetrvává téma volna a prostoru na jiné zážitky s partnerem. Fyzicky stále drží, je ráda, že somatické obtíže ustoupily, stále si zvyká na to, že jí je dobře. Zůstávají stále starosti s tématem bydlení, klientka cítí na sebe tlak. Téma, jak tlak zpracovat.
Výstupy/domluvy:	Prostor pro zklidnění a podporu.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5871

Datum schůzky:	4.4.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Intimita Klientka se necítí dobře, má obavu o své zdraví, protože zažila výraznou bolest při sexu. Vyděsilo ji to a bojí se pomyslet na to, co vše by jí mohlo být, k tomu se ozývá kontext možnosti mít dítě. Snaží se s myšlenkami pracovat a zklidňovat se, čeká na vyšetření. Otevírá se tím téma vztahu s partnerem a intimity. Téma, jak vyhovuje potřebám muže a překračuje tak své vlastní hranice. Obecně nímá menší libido a nechuť, současně téma bolesti, která ji také demotivuje od sexuálního života. Současně partnerské téma, kdy cítí vůči partnerovi výčitky. Téma potřeb, jak si dovoluje myslet na sebe, chtít radost a mít tak nárok i na kvalitu sexuálního života. Obecně klientka s partnery příliš vyvrcholení v sexu nikdy nezažila, ale intimitu si užívala. Téma, jak se probudit, co si přát a jak na sebe myslet.
Výstupy/domluvy:	Prostor pro zmapování aktuálních emocí a potřeb. Stabilizace.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5913

Datum schůzky:	11.4.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Aktuální prožitky Klientka je mírně nemocná, po 5 měsících je ve fyzickém nekomfortu. Je z toho podrážděná, náladová a plačtivá. Současně přišla úleva s jejími gynekologickými problémy - nebyl žádný vážný nález. Klientka více vnímá negativní jevy kolem sebe - odtažitý partner, napětí v práci s kolegyněmi, nedostatek vlastního prostoru ve společném bydlení. Dlouhodobost těchto jevů a jejich neměnnost vytváří v klientce netrpělivost. Téma, jak se podpořit a pečovat o sebe.
Výstupy/domluvy:	Prostor pro uvolnění a sdílení emocí.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 5938

Datum schůzky: 18.4.2024

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: 327 | číslo formuláře: 6007

Datum schůzky: 25.4.2024

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: 327 | číslo formuláře: 6062

Datum schůzky: 9.5.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Cítit se stabilně

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Nespokojenost v práci
Klientka byla opět nemocná, což ji psychicky dekompenzovalo. Prožila nepříjemou interakci v práci, kdy byl její zdravotní stav zpochybněn a zjistila, že ji kolegové, které považovala za blízké, pomlouvají za zády. Proměňuje se její pohled na atmosféru v práci, je více nespokojená. Změnu zaměstnání ale neplánuje - na změny nemá sílu.
Téma, jak někdy vnější okolnosti pomohou pohybu - změně ve chvíli, kdy si na ni člověk sám netroufá.

Výstupy/domluvy: Psychická podpora, zvědomování potřeb.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 6106

Datum schůzky:	16.5.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Cítit se stabilně
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Aktuální zátěž Klientka má somatické potíže (močový měchýř). Má obavu, aby se jí nevrátily opakované zdravotní indispozice. Téma, do jaké míry somatizace souvisí se stresem, který poslední dobou měla. Nyní je v tlaku - matka měla náběh na infarkt, klientka se o ni bojí. Čeká je rodinné setkání ("rodinná rada"). Z toho má obavy. Klientka by potřebovala důvod k radosti, nadechnout se, cítí, že dlouhodobě je spíše ve vleku událostí.
Výstupy/domluvy:	Podpora ke stabilitě.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky: 23.5.2024

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: 327 | číslo formuláře: 6243

Datum schůzky: 6.6.2024

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: 327 | číslo formuláře: 6244

Datum schůzky: 30.5.2024

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: 327 | číslo formuláře: 6366

Datum schůzky:	27.6.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Cítit se stabilně
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: zdravotní obtíže Klientka měla gynekologické potíže, následkem nichž musela jít na laparoskopický zákrok. Situace oživila opět téma mateřství. Klientka vnímá, že nemá kapacitu na to vydávat péči dětem, vidí spíše jen negativa. Současně si dokáže představit že zbytek života prožívá bezdětná. Současně není schopna udělat finální rozhodnutí. Není spokojená s tím, že není zcela funkční ve svém životě - relativizujeme, dělá maximum v rámci svých možností. Přerámování.
Výstupy/domluvy:	Podpora pro sdílení zátěže a citlivých témat.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 6476

Datum schůzky: 25.7.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Cítit se stabilně

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Aktuální prožitky
Klientka se necítí dobře v práci, drží si odstup od kolegyň, necítí se tam již tak bezpečně.
Uvědomila si, že její strachy z nemoci souvisejí právě se strachem z absence v zaměstnání a nepříjemným tlakem vedoucích. Jinak se naučila více přijímat svou náchylnost k nemoci, propadá méně do depresivních stavů.
Prožívá prázdné období, beze změn, není jí v tom dobře. Čeká ji dovolená, doufá, že bude mít prostor pro odpočinek a relaxaci.

Výstupy/domluvy: Posilování uvědomění.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 6502

Datum schůzky: 1.8.2024

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: 327 | číslo formuláře: 6543

Datum schůzky: 8.8.2024

Forma služby: Ambulatní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Být v souladu se svými potřebami

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Zdraví a rodičovství
Klientka měla náročný týden, kdy měla sice dovolenou, ale v rámci volna se děly náročné situace. Měla opět fyzické bolesti, což oživilo otázku, zda má podstoupit gynekologickou operaci (x riziko v případě těhotenství). Klientka se postupně začíná přiklánět k operaci. Byla dlouho paralyzovaná komplexností tématu (ve vztahu k mateřství), ale nyní si uvědomuje i aspekt kvality života s bolestí, který začíná převažovat v rozhodování. Téma vztahu k mateřství. Klientka by potřebovala mít blízké kamarádky, se kterými by téma mohla otevřít. Ve vztahu k představě mateřství ji napadají spíše rizika a krizové situace než pozitiva.

Výstupy/domluvy: Podpora v přijetí rozhodnutí, které se stane "pohybem" v zastavené fázi života.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 6622

Datum schůzky: 22.8.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Cítit se stabilně

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Aktuální zátěž
Klientka se necítí dobře, během dne měla několik nepříjemných situací, které ji zcitlivěly a oživují citlivá témata. Např. téma domu apod.
Má pocit stagnace. V životě byla zřejmě nejspokojenější na VŠ, byla mezi svými lidmi. Také v té době chtěla mít děti. Neví přesně, co způsobilo v touze po dětech zlom, ale může to souviset i se zaměstnáním, kdy byla příliš brzy vystavena vážně nemocným dětem a jejich smrti.

Výstupy/domluvy: Hledání podpory.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 6674

Datum schůzky: 29.8.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Cítit se stabilně

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Téma:** Pocit domova
Klientka se upíná k dovolené s manželem po dlouhé době. Těší se, že zmizí z domova. Otevírá se tím téma pocitu domova, které možná reálně v aktuálním bydlišti postrádá.
Chybí jí pocit, že je něco její, že má své soukromí. Otázka, zda s novým domem, který rekonstruuje, by tento pocit přišel.
Jediná z nukleární rodiny je oddělená, tím pádem má menší kontakt, což ji někdy mrzí. Možná v současnosti by ocenila bližší vztahy.

Výstupy/domluvy: Podpora procesu uvědomění

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 6704

Datum schůzky:	5.9.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Stabilizovat své emoce, zklidnit se
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Symptom nemoci Klientka se necítí dobře, dnes plakala v práci. Důvodem je její obnovený strach z onemocnění - přichází ve chvíli, kdy má před dovolenou s partnerem. Dovolená je speciální událost, kdy po cca 10 letech odjíždějí sami jen spolu pryč. Téma, čím je posílená obava a symptom v tomto případě. Na obecné rovině možná myšlenka typu: "Když je šance na něco dobrého, nikdy to nevyjde." Docházíme k tématu, zda klientka rozlišuje její chuť odejít od partnera a chuť odejít od příbuzných partnera. Klientka reflektuje, že téma je spojené, protože partner bude vždy s rodiči. Zvědomuje, že aktuálně je s partnerem spokojená, zůstal by s ním. Nespokojenost posiluje vědomí kontaktu s celou jeho rodinou a vědomí na téma rodičovství. Klientka popisuje svůj vztek na partnerova bratra a jeho neohleduplnost.
Výstupy/domluvy:	Posilování porozumění symptomu a příčinám jeho návratu.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 6885

Datum schůzky:	25.9.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Stabilizovat své emoce, zklidnit se
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Reflexe uplynulých dní Klientka byla na dovolené s partnerem. Prostřídali se spolu v nemoci. Společný čas si užili jen částečně - vlivem somatického oslabení. Klientka by potřebovala více času na relax a zotavení se. Zůstává v ní tíha a nepohoda.
Výstupy/domluvy:	Stabilizace, podpora.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 6906

Datum schůzky: 3.10.2024

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: 327 | číslo formuláře: 6979

Datum schůzky: 10.10.2024

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: 327 | číslo formuláře: 7065

Datum schůzky:	24.10.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Stabilizovat své emoce, zklidnit se
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Intimita Klientka byla 3 týdny nemocná (antibiotika), postupně se zotavuje. Zdravotní stav je pro ni vždy zátěžový. Oživuje se téma intimity (sexuálního života), partner během sexu opět položil dotaz na použití ochrany (tj. zda počnou dítě). To klientku zaseklo a opět jí to vzalo chuť na sex. Téma, jak odlišovat 2 roviny sexu: Vztahovost a příjemný partnerský prožitek x sex za účelem početí. Rozdělení tématu by klientce možná pomohlo. Přemýšlí také o párové terapii, které se současně bojí. Téma libida i ve vztahu k antidepresivům. Klientka se snaží v sobě potlačovat citlivá témata, nechce na ně stále hledět. Otázka tedy, kam hledět chce, co je pro ni zdrojové, co jí může pomoci.
Výstupy/domluvy:	Podpora ke stabilitě.
Schůzku vedl/a:	Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 7101

Datum schůzky:	31.10.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zmírňovat psychosomatické obtíže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Vztahy v rodině Klientka se má standardně, chybí nějaká energie, živost. To je dlouhodobý stav, který je funkční, ale nenaplňuje ji. Ožívují se představy mimopartnerského "úletu". Dříve měli s partnerem nastavený volný vztah a má vzpomínku, že ji to oživovalo a bylo zdrojové. Je pro ni náročný závazek u rodičů partnera, kteří očekávají, že se o ně jednou postarají, stejně tak i o partnerovu sestru v MR. Taková zátěž brání klientce v pohybu jinak.
Výstupy/domluvy:	Prostor pro sdílení.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 7197

Datum schůzky: 14.11.2024

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: 327 | číslo formuláře: 7239

Datum schůzky: 21.11.2024

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: 327 | číslo formuláře: 7302

Datum schůzky: 5.12.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Stabilizovat své emoce, zklidnit se

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Stagnace
Klientka byla opět více somaticky nemocná, to má vliv na její psychiku, kdy opět cítí bezmoc. Dostává se k tématu stagnace a nahybnosti, kdy v podstatě 8 let žije v domácnosti v provizoriu (bydlení bez zázemí, zastavení rekonstrukce domu apod.). Téma, co ji ve stagnaci drží, co jí brání udělat pohyb, změnu rozhodnutí. Vnímá pasivitu partnera, který na její impulzy k aktivitě často reaguje pasivitou. Partner je více podobnější svého otci, který je velmi pasivní. Téma jejich kompatibility a jejích potřeb.
Emotivně reaguje na možnost párové terapie - má strach z řešení témat partnersky, raději bere zodpovědnost na sebe, stejně tak i odpovědnost za rozhodnutí na základě terapeutického procesu. Některá témata v páru v ní otevírají strach a děs. Téma ke zkoumání.

Výstupy/domluvy: Prostor pro reflexi.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 7343

Datum schůzky: 12.12.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Být v rovnováze

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Zastavené procesy
Klientka je unavená, její partner také. Dlouhodobě se nacházejí ve stádiu neměnnosti, kdy jejich únava je brzdí v jakékoliv akci (8 let žijí v provizoriu). Klientka reflektuje její a partnerovu rozdílnost - on je v podstatě doma (u rodičů) a změny nepotřebuje, ona by měla zájem, ale iniciativa je také na partnerovi. Téma, co vše způsobuje únavu, zda je to i jejich vztahové pole. Párovou terapii klientka nechce. Má obavu z témat, která by musela otevírat před partnerem. má tendence věci řešit sama bez něho.

Výstupy/domluvy: Prostor pro reflexi.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 327 | číslo formuláře: 7386

Datum schůzky: 19.12.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Reflexe procesu

Problematika:

Zápis ze schůzky: Téma: Reflexe procesu
Klientka reflektuje svůj terapeutický proces. Vnímá určitou stagnaci či neměnnost ve vztahu ke svým tématům i vnitřnímu rozpoložení. Otázka, co tuto neměnnost způsobuje, co bránilo "pohybu" uvnitř i vně. Obecně téma obavy z finálních rozhodnutí či otevírání citlivých témat.
Zůstává v ní obava z párové terapie. Cítí nespokojenost ve vztahu, má obavy, co by párové sezení přineslo.
Jsou témata, která si netroufla sdílet, necítila se ještě připravena, možná i to byla brzda v procesu. hovoříme o potřebě bezpečí a časování - normalizace, že na některá traumatická témata přichází čas až později.

Výstupy/domluvy: Ukončení spolupráce.

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová