



Číslo případu: 369

Název případu: Skokanová Veronika

Datum založení: 2.2.2023

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 369 | číslo formuláře: 2925

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: Úvodní setkání

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Základní kontext, diagnóza:**

Klientka docházela nepravidelně během 5 let na terapii k Haně Jelínkové na UPCE. Je v péči psychiatra a neurologa. Od svých 24 let (7 let) má potíže s bolestmi hlavy a se spánkem v prostředí mimo domov nebo v přítomnosti druhé osoby. Už jen pohled na postel v ní vyvolává stres. Strach, že neusne má zautomatizovaný, objevuje se během dne. Má dg. Generalizovaná úzkostná porucha. Má v sobě hodně strachů, které ji trápí.

Etiologie problému:

Problémy začaly během vztahu, který nebyl dobrý. Po maturitě se v práci v Praze seznámila s mužem, do kterého se zamilovala. V práci měl i svou partnerku. Opustil ji a začal žít s klientkou. První půlrok to bylo skvělé, poté ji začal podvádět, žil nezávazným životem (alkohol) a vztah ukončil s tím, že se nechce vázat. Nebyla na to připravena, sebralo ji to. Potíže se spánkem začaly ke konci vztahu.

Partneři, sebehodnocení:

Obecně neumí vybírat dobré partnery. Je živelná, upovídaná, "prdlá" a má ráda živelné muže. Ti ovšem nebývají orientováni na dlouhodobé a spokojené vztahy. Do vztahů vkládá hodně energie, která se jí nevrací. Mívala strach ze samoty. Současně má partnera (o 6 let mladší), se kterým se cítí dobře. Cítí se s ním v bezpečí a byla by ráda, aby jim to vydrželo. Má strach, že ji vztah časem omrzí. To se jí stává. Partner u ní přespává. Daří se jí s ním usínat, ale tělo je napnuté a nedaří se jí uvolnit. Pomáhá si léky na spaní. Při spánku má ráda svůj prostor, nemá ráda, když ji někdo utlačuje.

Ráda má věci naplánované, uklidňuje ji výhled do budoucna.

Výstupy/domluvy: Podpora ve zklidnění a zmírnění symptomů, porozumění symptomatice

Schůzku vedl/a: Pavlína Junová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 369 | číslo formuláře: 2997

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 je vnitřně napjatá, padá na ni splín. Je spokojená s partnerem Matějem a má strach, aby jí vztah s ním časem neomrzel. Současně jí vztah komplikuje to, že její šéf v práci je nevlastním strejdou partnera. Nechce toto propojení a zvažuje odchod z práce kvůli dlouhodobým neshodám právě se šéfem.

Nemá dobré zkušenosti se vztahy, kromě prvního partnera. Většinou měla sobecké partnery, kteří ji psychicky týrali, nebyli citliví. Vlivem napětí byla možná do nich více zamilovaná.

S aktuálním partnerem cítí v těle spokojenost, bezpečí, klid. V tuto chvíli je jí to příjemné.

Vztah s rodiči:

Rodiče žili do jejích 3 let v Praze, následně se přestěhovali do Heřmanova Městce (bydliště otce). V jejích 8 letech se rodiče rozvedli. Klientka má vzpomínky z období do 3 let, poté si až do doby rozvodu nic nepamatuje. Má vzpomínky s otcem jakoby vytěsňené. Matka rozchodem otci zlomila srdce.

Matku má moc ráda. Dokázala se o ni postarat ve chvíli, kdy jí začaly psychické potíže a nedokáže si představit, že by bez ní byla. Současně děství bylo s matkou náročné. Matka je dominantní, generál. Držela děti hodně zkrátka. Zakazovala jí a bratrovi chodit na zábavy, při pozdním příchodu domů následovaly přísné tresty. Proto se v 18 letech rozhodla odejít z domova do Prahy.

Otec si po rozvodu našel novou partnerku, která měla 2 dcery (dvojčata, o 5 let starší než ona). Klientka jezdila k otci na víkendy jednou za 14 dní. Necítila se tam dobře. Příliš si nerozuměla s dcerami otcovy partnerky a neměla u otce žádné zázemí. Také nepodnikali žádné aktivity, spíše se tam nudila a hrála s dívkami hry na mobilu. Vlastně se jí ulevilo, když k němu přestala jezdit.

Dřív byl otec oblíbeným rodičem, než o něho přišla. Ztratila s ním vztahovou nit. Nikdy o tom otci neřekla, nechce, aby byl zklamaný, kdyby mu vyčetla, že pro ni nebyl dostatečně přítomný.

Otec jí ani teď sám od sebe nezavolá, nejsou v kontaktu, i když by chtěla. Když mu něco svěří, působí to na ni, že ji neposlouchá a nezajímá ho to. Někdy vůči ní reaguje rychle a necitlivě. Současně říká, že měl také úzkostné potíže, možná to má po něm. Když byl opilý, říkal jí o matce špatné věci, nebyla si jistá, jestli to má jako dcera poslouchat.

Štve ji, že o otce jako o člověka přišla a vlastně ho příliš nezná.

Má obavy, že když si nenajde muže dominantnějšího, než je ona, převálcuje ho a proto si ho přestane vážit. Potřebuje částečně muže obdivovat. Když to tam nemá, je na muže tvrdá.

Partner Matěj je jiný, takového muže ještě nepoznala. Je jemný a citlivý. možná ji někdy až moc dává pusy, když by potřebovala prostor pro sebe. Potřebuje více svého klidu.

Výstupy/domluvy:

Dostatek prostoru pro sdílení emocí, ozřejmování vztahových vzorců.

Schůzku vedl/a:

Pavλίna 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:	60 minut
Zakázka:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientce se zhoršily úzkosti (třes rukou, tlak na hrudi). Neví, čím to může být způsobené. Pravděpodobně tlakem v práci. V práci odešla kolegyně na MD, zůstala jí tam neschopná kolegyně, která je její podřízená a nechová se tak. Také má výhrady k šéfovi. V práci byla šikana, kterou šéf neřešil a skončilo to voláním ZS. To ji rozhodilo. V práci jí došel dech, je tam 6 let. Posilují se jí myšlenky, že nechce být. To souvisí s bolestí hlavy, která zesílila a ubírá jí kvalitu života. Obtížně spí. Nemá ráda změny, představa změny práce je pro ni náročná. Má celý život z něčeho strach. Bála se chodit do MŠ, ZŠ. Dominují emoce lítosti a vzteku (šéf ji neocení). Je průbojná, průbojnost ji ale stojí hodně energie. Potom o tom, co řekla/udělala, přemítá, analyzuje, přemýšlí, co mohla udělat jinak. Hodně cestuje - má v sobě myšlenku, aby to stihla, kdyby náhodou brzy umřela.
Výstupy/domluvy:	Mapování základních potřeb, emocí, spouštěčů. Hledání zdrojů a možností uvolnění.
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 má stále bolesti hlavy, což ji velmi limituje. Stahuje se vlivem toho i ze sociálních situací. Přemýšlí, jak se vypořádat s bolestí, aby s ní dokázala žít celý život. Bolest hlavy odstartoval těžký rozchod, trvalo dlouho, než se z něho vzpamatovala. Aktuálně prožívá největší tlak v práci. Není tam spokojená, ale rozhodla se, že tam vydrží do mateřské dovolené. S partnerem by už chtěla děti. Jinak si myslí, že je šťastná (vztah). Klientka byla odjakživa bojácná a úzkostná. Obecně je přecitlivělá. Smrti se nebojí. Jsou duchařská rodina - vyvolávají duchy, povídají si tak se zesnulou prababičkou. Bojí se tmy. Teď má strach z usínání - pokud neusne včas, je riziko, že se naopak neprobudí včas ráno a přijde pozdě do práce. Čím víc na usínání myslí, tím hůř usíná. Celý život se bála a těšila se, až bude dospělá a bude si moct dělat, co chce. Matka byla hodně přísná. Klientka se pořád něčeho bojí. Když jde k lékařům, chodí společně s matkou, která za ni vše důležité vykomunikuje. Stále cítí na sebe ze strany matky tlak, botíže se jí vymezuje. Potřebuje mít matku nablízku a současně je pro ni těžké matce ustupovat. Jako dítě byla "lůzr". Ve škole měli špatný kolektiv, byla tam šikana. Chodila do školy se strachem. Na ZŠ byla dokonce hospitalizovaná kvůli břichu (ze stresu). Už dlouho nemluvila s otcem. Mrzí ji, že s ním má tak vzdálený vztah. Otce v životě nepotřebuje (slzy). Po rozvodu rodičů a po stěhování bývala náměsíčná v novém domě. Bylo jí líto, že má radši otce než matku. Potom se to změnilo.
Výstupy/domluvy:	Mapování základních témat, orientace v základní anamnéze, hledání prostoru pro vnitřní úlevu.
Schůzku vedl/a:	Pavína 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:	Klientce je o něco lépe, bolesti hlavy se zmírnily. To ji vede k pocitu, že by mohla rozvolnit terapii. Cítí se klidnější, vyrovnanější. V běžném životě na sebe není příliš přísná. Ví, že by měla např. cvičit, aby jí bylo lépe, ale nedělá to. S partnerem se rozhodli pro první společný závazek, pořídí si psa. Těší se na to. Část její osobnosti má strach ze stálého vztahu, aby se nenudila, což by vedlo k rozchodu. Má strach, aby nezažila to samé, co její rodiče (rozchod, distancování od otce). Také má strach, aby ji nelákali jiní muži, má ráda jejich pozornost. Nudu zažila se svým prvním partnerem, který byl skvělý. Klientka ale ještě nebyla připravená na vážný vztah ani na zakládání rodiny. Je pro ni těžké vidět matku, jak je v životě sama. S matkou je složité vyjít, matka je ve vztahu spíše jako chlap. Klientka se matce nedávno mírně vymezila a matka to akceptovala. Bylo to pro ni důležité. Vždy se bála matky reakce a její názory brala automaticky jako pravdu, kterou se řídila. Matka je hodně tvrdá, umí jít přes mrtvoly. Kdysi s bratrem plánovali, že utečou z domova. Matky osobnost zřejmě zcela zamlžila postavu otce. Vytěsnila úplně vzpomínky s otcem z období 4 - 8 let. Klientka je citlivější než matka, potřebuje mít kolem sebe lidi.
Výstupy/domluvy:	Podpora procesu uvědomění, hledání zdrojů úzkosti a somatických projevů. Podpora k citlivosti k sobě.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna 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 má menší bolesti hlavy, tak se snaží dělat něco se svou fyzikou. Vlivem medikace přibrala a není se sebou spokojená. Současně nemá energii na to, aby něco dělala. Obecně odmala sledovala, že má méně energie na pohyb a aktivitu než lidé v jejím okolí. Nemůže se přecerpat, jinak ji hned bolí hlava. Je to nespravedlivé. Má v hlavě rady matky: "Nikam nechod', budeš zase unanená a bude Tě bolet hlava!" Klientka má potom obavu, aby jí matka nevyčetla, když jí bude zle vlivem sportu. Matka má na ni velký vliv. Už se jí daří částečně vymezovat, ale je v tom opatrná. V dospělosti vnímá jinak vztah mezi rodiči a okolnosti rozvodu. Dříve to brala tak, že otec odešel od matky, protože byla nesnesitelná, teď vidí, že měl na rozvodu podíl i on. Klientku by zajímalo, jaký kontakt by chtěl mít otec s ní. Bojí se ho na to současně zeptat, protože má strach, aby mu tím neublížila a aby neměl výčitky, že něco udělal ve vztahu k ní špatně. Realita ale je, že otec skutečně něco špatně udělal. Otec má novou partnerku Šárku, s ní vychovával 2 dívky (o 6 let starší než je klientka). V dětství k nim klientka jezdila pravidelně na víkendy, ale necítila se tam dobře. Klientka je v tom plachá. Když se dostane do kolektivu, který už je vytvořený, obtížně se jí začleňuje a adaptuje, spíše se drží v ústraní. V tom to má bratr snazší. Klientka nemá se Šárkou v podstatě žádný vztah. Sjejími dcerami se občas vídá. Je ráda, že dívky měly díky otci muže v rodině, přeje jim to. Čím to je, že vnímá otce jako tak křehkého? Je pravda, že otce vnímala oproti matce jako "podpantofláka". Otec přitom dokáže být také dost drsný. Mívá vůči klientce rýpavé poznámky. Může si říct, že chce otce i pro sebe (jen ho nepřát nevlastním sestrám)? Asi ano. Byly by ráda, aby měly její budoucí děti dědečka.
Výstupy/domluvy:	Podpora procesu uvědomění. Hledání spouštěčů nepohody. Zvědomování potřeb a vlastní vůle.
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 se má relativně dobře. Hledají s partnerem nové společné bydlení. Je to pro ni závazek, který si přeje. Současně z něho má obavu. Vtah ke slovu závazek: Svazující, ztráta části svobody, dlouhodobé až do konce života. Klientka má negativní zkušenosti z předchozích vztahů. S jedním z partnerů také koupili pozemek a v tu chvíli si ona uvědomila, že ve vztahu být nechce. Bylo to náročné. V tuto chvíli cítí, že s partnerem chce být a chce s ním plánovat budoucnost. Má potřebu kontroly vztažené směrem k budoucnosti. Měla kontakt s otcem, který ji ponižoval (kritizoval partnera i pozemek), byl nepříjemný. Klientku to zranilo. Možná to pro ni znamená, že blízký vztah s otcem skutečně mít nebude. Chtěla by, aby otec uznal, že jí není dobře a má to náročné, chtěla by, aby ji ocenil. Otec ji ale podpořit neumí. Otec ale uznává jejího partnera, má ho rád, to ji těší.
Výstupy/domluvy:	Podpora v hledání spokojenosti a klidu při rozhodování.
Schůzku vedl/a:	Pavína Junová

Datum schůzky: 23.2.2023

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: 369 | číslo formuláře: 4031

Datum schůzky:	2.3.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	Psychologická podpora
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Klientka se má relativně dobře, v partnerství se jí daří. Otevírá téma vztahu s matkou a svých pochybností a potřeby pohybu a změny. Téma vlastní odvahy a strachu.
Výstupy/domluvy:	Podpora ve sdílení.
Schůzku vedl/a:	Pavλίna Junová

Datum schůzky: 20.4.2023

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: 8.6.2023

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