



Číslo případu: 359

Název případu: Koubová Ludmila

Datum založení: 11.1.2023

Datum ukončení: 31.12.2024

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky: 1.2.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Redukce úzk. příznaků, truchlení.

Problematika:

Zápis ze schůzky: **KOUBOVÁ Ludmila, 01.02.2023** **2.**
Obj.: Zpožďuje se, díky tomu dochází k změně termínu, přijímá to s pochopením.
Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení.
Průb. spolup.: Pí K. podnikla opět dvě vystoupení, svědčí jí to, zvládá to bez potíží. Shrnujeme, kt. vystoupení bylo nejtěžší, aplikujeme na dal. expozice. Cestou od voleb „se znovu sesypala... nezvládla jsem to...“ Věnujeme se tomu, co znamená „zvládnout“ (pro pí K. = nepláču, necítím bolest). Konstatuji a zdůrazňuji, že to není reálné očekávání. Redefinujeme zvládnutí na dokončení úkolu bez ohledu na pocity. Věnujeme se tomu, jak „zaměstnat hlavu“, aby se nedostavily nepříj. a ochromující pocity. Pí K. nenachází téměř žádné možnosti, postupně jí tedy některé představuji: poslech hudby, počítání, rozhovor s někým, čtení v mobilu... Rekapitulujeme úkol z minule (úklid v ložnici): pí K. sjednala opravu s otcem, vyřadila dvě kabelky... hodnotí na 25% úkolu, známkou 4. Věnujeme se dal. části úkolu (přebrat oblečení ze střední části skříně), definujeme úkol (zítra v 10:00, do oběda to dokončím), příště bude zrekapitulováno. U Dr. Burýškové se znovu rozplakala, „asi jsem měla nějaký špatný den.“
Shr., záv.: Spolupráce pokračuje, pokračuje pravidelná dekompenzace u PsL, ochota ke spolupráci je deklarovaná, ale účinná jen částečně, pomáhá aktivizace prostřednictvím vystoupení.
Dal. spolup., dopor.: Spolupr. pokračuje na novém pracovišti, režim ½-1/3.
PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupr. pokračuje na novém pracovišti, režim ½-1/3.

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 11.1.2023
Forma služby: Ambulantní
Způsob kontaktu: Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta: NE
Počet jednání:
(v zájmu klienta)
Délka schůzky: 60 minut
Zakázka: Redukce úzk. příznaků, truchlení.
Problematika:
Zápis ze schůzky:

KOUBOVÁ Ludmila, 17.01.2023 **1.**
Obj.: Přichází včas, sama, obvyklý silně soucitný, loajální projev.
Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení.
Nav. spolup.: Převedena z amb. Dr. Panovského.
Průb. spolup.: Pí K. referuje o 10 dnech hospital. na PsOdd PKN (jednou skupin. tp, žádná indiv. tp, arte/ergotp, nuda, sdílení s ost. pac. silně zatěžovalo, zvýšena dávka venlafaxinu); dále popisuje dvě vystoupení, kt. úspěšně zvládla, další jsou plánována; úspěch výrazně oceňuji, mapujeme průběh a faktory zvládání. Podrobně se věnujeme vyklizení/uklizení ložnice, velký úkol dělíme na menší části, řadíme dle logiky úkonů a náročnosti, pí K. se pokusí zvládnout oslovit otce a vyklidit skříň pro její opravu. Stručně opakujeme další důl kroky na cestě k náročnějším expozicím.
Shr., záv.: Sdělení o průběhu hospital. potvrzuje spornou efektivitu tohoto kroku, zvýšení dávky AD zatím nepřináší žádoucí změnu.
Dal. spolup., dopor.: Spolupr. pokračuje na novém pracovišti, režim ½-1/3.
PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupr. pokračuje na novém pracovišti, režim ½-1/3.
Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 15.2.2023
Forma služby: Ambulantní
Způsob kontaktu: Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta: NE
Počet jednání:
(v zájmu klienta)
Délka schůzky: 60 minut
Zakázka: Redukce úzk. příznaků, truchlení.
Problematika:

Zápis ze schůzky: **KOUBOVÁ Ludmila, 15.02.2023** **3.**
Obj.: Včas, beze změn.
Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení.
Průb. spolupr.: Zahajujeme cvičením mindfulness (vnímání těla, dýchání, zvuků), vysvětluji význam pro zaměření pozornosti a práci s myšlenkami. Pí K. je zaujata čerstvým zážitkem – šla kolem prodejny s velkým oblečením, vzpomínka na D., smutek, bolest, slzy... Normalizuji tento zážitek, poukazuji na jeho odplynutí, pí K. „ale já nechci tu bolest“... Vyklizení skříně započato ve sjednaný termín, nedokončeno, nedokáže se rozloučit se starými věcmi. Projednáváme další postup, navrhuji rozčlenění činnosti na vyklizení, prohlédnutí, roztřídění, uklizení, napytlování; problém je s tříděním, „neumím se rozhodnout... je mi líto to vyhodit...“ Poukazuji na spol. jmenovatel s truchlením – „nejde mi zavřít za sebou dveře... vracím se... nechci se loučit s tím, k čemu jsem připoutána...“ Pí K. tuto souvislost potvrzuje, sjednána dom. práce (zítra ve 14:00 to udělám, navrhuji rozčlenit na 4 kupky – ponechat, charita, hadry, neumím se rozhodnout).
Shr., záv.: Spolupráce pokračuje, úkol splněn částečně, socializace, aktivizace alespoň v obl. vystupování hud. pokračuje úspěšně.
Dal. spolupr., dopor.: Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3.
PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3.
Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	8.3.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Zvládnutí úzkostných potíží.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KOUBOVÁ Ludmila, 09.03.2023 4. (18.) <i>Obj.:</i> Včas, beze změn. <i>Zak., kontr.:</i> Redukce úzk. příznaků, truchlení. <i>Průb. spolupr.:</i> Pí K. zvládla úklid skříně dle svého dojmu na 70%, zůstala jí likvidace dvou pytlů... nechce udělat chybu, proto odkládá rozhodnutí, to ji však zatěžuje. Via imag. dialog s druhou židlí z pozice pozorovatele podporuji zesílení druhého hlasu, to se daří jen částečně, spíše záměnou úzkostné části za konkr. osobu (hod' to z okna, jsou to jen hadry!). Dále pokračuje aktivita při vystoupeních s kamarádem, ty zvládá pí K. bez potíží. Znovu opakujeme postup při tolerování nepříj. prožitků, ty nejsou neúspěchem, ale přirozenou součástí reakce na nastalé okolnosti, nelze je beze zbytku eliminovat. <i>Shr., záv.:</i> Spolupráce pokračuje, úkol splněn z podst. části. Pí K. se nedaří oddělit od prožívající úzkostné části a lépe ji kontrolovat, je s ní silně identifikovaná. <i>Dal. spolupr., dopor.:</i> Spolupr. pokračuje, režim 1/2-1/3. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Spolupr. pokračuje, režim 1/2-1/3.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	22.3.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Redukce úzk. příznaků, truchlení.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KOUBOVÁ Ludmila, 22.03.2023 5. (19.) Obj.: Včas, pokleslá nálada, truchlivost, lakrimozita. Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení. Průb. spolupr.: „Nemohla jsem vylýzt... příští týden má D. narozeniny... ,co se mnou bude?’ (= kdyby rodiče tu nebyli, jak bych zvládla pečovat o dům a uživit se?)...“ Věnujeme se K.R. ve vztahu k popsaným obavám, opakujeme stop techniku k rozvíjení katastrof. představ. Pí K. má sjednanou brigádu na úklid, cca 3 hod. týdně, možná i víc, těší se na to. Podporuji změnu prac. zaměření, nepokoušet se vrátit do pův. zaměstnání. Odvolání ohledně ID dosud nevyřízeno. Úklid nepoužitelného oblečení dokončen, nebylo to vlastně ani obtížné... Pí K. si uvědomuje, že loučit se s věcmi, na kt. si zvykla, je pro ni nesnadné, lpí na nich, racionalizuje si jejich ponechání. Podobně to má s blízkými lidmi, nerada čelí nepohodě; rys vztahujeme na potřebu „zůstat zalezlá“... nerada vystaví sama sebe něčemu, co je pro ni nepříjemné. Shr., záv.: Pí K. čelí aktuální nepohodě, v.s. podnícené výroční reakcí v souvislosti s narozeninami zesnulého přítele. Dal. spolupr., dopor.: Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3. Prozkoumat životní zkušenosti, kdy nepohodu zvládla, odvážíla se čelit frustraci. Trénování odolnosti na neutrálních emočně neobsazených věcech. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3. Prozkoumat životní zkušenosti, kdy nepohodu zvládla, odvážíla se čelit frustraci. Trénování odolnosti na neutrálních emočně neobsazených věcech.
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:	60 minut
Zakázka:	Redukce úzk. příznaků, truchlení.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KOUBOVÁ Ludmila, 04.04.2023 6. (20.) Obj.: Včas, normoforie, aktivita v normě. Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení. Průb. spolupr.: „Dneska docela fajn...“ Vracíme se k nepříj. etapě v době min. konzultace, popisují jako epizodu, kt. je dobré uznat a aktivně a flexibilně k ní přistoupit, nenechat pokleslou náladu nad sebou vládnout – v rámci možností. Opakuji dostupné techniky (dýchání, stop technika s distrakcí pozornosti) a doplňuji návrh vyzkoušet „muzikoterapii“ (užití zpěvu k zlepšení nálady, k odstínění pozornosti). Rekapitulujeme pracovní aktivity a zájmové aktivity. Podporuji změnu zaměstnání. ID zatím nevyřízen. Navrhuji napříště se věnovat více tomu, jak zvládnout „nepříjemné“ osoby, navrhuji též vynechat ze slovníku označení druhých „je zlý/zlá“; stručně vysvětluji. Shr., záv.: Pokles nálady pominul, reflexe a proaktivní přístup stále se značnými rezervami. Dal. spolupr., dopor.: Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3. Jak jednat s člověkem, kt. překračuje hranice a je nepříjemný? Prozkoumat životní zkušenosti, kdy nepohodu zvládla, odvážila se čelit frustraci. Trénování odolnosti na neutrálních emočně neobsazených věcech. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3. Jak jednat s člověkem, kt. překračuje hranice a je nepříjemný? Prozkoumat životní zkušenosti, kdy nepohodu zvládla, odvážila se čelit frustraci. Trénování odolnosti na neutrálních emočně neobsazených věcech.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

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:	Zvládnutí úzkostných potíží.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KOUBOVÁ Ludmila, 19.04.20237. (21.) Obj.: Včas, klidný projev, normoforie. Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení. Průb. spolupr.: Rekapitulujeme úspěchy, patří k nim cesta kolem domu zemřelého přítele, cesta kolem nemocnice, úklid, muzicírování apod. Odvolání ohledně ID zatím nevyřízeno, cca do zač. června lhůta. S prací v úklid. službách pí K. počítá, zřejmě se bude jen řešit forma podle přiznání ID. „Těžko se rozhoduji... nechci udělat chybu... ochromuje mě to...“ Krátce se věnujeme tématu, kdo je pro pí K. „zlý“ člověk, kdo naopak „hodný“. Příště pokračování. Shr., záv.: Velmi pomalu, ale přeci jen si pí K. osvojuje toleranci k nepohodě ve věci truchlení, alespoň na racion. úrovni. Dal. spolupr., dopor.: Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3. Prozkoumat životní zkušenosti, kdy nepohodu zvládla, odvážíla se čelit frustraci. Trénování odolnosti na neutrálních emočně neobsazených věcech. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3. Prozkoumat životní zkušenosti, kdy nepohodu zvládla, odvážíla se čelit frustraci. Trénování odolnosti na neutrálních emočně neobsazených věcech.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	3.5.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Redukce úzk. příznaků, truchlení.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KOUBOVÁ Ludmila, 03.05.20238. (22.) Obj.: Včas, klidný projev, normoforie. Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení. Průb. spolupr.: Pí K. připomíná zastavení se sousedkou, kt. svými poznámkami znovuvyvolala vzpomínky na D., od té doby (dva dny) je to obtížnější. Vracíme se k toleranci nepohody, cvičíme K.R. (ve vztahu k obavám o mamku, měla by se jít léčit do IKEMu, kde se léčil D....) na některých příkladech, spolu s návraty k pozit. událostem. Vracíme se k tématu „zlí/dobří lidé“, nabízím rozšíření a prohloubení perspektivy, odklon od b/w vidění a hodnocení. Shr., záv.: Postup beze změny, drobné pokroky zaznamenatelné. Dal. spolupr., dopor.: Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3. Prozkoumat životní zkušenosti, kdy nepohodu zvládla, odvážíla se čelit frustraci. Trénování odolnosti na neutrálních emočně neobsazených věcech. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3. Prozkoumat životní zkušenosti, kdy nepohodu zvládla, odvážíla se čelit frustraci. Trénování odolnosti na neutrálních emočně neobsazených věcech.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	24.5.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Redukce úzk. příznaků, truchlení.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	KOUBOVÁ Ludmila, 24.05.2023 9. (23.) Obj.: Včas, jistá únava, jinak normoforie. Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení. Průb. spolupr.: Pí K. popisuje, že několik posl. dnů bylo horších, snad v souvisl. s předchozí návštěvou hrobu D. Příznaky jsou převážně úzkostné, v pondělí v práci dominovaly somat. znaky silné úzk. vlny. Podporuji reflexi toho, nakolik bylo rozhodnutí jít do práce navzdory nepohodě dobré, co by přineslo opačné rozhodnutí apod. Procházíme výčet dovedností, kt. se pí K. za dobu spolupráce naučila: stop technika s přesměrováním pozornosti, dýchání, aktivita na úkor pasivity; přináší to mj. lepší soustředění (např. šití)a zvládání dříve nezvládnutelných situací (např. cesty po vesnici). Zdůrazňuji, že nyní budou zřejmě roli hrát režimové změny, např. pravidelná docházka do práce. Shr., záv.: Hodnoceno za dobu spolupráce se jeví pokrok pí K. jako příznivý, pozorovatelný. Nyní chybí její jasná zakázka, v tom se projevuje jednak obtíž v orientaci ve vlastním prožívání, jednak jistý druh odevzdanosti a nedisciplinovanosti. Dal. spolupr., dopor.: Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3 Zmiňuji postupné rozvolňování spolupráce a přechod k samostatnějšímu fungování. Prozkoumat životní zkušenosti, kdy nepohodu zvládla, odvážíla se čelit frustraci. Trénování odolnosti na neutrálních emočně neobsazených věcech. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut
Výstupy/domluvy:	Spolupr. pokračuje, režim ½-1/3 Zmiňuji postupné rozvolňování spolupráce a přechod k samostatnějšímu fungování.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	14.6.2023	
Forma služby:	Ambulantní	
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka	
Jednání v zájmu klienta:	NE	
Počet jednání: (v zájmu klienta)		
Délka schůzky:	60 minut	
Zakázka:	Redukce úzk. příznaků, truchlení.	
Problematika:		
Zápis ze schůzky:	KOUBOVÁ Ludmila, 14.06.202310. (24.) Obj.: Normoforie. Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení. Průb. spolupr.: Pí K. zmiňuje, že ID byl zamítnut, bude žádat o změněnou prac. schopnost, dále vyjednávat ohledně úklidu (asi od vii/2023), zmiňuje, že si nedovede představit, jak to bude zvládat. Připomínám, že prav. prac. režim je na místě a může být podpůrný. Rekapitulujeme spolupráci, pí K. připouští, že nyní to bude hodně na ní, aby zvládla adaptaci na prac. režim. Pí K. zmiňuje, že si potřebuje dělat radost, ale neví, zda "to nepřehání"... Doprovázím ji k stanovení jasnějšího parametru (podíl z výdělku navíc při koncertech...). Přecházíme na štiplavé komentáře matky, kt. si neodpustí poukazovat na to, s číme nesouzní. Pí K. připouští, že matka je "přísná... rázná...", ale také manipulující a dehonestující. Podporuji hledání vhodné strategie vymezení (zadáno za dompr. najít formulaci, jakou odpoví m. na větu "kam zase táhneš?"), dále se věnujeme tomu, v čem by se mohla pí K. od matky něco naučit (vymezit se vůči druhým lidem, být bojovnice). Shr., záv.: Zabýváme se kontextem, kt. výrazně formoval pí K. (u matky/rodičů žije celý svůj život). Práce s asertivitou, s akceptováním skutečnosti, že nejsou kolem jen lidé přirozeně vstřícní a chápaví, ale také lidé, s nimiž je nutno vyjednat spravedlivou dohodu. Paradoxně vlastní matka patří k lidem, kt. se nechovají v představě pí K. jako "hodní". Dal. spolupr., dopor.: Spolupr. pokračuje, vyjednáváme o volnějším režimu. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut	
Výstupy/domluvy:	Spolupr. pokračuje, vyjednáváme o volnějším režimu.	
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra	

Datum schůzky:	18.7.2023		
Forma služby:	Ambulantní		
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka		
Jednání v zájmu klienta:	NE		
Počet jednání: (v zájmu klienta)			
Délka schůzky:	60 minut		
Zakázka:	Redukce úzk. příznaků, truchlení.		
Problematika:			
Zápis ze schůzky:	KOUBOVÁ Ludmila, 18.07.202311. (25.) Obj.: Normoforie. Zak., kontr.: Redukce úzk. příznaků, truchlení. Průb. spolupr.: Pí K. si všímá větší stability (asociační vjemy - např. "Davídkova košile" - ji neuvedou do dekomp.). Prošla nepříjemným jednáním na OSSZ; vracíme se k odlišení "bylo to nepříjemné" a "nezvládla jsem to". Stále nemá vyřízeno potvrzení o osobě zdravotně znevýhodněné, to ji znejišťuje. Nabízím spolupráci ve skupin. tp od ix/2023, pí K. o to jeví zájem, sjednán úvodní pohovor za účasti kolegyně Z. Pokorné 25.07. v 15:00. Věnujeme se asertivní reakci na ponižující a kontrolující, poněkud neurvalé chování matky (odkud zase táhneš?), pí K. neochotně, přesto připouští, že matka má rysy chování, kt. pí K. u jiných lidí popisuje jako "zlé". Podporuji cvičit přiměřenou odpověď, např. "v padesáti letech nemám povinnost ti hlásit, kde jsem byla". Shr., záv.: Pí K. akceptuje pozvání ke skupin. tp, kam by se od ix/2023 přesunulo těžiště spolupráce. Je zřejmé, že rodinné prostředí, zejm. postoj matky k řízení/kontrolě života dcery a dlouhodobé soužití s rodiči disponovalo pí K. k rozvoji úzkostného prožívání (nedovolí si projevit přirozeně své pocity, vymezit se, není připravená čelit běžné životní nepřízni). Dal. spolupr., dopor.: Spolupr. pokračuje. PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut		
Výstupy/domluvy:	Spolupr. pokračuje.		
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra		

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 359 | číslo formuláře: 4366

Datum schůzky: 22.8.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: Uzavření indiv. fáze spolupráce.

Problematika:

Zápis ze schůzky: Obj. Normoforie, vyvážený rac. em. modus, náhled.
Průb. sezení: Měsíc uplynul bez mimořádností. Pí K. registruje zájem několika mužů o ni, s jedním se učí rázně odmítat nedůstojné a obtěžující návrhy, s dalším se setkala, bylo to příjemné popovídání, jde o vdovce, jehož projev vnímala jako přiměřený situaci; nevyklučuje nějaké další setkání. Matka jí dnes při odjezdu řekla, "ne abys tam (= na trávník) vjela, jinak ti urazím palici"... Pí K. to bolí a mrzí... Je ráda, že projevy matky jsou proti dřívějšímu mírnější, i tak je jí to však nepříjemné. Provázím pí K. zvažováním různých alternativ reakce - "proč mi to říkáš?", "neříkej mi to"... Nabízím vyjednání dohody "ráda bych tě požádala, abys mi to neříkala". Práci zatím nemá, paní kt. jí nabízela úklid, nemá místo ještě uvolněné, snad za dva měsíce?... Podporuji pí K. v hledání jiných možností, v aktivním monitorování dal. příležitostí.
Shrnutí: Pí K. se jeví významně odolnější, stabilnější, lépe toleruje občasné úzkostné projevy, vědomě usiluje nenechat se jimi odradit od aktivního života. Zdá se, že hlavní dva úkoly spočívají v tréninku asertivního jednání s těmi, kdo překračují osobní hranice, a dále v brzkém nástupu do pracovního procesu, v němž by se proběhlé změny mohly zpevnit a kt. by přinesl nové potřebné expozice. Zdá se, že truchlení není nyní převažujícím tématem. Je zřejmé, že úzkostné rysy povahy a nedostatek sebedůvěry se formovaly v rodinném prostředí, jemuž dominuje matka se svými hrubými, devalvujícími a manipulujícími projevy.
Dopor., dal. spolupř.: Spolupř. dle dřívějšího ujednání pokračuje od 20.09. ve skupinové psychoterapii.
PharmDr. Mgr. Samuel Jindra, psycholog, psychoterapeut

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra