



Číslo případu: 378

Název případu: Saglenová Renata

Datum založení: 1.3.2023

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky: V tuto chvíli jednorázové nárazové poradenství kl. - zařazena na čekací listinu.

Datum schůzky:	1.3.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	70 minut
Zakázka:	zpracovat aktuální situaci - kumulace krizí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuálně: Renča byla doposud moji klientkou v jiné organizaci (do budoucna, až skončí možnost docházet do Chrudimi) by stála o spolupráci v encentru obrací se na mne SMSkou s prosbou o mimořádné (naléhavé) sezení Dnes: Renča přichází uplakaná, zpravová emce hned z několika náročných živ. sit. - rozchod - kontaktování syna nemanželskou dcerou bývalého manžela (nevěra) - reakce táty na rozchod - obviňování - rozchod Týny se synem Ondrou (po 4 letech) Téma: ZTRÁTY, ...POŘÁD ODE MĚ NĚKDO ODCHÁZÍ Pocit: opuštění insuficience "<i>nehodna lásky</i>"
Výstupy/domluvy:	podpora Renče - prosor na posdílání emocí spojených se všemi zmíněnými náročnými životními situacemi získávání odstupu - procházíme Renčiny sebepodceňující prožitky, které všechny události vyvolaly a snažíme se zpochybnit jejich relevanci (ale poskytnout porozumění jejich existenci s ohledem na minulost, která není platná) 1.IT
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	19.9.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	reflexe životních změn
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: přivítání po dlouhé době, v pátek mi Renča posílala SMS, že se na dnešní sezení těší Aktuality: • mladší syn udělal závěrečné zkoušky • synovec Martin prodělal další ataku duševní nemoci (dopady na celou rodinu - rozebral své auto a jeho součástky jsou po celé zahradě) • přetrvávající zdravotní potíže - změna gynekologa Témata: • sebepřijetí - stud za stárnoucí tělo "učím se, mít se ráda taková, jaká jsem teď" • "obnažení se" - "před Petrem jsem se nikdy úplně neobnažila, teď s Míšou se to učím, ...pomáhá tomu pocít bezpečí a důvěra, kterou k němu mám" Emoce: • strach ze ztráty (rodičů, pejska - 14 let, ale i - v přenesené rovině , sebe samé) • stud • úleva (vypuštění syna) • radost (přiblížení se starším synem, ze vztahů, ze života, ...) Posuny: • vůči rodičům se Renča více vymezuje, je nápomocná, ale kdy, si určuje ona sama • aktivně se starám o své blaho (viz změna lékaře)
Výstupy/domluvy:	Renča přichází spíše posdílet pokroky na cestě. Máme za sebou dlouhodobou práci v KC. Nyní přichází spíše reflektovat. I tak zachycujeme témata, která jsou ještě před Renčou, nebo které přímo aktivně řeší. Týkají se zejména sebepřijetí, přijetí sebe takové jaká je. Renča přitom reflektuje příznivost vlivu stávajícího partnera pro její psychickou pohodu. Termín si zatím nedomlouváme. Renča se ovšem ubezpečuje, zda může znovu dorazit.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 16.10.2023

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: získat stabilitu a ujištění

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:** Renča se objednává poměrně po krátké době od minulého sezení (předpokládala delší pauzu)

Aktuality:

- napětí ohledně financí po té co syn ukončil SOU (napětí i ve vztazích se syny - nepřispívají)
- přibližování ve vztahu se sestrou Radkou
- těsně po oslavě 50tin
- sestře se narodilo první vnouče

Témata:

- emoce, které ve mně vyvolávají některé osobní rozhovory s bývalým manželem "asi jsem to úplně nepustila"
- hrdost a sebevědomí ve vztazích
- idealizace nenaplněných vztahů (Leoš)

Emoce a rozpoložení:

- lítost přicházející ve vlnách (nad minulostí - výroční splíny - nevědomě - výročí rozchodu, svátku milenek bývalého, ...)
- stud - "ve vztahu si mě nevážil, a já sebe taky ne"
- znejištění z emotivních prožitků
- výčitky - "ještě jsem to nepustila/nezpracovala"

Výstupy/domluvy:

- Renča přichází "vyděšená" lítostí, kterou vyvolal přátelský telefonický rozhovor s bývalým manželem, který s ní sdílel své vztahové potíže, litoval svého přístupu vůči Renče v minulosti, oba byli dojatí či lítostiví
- dochází zde k normalizování některých prožitků Renči (lítost, oživení nepříjemného pocitu z mnohaletého podvádění manželem)
- reflektujeme posuny v procesu vypořádávání se s krachem manželství
- Renča pojmněovává rezidua a oblasti, které zůstávají citlivé (dotčení vlastního sebevědomí)
- v závěru Renča odchází smířenější, děkuje za sezení a popisuje klid, který v sobě dnes cítí

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	1.12.2023
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	75 minut
Zakázka:	získat stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Renča přichází na mimoádné sezení (další v poměrně krátkém čase) Aktuality: • pocit rozcitlivělosti • 19 let výročí smrti tchýně • návštěva miminka synovce - spojená s napětím a pláčem po setkání • 2 úmrtí v okolí (přítomnost na dvou pohřbech) • syn Sam - stále hulí a dosud nepracuje • proměny ve vztahu s Míšou Témata: • i já jsem smrtelná • nastavování hranic vůči Samovi • poznávám minulou sebe v Martinovi (když je lásky "moc") • přecitlivělost na názory druhých (vedoucí R. označila jako koketu, a té se to dotklo) Vhledy: • potřebuju čas bez lidí • posunuju se v oblasti vědomí svých potřeb a jejich oprávněnosti - okolí se diví (syn, Michal) - už vím a cítím, že na to mám právo • <i>"dřív jsem nebyla jen hodná, ale závislá"</i> (vztahově) Emoce: • lítost a dotčení • strach (smrt) • smutek
Výstupy/domluvy:	Renča přichází v citlivém období, kdy se cítí zranitelná. Sdílí zde různé oblasti svého strádání. Přichází dříve, ale do hodiny se nám nedaří vejít. Zde ji vnímám v procesu přiznání si potřeby pravidelné spoluráce (tu si Renča "zakázala" - opustila ji v čase, kdy byla šťastná, docházet pravidelně by pak zřejmě znamenalo přiznat si, že to tak není). Tohoto se dotýkáme pouze zlehka, nezaznívá explicitně. Sezení je zejména podúrné a abreaktivní.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 378 | číslo formuláře: 5258

Datum schůzky:	22.1.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat vědomí sebe samé a práva na své hra
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Renča komentuje, že je dnes v černé barvě, ale nemám se bát, je to náhoda, není ve smutku Aktuality: - pře svátky trávila víc času s Míšou a cítila se s ním hezky - další posun ve vztahu - Sam stále bez zaměstnání - táta se ventiluje na Renče, navíc se množí situace, ve kterých se projevuje kognitivní a mentální deficit - kolegyně v práci hovoří, Renča pracuje za obě Témata: - má vztahovačnost - vztah s tátou a pocit, že "útočí pořád jen na mě" účinky výčitek ze strany druhých na Renču (mámno "citové vydírání", stejně jako "hra na city" ze strany kamarádky Ivči) - mé hranice a jak se k nim staví Vhled: "mnoho lidí v mém okolí uspokojuje své potřeby na úkor mých" - čím to? Emoce: - pocit bezpečí - zážitek bezpodmínečné lásky - obavy o rodiče - výčitky a pochybnosti
Výstupy/domluvy:	dnes se s Renčou dotýkáme jejího sebevědomí a vztahu k sobě samé na tématu hranic. Ty jsou oslovávny jak ve vztahu s kolegyní Kájou, tak kamarádkou Ivčou, tak syny i rodiči. Renča si uvědomuje, že se opakovaně dostává do situací, kdy uspokojuje potřeby druhých na svůj úkor. Díváme se na to, jak se to děje. Renča si přeje porozumět vnitřnímu mechanismu. Sezení je tak zaměřené na hledání porozumění sobě, sebepřijetí a sebe-uvědomování.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 378 | číslo formuláře: 5845

Datum schůzky: 2.4.2024

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: Irena Kučerová

Datum schůzky: 28.5.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu
klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: posílit aktuální kapacitu zvládat zátěž

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Úvod:

- dnešnímu sezení s Renčou předchází několikátýdenní domluva a vyladování termínů
- R. přichází v předstihu, vyčkává v čekárně

Aktuality:

- v práci pocit vyhoření a vyčerpání z lidí
- Martin další ataka nedávno, pocit neklidu a i Ondra pocit ohrožení (ve snech)
- Beník je v poslední fázi života (nádor a močové kameny)
- Petrův přístup v čase, kdy má parnterku, odtažitý a ignorující (pes, děti)
- Sam od května v zaměstnání
- zrušila pobyt s Ivčou (Holandsko) - Beník
- v létě čeká Tureckou s Michalem
- miminko (synovce?) neviděla od prosince

Témata:

- **nedůvěra a žárlivost** vůči Michalovi (např. při návštěvě jeho ex) - díky opakovaným zkušenostem s Petrem
- **důvěra v sebe** ... "že jsem dostatečně dobrou partnerkou, než aby M. riskoval, že o mě přijde"

Emoce:

- nedůvěra v sebe i v muže
- lítost, křivda, žárlivost

Výstupy/domluvy:

- S Renčou se dnes dotýkáme jejich "rozcitlivělostí", sama je v emočně křehkém rozpoložení (umírání Beníka), což ji dělá ještě více citlivou pro vnímání a prožívání dalších událostí
- Renča připouští, že Ben "oslovuje" téma SMRTELNOSTI obecně
- daří se nám pojmenovat téma NE/DŮVĚRY nejen v muže, ale i v sebe samotnou, které vnímám jako klíčové (R. jej dává do spojitosti se sebepřijetím např. i v oblasti stárnutí)
- zachycujeme ale i momenty, kdy se R. daří "postavit se sama za sebe" a udělat nepopulární krok či čelit negativním reakcím (šéfová, nebo zrušení víkendu kamarádce)
- oslovujeme také téma hranic (R. řeší bydlení Martina za rodiče, nebo dodotovává syna, aby mohl nastoupit do zaměstnání, které chtěl, aniž by do té doby brigádníčil, ..)
- tentokrát rovnou domlouváme termín příštího sezení

Schůzku vedl/a:

Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 378 | číslo formuláře: 6272

Datum schůzky:	11.6.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vyrovnat se s aktuální zátěží
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Dojezd: - po minulém sezení kontaktovala bývalého muže ohledně hypotéky, přišla sprostá reakce (čte mi SMS), Renča odvětila ve stejném duchu, zdá se že Petr reaguje až na to (ve smyslu bere na vědomí, nikoli, že by jednal) - vedlo k utvrzení, že se Petr chová stále stejně nepředvídatelně, Renče to bylo líto, bylo to nepříjemné, ale nevyvolalo v ní chování Petra pochybnosti ani nadměrné emoce Aktuality: - čím dál tím spokojenější ve vztahu s Michalem - Beník má další nádor v tlamě, nový veterinář pozitivní přístup Témata: - úvahy o změně zaměstnání - hranice mé zodpovědnosti - R. má tendenci korigovat koho si Martin vodí domů já x ostatní - Renča přehodnocuje jak myslí na druhé a co pro ně dělá, poprvé synům nepřivzla nic z Prahy (vnímá, že to již považují za automatické, stejně jako rodiče její péči o ně, ostatní si mají tendenci R. péči NÁROKOVAT), R. se začíná vymezovat neumím se vyjadřovat otevřeně - např. okomentovat poznámku kolegyně "To bych od Tebe nečekala" např. "vid", konečně se vymezuju, ale že mi to dalo" nebo vůči kamarádce "žes mi neřekla, že budeš doma, to abych se nestavila, že jo" se neodvážá říct "ano, nehlásila jsem to, chtěla jsem být sama" - otevřeně se vyjádřit a dát ZV tátovi neumí ani synové Emoce: - pocity viny a zodpovědnosti za druhé - úleva - syn zaměstnání - stres a lítost z umírání Bena - odvažování se žít svůj život a plánovat budoucnost
Výstupy/domluvy:	- Renču dnes vnímám v posmutnělé náladě (od pohledu vypadá "přešle"), Renča reflektuje své potřeby a tím je legitimizuje zde si "ověřuje", že jsou relevantní a ne bezohledné, to vnímám jako skrytou zakázku dnešního sezení - pracujeme také s tématem nedostatečné otevřenosti a strachu své potřeby sdílet otevřeně (pomalu se učí R. a synové se tomu vyhýbají zcela), Renča odchází s tím, že chce "trénovat" ... viz výše zmíněné příklady to by mělo největší význam zejména pro posílení jejího vztahu k sobě samé (stojím si sama za sebou, jsem si vědoma své hodnoty, svých práv a potřeb a hodlám je zastávat)
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	3.7.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vyrovnat se s blízcím se koncem (Ben)
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Renča přichází s mírným předstihem, přesto říká, že dnes zaspala a budil ji Michal Aktuality: • rozcitlivělá a plačtivá • v práci se jí osobně dotklo, když zákazník komentoval cenu zákusku • odlišné nastavení k umírání u R. a u synů (synové - nevyléčitelná nemoc = umřít co nejdřív, R. = dokud je zachována kvalita života a radost převyšuje bolest, má život cenu) • dnes jede konzultovat k veterináři • osobní prožívání sebe prezentace Káji Témata: • "rozpolcenost" a strach z následků rozhodnutí - osamostatnit se a odstěhovat se od rodičů • smrt a umírání Téma "za": • pocit nechtěného dítěte (máma se snažila R. potratit) jako model, ve kterém se R. celoživotně snaží dokázat svůj význam pro rodiče (a rodiče ji "používají" k plnění svých potřeb bez ohledu na ty její, když na ně R. upozorní, jsou devalvovány a výše kaldeny ty jejich) • prožitek povinnosti plnit potřeby druhých a stavět je před ty své Emoce: • lítost • pocit křivdy a nespravedlnosti • strach • odhodlávání se a pochbyování o tom, zda unesu následky
Výstupy/domluvy:	• Renča dnes pláče kontinuálně v průběhu celého sezení, blízcí se odchod Bena otevírá i téma smrti rodičů, ale nejen to, i jejich života a vztahu rodičů k ní Renča si více uvědomuje "užitkovost" obsaženou v jejich přístupu k ní, i to, že ona ji přijala (vzpomíná na výroky mámy, která konstatovala, že ani s jednou z dalších dcer by soužití nebylo možné) • otevírá se tak silně téma OBĚTAVOSTI ve smyslu zažívané povinnosti myslet na potřeby druhých a upřednostňovat je před svými ... R. se obává, s čím by byla konfrontována, pokud by se odstěhovala (výčitky, obviňování, ..) • R. si dnes zvědomuje, že její osobní prožívání něčeho, co s ní nesouvisí ("remcání" zákazníka nebo komentáře kolegyně) mohou souviset právě s tím, že od mala nezažívala pocit, že by byla plnohodnotnou bytostí sama o sobě
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	11.9.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	získat odstup a nadhled
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Renča přináší malý pytlíček sušeného ovovce (s úsměvem dodává, že jen proto, že jsme se dlouho neviděli) Aktuality: - dnes velmi rozrušená, "rozsekaná", cítí úzkost, rozjela se ji bolest hlavy - další incident s Martinem, následný telefonát se ségrou - taťka vjel s autem v protisměru (řidičská nezpůsobilost, ŘP má stále, náhled ne) - po dovolené v Turecku - Beník žije, oslavil 15.narozeniny (R. má na krku nový šperk - tlapka v srdíčku) - Sam se rozešel s Denčou (R. to vrátilo k pocitům zrady a zklamání od Petra) - užila si festival, tam potkala bývalého partnera s přítelkyní - velká vlna radosti, že je ve vztahu s Míšou a neopakuje staré chyby Témata: hranice zodpovědnosti - za co/koho si ji беру (viz "<i>Neuchránila jsem syny před Martinem</i>") "vztahovačnost" - vnímám a prožívám osobně i to, co se netýká přímo mě Vhledy: "nejsem zodpovědná za rozhodnutí jiných lidí (ani našich, ani ségry,)" - k pocitu zrady od Petra ... "<i>je to o jeho vztahu k sobě samému, ne o jeho vztahu ke mně</i>" "<i>jsem šťastná, že jsem narušila vzorec výběru a dala šanci vztahu s Míšou ... jsem teď skutečně spokojená</i>" Emoce a rozpoložení: - úzkost, lítost, strach, ostražitost, napětí a stres a bezoc (soužití s psychiatrickým synovcem) - spokojenost, radost a vděk (stávající situace - Ben, Michal) - obavy (synové, vliv Petra na jejich morální vývoj) Výstupy/domluvy: - Renča dnes přichází velmi rozrušená (doznívá včejší incident), prožívá bezmoc, frustraci a ty se mnou sdílí, stejně jako nepolevující snahu situaci řešit. Zastavujeme se u pozice, ze které se R. k situaci vztahuje (chce ovlivnit to, co nemůže), a díváme se na oblast, kterou je mocná ovlivnit (např. odstěhování) - pracujeme s posilováním vhledů, se získáváním odstupu - Renča sezení vnímá jako podpůrné, třebaže je místy konfrontační
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	1.10.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	70 minut
Zakázka:	posilovat stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: R. přináší den po svých narozeninách dobroty z narozeninové oslavy Aktuality: - včera narozeniny - povodně, zažila evakuaci (prasklá hráz) - projevy žárlivosti od kolegyně Káji - nepříjemná příhoda, kdy byl zaměstnanec fotovolt. firmy svěkem "blázince" u R. doma (táta i Martin) - Petr přál k narozeninám - Petr pokračuje v nevěře i mimo vztah s R., R. se obává negativního vlivu na syny - kluci by se klonili k utracení Bena Témata: - hranice "braní si za své" toho, co je táty nebo Martina - stále nejde pouštět - fáze postupného rozvolňování "propojení" se syny - už nevnímám, když se vrátí domů - snížená kvalita života, doprovázení ke smrti - Beník jako "model" Emoce: - stud (za Martina, tátu) - popuzenost - lítost - stres - vděk
Výstupy/domluvy:	Renča přichází posdílet události posledního období, zachycuje emočně vydatné momenty a u nich se zastavujeme (např. silný prožitek studu za tátu a Martina), uchopujeme také témata vztahu se syny a přípravě na smrt blízkých
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	7.11.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	70 minut
Zakázka:	posilování sebevědomí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: i dnes R. na sezení něco přináší, dnes 2 kousky domácí bábovky (sama si nedává) Aktuality: • nespavost • neustálé zařizování věcí pro rodiče (prodeje aut pro tátu, dnes zákusky pro jejich návštěvu, ...) • v závěru vtípku, který iniciovala R. táta R. vyčetl, že už nich v RD neplatí nájem, další den mu R. otevřeně sdělila, jak to s ním má že vždy toužila po jeho lásce, ne domě (nebo jiných výhodách) • Ben je na tom podobně, občas někde narazí • R. svému 24 let starému synovi oškrabala a vymalovala jeho pokoj Témata: • "chci být oceněná" jako motiv v pozadí R. přemrštěné péče - frustrovaná potřeba z dětství • sebenepřijetí - stud v sexu "nedokážu se uvolnit" • "stará mladá" - takový pocit ze sebe Vhled: "<i>nedostatek lásky a jistoty, že jsem milovaná mám asi tendenci kompenzovat neadekvátním obdarováváním a péčí o druhé.... jakobych si pak dodávala vlastní hodnotu a zvyšovala pravděpodobnost, že mě někdo pochválí</i>" Emoce a rozpooložení: • napětí (ve vztahu s tátou, ze strachu o Bena) • ambivalence (co je ještě přínosný život pro Bena a jak poznám čas, nechat jej odejít) • neklid • lítost, smutek, pocit křivdy (táta) • sebeobětování a nadměrná péče o druhé • stud • upjatost a svázanost (neuvolněnost)
Výstupy/domluvy:	• stěžejním tématem se dnes stává opět sebepřijetí. S Renčou uchopujeme aktuální situace, na kterých se téma nízkého sebevědomí a pochybností o sobě ukazují. Chvillemi se nám daří nakouknout hlouběji. Renča sama přichází s náhledem na to, že nedostetek bezpodmínečné lásky zažívala a stále zažívá zejména od táty, a že její obětování se pro druhé a mnohdy neadekvátní péče s ní může souviset. Reflektuje rovněž vliv nízkého sebevědomí (to, jak samu sebe vidí) na uspokojivý partnerský život (stud při sexu) • sezení je tak orientováno jak na sdílení, tak na prohlubování náhledu a odžívání emocí • Renča mi odpoledne téhož dne posílá SMS, že skončila s autem v rybníku a málem se utopila, je v pořádku, i když v šoku
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 4.12.2024

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: (v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: zpracovat odchod Beníka

Problematika:

Zápis ze schůzky: Úvod: Renča vypadá od pohledu smutně

Aktuality:

- před týdnem zemřel Beník
- minule, po sezení R. skončila s autem v rybníku
- včera měl rozloučení kamarád z vesnice (v 54 letech náhle zemřel)
- vyjádření podpory chodí "různě", někteří pragamtičtěji (Petr, Iva), někteří srdečněji (sestřenka, Míša, ...)
- více časů tráví u Míši, vnímá odlišnost atmosféry v obou domovech

Témata:

- přebírání zodpovědnosti za druhé, tendence obětovat se
- **"neumím se postavit sama za sebe"**

Emoce a prožívání:

- výčitky a pochybnosti, zda jsem pro B. udělala dost
- úleva
- truchlení, smutek, lítost
- vědomí toho, co "mám"
- vztek na pozitivní lvu

Výstupy/domluvy:

- Renča dnes nic nepřinesla (což oceňuji jen v duchu), nepojmenovávám, aby to R. nevzala jako výzvu k nápravě (viz - rodinné prostředí, kde se nekomunikuje přímo, ale manipulativně).
- truchlení, odžívání ztráty Beníka, sdílení prcesu loučení se s ním, přístpu různých lidí k R. je jedním ze dvou stěžejních témat dnešního sezení
- další téma patří do ranku "známých" ... Je jím sklon Renči upozadovat sebe samu a své potřeby ve prospěch ostatních (což je v konstratu, ale vlastně doplňkovosti s přístupem valné většiny R. okolí, které naopak myslí v první řadě na sebe)
- s R. se dostáváme i k tématu, jak je (konkrétně) možné nekonfrontačně vyjadřovat jak "něco" mám, i když to má druhý jinak ... nad tím se R. zamýšlí jako nad něčím, co nemá osvojené

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	15.1.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posílit vědomí sebe sama
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • po náročném období • nejprve hospitalizace mamky (kumulace zdravotních potíží, prodělala katetrizaci, ..) • Renči angína, bez prostoru ji v klidu léčit (jezdila s rodiči po vyšetřeních, nemocnici) • zdravotní potíže táty - spadl v holubníku, čtyřicítky, urologické potíže (cévka) • zapojení ségry • R. nyní častěji mluví ze spaní a má živé sny, v nichž cítí strach a tlak na řešení problémů • už začíná proces stěhování k Michalovi (jen 2km od rodičů) • Sam uvažuje o návratu na SŠ a doděláním maturity, dál "holí" Témata: • stěhování k Michalovi - prožitky a brzdy (můžu tam nechat Sama, rodiče?) • "na návštěvě" u našich a nyní u Michala (M. doma, jeho syn doma) • pocity viny - a jejich "zesilovače" • pocit nedocenění (ségra, rodiče) Emoce a rozpoložení: • těšení • strach • stres • pocity viny • obavy o Sama
Výstupy/domluvy:	• Renča přichází posdílet zejména aktuální zátěže, na jejich pozadí vyvstávají její témata jako je např. přebírání zodpovědnosti za ostatní (pocity viny) a nízká sebehodnota • Renča zde získává odstup od pocitů viny a posiluje svůj náhled (snadná "aktivace" poznámkami okolí, atp.)
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	3.2.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posílit sebevymezení
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Míša má prázdniny, dnes jel do Pardubic s Renčou, jdou ještě nakupovat "zůtulňovací" věci do RD Aktuality: • Renča začala jezdit k Míšovi z práce o od něj do práce (takto formuluje fakt, že už u M. bydlí jen nemá dostěhované věci) • k Vánocům si pořídili kávovar • u Michala se R. dobře spí • Martin má auto, přijel s ním, nemá ŘP - pocit spoluzodpovědnosti • máma selektivně ignoruje některé "akce" Renči, které souvisí s jejím stěhováním • máma si stále nárokuje pomoc způsobem, který R. není příjemný, ale bez komentáře na něm participuje • napjatá atmosféra s Kájou v práci Témata: • zodpovědnost - za co/koho ji nesu, ač mi nenáleží (Martin, rodiče, synové) •za co/koho ji nenesu (se jí zdráhám uchopit) i když mi náleží - vymezení se vůči jednání, které se mne dotýká, poskytnutí ZV (viz Kája v práci) • sklon podléhat manipulacím Rozpoložení a prožívání: • averze, napětí (v práci) • stres (doma) • výčitky svědomí a pocity viny (že nechám dospělé syny doma samotné) • zraněnost (tátova výčitka) a pocit nedocenění
Výstupy/domluvy:	Renča dnes přichází posdílet události posledních týdnů a emoce, které v ní tyto situace vyvolaly. Uvědomuje si svoji averzi, kterou cítí ke Káje (po 12ti letech práce na stejné směně). Renča si zvědomuje svoji pasivitu a trpitelskou roli, ve které nedává druhým vědět o svém prožívání a dopadech jednání druhých na ni. Zvědomování tohoto principu a jeho možných konsekvencí je stěžejním bodem dnešního sezení.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	4.3.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebepřijetí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: vztahy na pracovišti (otevíráme spontánně, v kuchyňce se bavím při přípravě kávy s kolegyní fyziotk), dostáváme se tak ke Káje Aktuality: • Renča po sezení s kolegyní Kájou nijak nepromluvila, i nadále dělá pouze "narážky", posun směrem k přímé komunikaci nenastal, R. to odůvodňuje přetrvávajícím iracionálním strachem z prohloubení negativních emocí a zhoršení vztahů • jeden ze zákazníků R. poskytl ZV, že je nepříjemná (opět nepřímo) "musí Vás to stát asi hodně sebepřemáhání...." • už je přestěhována k Michalovi • táta odstěhování R. prožíval - mlčel a plakal (ví od mámy) • táta stále přehzuje zodpovědnost na R. a R. ji stále "chytá" • kontakt se syny je po odstěhování bližší "<i>když přijedu, jsou tam se mnou</i>" • příjemné události: ples, výlet do Prahy a divadlo • nemoc v novém domě Témata: • (ne)přijímání vlastních limitů (výtka od zákazníka souvislost se syndromem vyhoření; změnám postavy, ...) • autenticita x zdání • pocit domova Rozpoložení a prožívání: • docenění (od táty - i když ne slovy) • nejistota v těle • podrážděnost • lhostejnost, odosobněnost (v práci)
Výstupy/domluvy:	na dnešním sezení s Renčou pracujeme na tématu sebepřijetí a posilujeme náhled (nabízím pohled z jiné perspektivy). R. je v mírných obranách. Podpůrně vyznívá rozhovor o menopauze a změnách, které do života R. přináší. Akceptace změn, limitů, atp. se stává opakovaně tématem sezení.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	31.3.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování a vymezování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • po dalším divadle a výletě do Prahy • po wellness se ségrou • Sam po autoškole • péče o rodiče obdobná jako v čase, kdy tam R. bydlela • Sam sedl do auta bez ŘP (ještě nemá) - vztek na rodiče (že jej zaúkolovali) i na něho (že je nezodpovědný a riskuje) Posuny: • "vyklidňování" - od doby, co R. bydlí u Míši je méně "lekavá" a zažívá méně strachů (viz Martinova nevyzpytatelnost) • měla spontánní otevřený rozhovor s kolegyní - kde se jí svěřila, s čím se jí nesvěřila (přestěhování) a sdělila proč (strach z odsouzení), od té doby mezi nimi příjemnější atmosféra Témata: • téma přebírání zodpovědnosti za druhé jako celorodinné (rodiče za Martina, Renča za rodiče i za syny) • dvojitý úkol separace (jako dcery a jako mámy) Rozpoložení a prožívání: • naštvanost x uvědomění si hranic své zodpovědnosti • vzájetí svých úzkostí, neklidu, potřeby kontroly • obavy z výčitek druhých (i svých vlastních)
Výstupy/domluvy:	R. přichází posdílet dění v životě. Registrujeme posuny, které mám tendenci posilovat (otevřená komunikace s Kájou, uvolňování se v RD u M.). Zastavujeme se ale i u Renčiných "evergreenů" - přebírání zodpovědnosti za druhé, potíž vymezit se a předat některé zodpovědnosti (např. za starost o dům ... R. včera sekala zahradu na pozemku, kde bydlí 3 mladí muži). Hovoříme o úkolu separace. R. reflektuje, že do některých úkolů ještě nedozrála, že se jí téma zodpovědnosti stále drží a není s to jej pustit.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	29.4.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebeuvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • včera absolvovala gastro vyšetření • komunikoval s ní Petr (opět žádal o posunutí termínu formálního vyvázání z hypotéky) Témata: • reflexe nedostatku velkých změn ve svém přístupu k rodičům • kruh manipulace a jeho neměnnost - hledání porozumění • snadnější separace z role matky Rozpoložení a prožívání: • "nemůžu je v TOM nechat" - tzn. v manipulativní hře ... význam pro mne: "obava, že bych o ně jinak přišla"
Výstupy/domluvy:	• zaměřujeme se na práci s tématem obtížné změny v tématu nasedání do manipulativních her rodičů • R. má potřebu si znovu kotvit porozumění svému iracionálnímu chování (opakování destruktivních vzorců), dospívá k pocitům stachu ze ztráty vztahu, které zřejmě vyplývají z absence pocitu bezpodmínečné lásky
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	26.5.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posílit vědomí sebe sama
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuálně: • ztučnělá játra a jaterní dieta • blíží se dovolená v Egyptě s kamarádkou Ivou • Michalovi se v sobotu narodilo vnouče • proběhla "hádká" s Michalem • Petr navštívil R. v práci • Ondra státnicuje • Sam se chystá na Kanáry • návštěva rodičů po 3 dnech - výčitky a obviňování Témata: • žátlivost, nejistota, nedůvěra "strach, že o vztah přijdu" • bez-domovectví • limity sdílení a společného prožívání ve vztahu s Michalem (s jeho vnoučetem nemám nic společného) Rozpoložení a prožívání: • obava o vztah • strach ze ztráty • pochybnosti • nejistota pramenící z nového místa v životě (v životě a rodině Michala) • pocit vydanosti
Výstupy/domluvy:	Renča na dnes přináší téma své žárlivosti, resp. přeje si podívat se na svoji reakci, kdy Michalovi vyčetla, že posílal zprávu o narození vnoučka svým bývalým parnterkám. Dostáváme se k tématu NEDŮVĚRY a vnímané NEJISTOTY, kterou R. ve vztazích obecně cítí. Pracujeme s individuální (historickou) rovinou i s tou hlubší, vlastní všem lidem. Renča popisuje zažívanou nejistotu i v oblasti bydlení (u Míši). Pracujeme také s jejím vztahem k bývalému Petrovi. Díváme se na blízkost a rizika, která zde R. zažívá z jiné role a která mohou mít vliv na její nedůvěru. R. reflektuje "<i>nejistotu si nesu v sobě</i>". Dostáváme se také k tématům manipulací (z obou stran).
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	2.7.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebeuvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • po dovolené v Egyptě s kamarádkou • po promoci Ondry (fotky) • v čase dovolených v práci bez Káji - výrazně více příjemná atmosféra (než když tam Kája je) • viděla se s miminkem v rodině • s taťkou se potýká se stejnými výzvami • omezila kontakt s rodiči • v rodině Míši se jí dotklo konstatování, že není z rodiny • z dovolené hezké fotky od moře (líbí se na nich sama sobě) Témata: • vymezování se (úspěchy - šlo se vymezit Ivče, podařilo se jí "utnout" taťku, ..) • vztahovačnost a přecitlivělost (rozumí, kritický táta) • "připadám si jako ta nejhorší" přetrvávající zraňující pocit, který dominuje ve vztahu s tátou Rozpoložení a prožívání: • lítost (vztah s tátou) • skepse a snížená tolerance (Kája) • nespravedlnost (táta) • pocity nedostačivosti (Míšova rodina, táta, vůbec, ..)
Výstupy/domluvy:	Renča dnes přichází posdílet uplynulé období, jeho události a prožitky s nimi spojené. Registruji několik situací, kdy se R. podařilo se vymezit vůči konstatování druhých. Přetrvává ale negativní interpretace sdělení a situací a pocit dotčení a zranění. Renča se vrací za porozuměním svému prožívání, které dává do souvislosti s kritickou výchovou otce, ve které si připadá jako "ta nejhorší". Po zbytek prázdnin se s R. neuvidíme, další konzultaci si R. plánuje domluvit na září.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 378 | číslo formuláře: 8781

Datum schůzky: 2.9.2025

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: stabilizovat se

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Aktuality:

- prevence u lékaře s doporučením zhubnout (frustrace a citlivé téma)
- potíže se zdravím - TK, játra, bolesti hlavy, nitrooční tlak
- propad nálady zřejmě v souvislosti 10ti letým výročním rozchodu s Petrem
- opakovaný kontakt s Petrem (řešení hypotéky, starost synů o jeho psa v čase jeho dovolené, ...)
- investice do auta (50 tisíc)
- přednarozeninový dárek pro Michala - Kaple ve Žďáru nad Sázavou
- Michal plánuje oslavu 50tin, pocit, že je stejně manipulovatelný mámou jako Renča

Témata:

- pocit bezdomovectví - nejsem doma ani tam, ani tady
- výroční pesimismus - nepřijetí rozvodu, resp. rozvod = moje selhání a potvrzení toho, že nejsem dost dobrá
- budování pocitu sounáležitosti s Michalem (v rámci společných aktivit v RD - zatím moc ne, spíše odděleně)

Rozpoložení a prožívání:

- pocit nedostatečnosti - vévodící (váha, rozvod, ..)
- rozpolcenost (Petr - lichocení a jeho relativizování, nepřála mu dovolenou, ..)
- nepřijetí minulosti, resp. sebeobviňování

Výstupy/domluvy:

vnímám, že u Renči nedochází v průběhu terapie k náhledu a propojování. Sebe-uvědomování začíná a končí u registrování určitých tendencí v chování např. sklon podléhat manipulacím, zohledňování, jak budu druhými vnímána/posuzována, snaha být s druhými za dobře, ... Renča znovu pokládá už mnohokrát položené otázky a stojí před dilematy, které se dokola a dokola opakují (např. nyní má v práci možnost pracovat na směně s někým jiným, ale brzdí ji, jak by se ostatním pracovalo s "obtížnou" kolegyní. I toto se Renče snažím zvědomit.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	8.10.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	udržet stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • mozková mlha • potíže s TK - léky nasedly • oslava narozenin s rodinou Michala nepřinesla příjemné pocity • setkání s Petrem ohledně hypotéky - jeho vulgární výrazy a hodnoty (ať si Sam "užije" a nevybírám si věřící dívku) • mamka hospitalizovaná • táta doma s vnuky, výčitky R. • sestra čeká další přírůstek do rodiny (v březnu) Témata: • strach z nevyhnutelného - smrt rodičů, opožděný separační proces • smutek po bezstarostné, spokojené Renče plné elánu, chuti do práce i mezilidských kontaktů, smutek po mládí Rozpoložení: • vykořeněnost • výčitky, že nechala rodiče samotné • vyšťavenost, únava
Výstupy/domluvy:	• dnes R. přichází ve velmi posmutnělé náladě. Úkorně snáší všechny dřívější ztráty a současně se chystá na ty budoucí. Hovoříme také o přechodu a hormonálním zdraví. Témata i prožitky zachycujeme, nektěré normalizujeme.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 5.11.2025

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: (v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: posilovat přijetí minulosti

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Aktuality:

- Renča poprvé v životě žádala o zvýšení platu, šéf vyhověl, ale zvýšil plat všem, R. pak zažívala pocit nespravedlnosti
- Iva byla v nouzi, R. jí šla pomoci (dřevo)
- v neděli R. zavedla rituál společného oběda u nich (jezdí synové), tentokrát se sjela i celá Míšova rodina, R. chtěla mít klid
- Ondra Míši se v domácnosti téměř neangažuje, ale bere a Renči práci za nic nemá (na dotaz, jak mu chutnal oběd odvětil "šlo to")
- přetrvává "otrávenost" z kontaktu s lidmi (i zákazníky, i Míšovou rodinou) - dřív tak neměla
- přetrvává chybějící radost a převažující lítost

Témata:

- touha po PRVENSTVÍ, být TA JEDINÁ
- neobliba Vánoc a narozenin (souvislost s dramaty v dětství?)
- **"angažování se pro někoho jiného"** (oběd pro "cizí" rodinu, zajištění přidání pro kolegy, pomoc Ivě, sekání mámě na předzahrádce, Míšův Ondra,

Rozpoložení a prožívání:

- odvaha (žádost o zvýšení platu)
- nespravedlnost a křivda (plošné zvýšení platu, holky mají společné peníze s partnery, my ne, rozpad rodiny)
- lítost a sklíčenost
- pocit nedocnění
- potřeba prvenství, ale tam kde ho má (Míša) neuspokojuje
- truchlení po nesplněných snech, nepřijetí minulost

Výstupy/domluvy:

Renča dnes sdílí svůj pocit nespravedlnosti, neodcenení. Zvědomuje si, že má nenasycenou potřebu "být ta jediná" a v momentě, kdy není (např. když dostali na základě její žádosti přidáno všichni) se cítí být opět nedocněná. Dostáváme se opět k tématu nepřijetí rozpadu rodiny, které ji kalí radost z příjemné současnosti. Ta pak nepůsobí tak příjemně. Renča se cítí vyhořelá, bez radosti, vydaná. Ale ani přijímání ji teď nedělá radost. Sezení slouží k odžívání a orientaci ve svých pocitech a možných souvislostech.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	9.12.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • intenzivněji se věnuje čtení (13 nových knih) • kultura - představení Hana • další zánět močových cest (2x ATB) • setkání s Petrem u podpisů smluv - vzájemné popichování • výročí smrti Beníka • přehodnocování představy o Vánocích směrem k větší smířlivosti s představou Míši • R. se vymezila vůči komunikačním hrám mámy "neříkej Samovi" • udržovací dávka cipralexu • v práci teď příjemná atmosféra i výzdoba Témata: • vztah s mámou - ta preferuje svoje sobecké zájmy před zájmy Renči (nepřeje ji štěstí ve vztahu, protože by byla raději, aby se vrátila) • "nechtěná" - zážitek ve snu, ale i v životě (v RD Míši, doma) Rozpoložení a prožívání: • větší smířlivost a menší potřeba prosazovat svoji představu ("my" s Míšou) • smutek a lítost (Beník) • podrážděnost (Petr) • lítost (máma) • chybějící radost ze života Změny: • nechávám věci (i ty nepříjemné) tak, jak jsou a přijímám, že jsou, • nebudu dělat něco, co je hodně za mými hranicemi • proměna pocitu, jak se cítí u Míši - zplešuje se
Výstupy/domluvy:	sdílení a reflexe situací a zachycení drobných změn, ke kterým u Renči dochází je jedním ze stěžejních pilířů dnešního sezení. Renča reflektuje posuny v oblasti svého prožívání pocitu "my" v RD u Míši. Postupuje směrem k přijetí situace takové, jaká je (i když je jiná, než jak si R. celoživotně přála). Zastavuje se u momentů, které v ní vyvolávají živější emoční odezvu.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 20.1.2026

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: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 378 | číslo formuláře: 9732

Datum schůzky: 11.2.2026

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 70 minut

Zakázka: posilovat sebe-uvědomování

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:**

- móda - kalhoty x sukně (pocit, že R. žádný střih nesluší)
- po nemoci, doznívá, přechodila

Témata:

- "necítím se tam doma, nevím jestli někdy budu"
- "líp jsem fungovala, když jsem byla zodpovědná za sebe a za děti"
- "nemůžu rozhodovat"
- hyperprotektivita (u vlastních) u cizích vidí nezdravost
- narušený sebeobraz (nespokojenost se svým tělem)
- vztahové vyladování - M. větší potřebu sexu než R. (ale pak si to užije)

Rozpoložení a prožívání:

- R. v průběhu sezení pláče, ale je pro ni těžké zůstat u emoce a pojmenovat ji říká, že neví, odkud jde a s čím se pojí
- výčitky vůči klukům (vaším pro cizího)
- satisfakce, radost a dojetí, když rodiče ocení a řeknou "co bysme si bez Tebe počali" nebo "ještěže Tě máme"
- učení se otevřenosti
- stud (tělo, nahota, sex)
- výčitky vůči M. (více milovala P., který si to tak "nezasloužil")

My: napojení cítím velmi dobré, jsem velmi přímočará v poskytování ZV a pojmenovávání témat, která registruji

Výstupy/domluvy:

s Renčou dnes proběhlo jedno z našich silnějších sezení. Dotýkáme se témat jako je přehnaná péče jako kompenzace prvotního "*nejsem na světě vítaná*" (neplánovaná, nechtěná). Dále pocitů viny a žárlivosti, které souvisí s péčí o cizí ("na úkor") péče o vlastní. Mluvíme také o vztahu k sexu, o nedostatku vzrušení vůči M. a výrazně rovněž o tom, jak je pro R. nesnadná změna role v domácnosti z té, které "**mohla a musela rozhodovat**" do Zde měníme pohled R., ne do role té, která nemůže rozhodovat, ale do role té, která bude připravena hledat nové cesty. R. říká, že vždy odchází s pocitem, že jí alespoň někdo rozumí.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	17.3.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • před sezením přišla fotka miminka Edy (ségry další vnouček) • v práci s Kájou opět náročné období • častěji přichází úzkostné myšlenky (obavy ze ztrát blízkých) • Sam přijat do vojenského výcviku • aniž byla požádána, nabídla se, že koupí nový výfuk do tátova vozu (kterým jezdí Sam) • filmový večer se syny v Čankovicích (hezký, ale pocit, "už jsem jinde") • táta jí oslovil "Renatko" a třebaže to bylo v daném kontextu ironické, i tak to R. pohladilo (zdrobněle jí neoslovuje) • v práci se potkala se zákazníkem, který byl podobný (v mnoha ohledech) Petrovi - na něm jasně viděla, co dělá - jak se manipulativně chová k ženám, jak sleduje svůj vlastní zájem - pohled zpět (Petr) • táta vyjel s autem bez technické k benzínce a po cestě "kleklo", odtahovala ho R. s Michalem Témata: • PASIVNÍ PŘIHLÍŽEJÍCÍ VE SVÉM ŽIVOTĚ - vězněm své vlastní nespokojenosti, • PŘEBÍRÁNÍ ZODPOVĚDNOSTI ZA DRUHÉ - R. vždy pomáhala víc, než bylo žádoucí a dělala věci za syny • síla pozitivního myšlení a vlastní zkušenosti s ním (tehdy se dařilo vše) • význam aut pro tátu (seberealizace) Rozpoložení a prožívání: • úzkost a obavy o blízké • popudlivost a podrážděnost vůči tátovi, který si "nedá říci", chybí mu sebereflexe, dostává se do potíží • pasivita, odevzdanost, rezignace (práce, Petr)
Výstupy/domluvy:	Renča dnes ventiluje emočně nabitě události posledních týdnů. Pozastavujeme se u jejího PASIVNÍHO přístupu k některým událostem, které se jí v životě dějí a R. se vzdává aktivního zásahu a možnosti dění ovlivnit (a to i v situaci, kdy je pro to přímo vytvořen prostor - viz dřívější nabídka od vedoucí, že s kolegyní Kájou bude pracovat někdo jiný). Téma ZODPOVĚDNOSTI, kterou někdy Renča za ostatní přebírá a jindy se té vlastní nechápe je "její". Upozorňuje jí na něj i partner Míša. Aktuálně pak R. stále pracuje s tématem SEBEREGULACE a prožívání situací spojených s náročnou povahou táty.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	14.4.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	-
Výstupy/domluvy:	s Renčou dnes pracujeme s tématy "rodina" a ambivalence v souvislosti se stávajícím vztahem a jeho budoucností. Dostáváme se rovněž opět k tématu nevyjadřování vlastních potřeb a tužeb a nedostatku iniciativy (nikdy nezastávala proaktivní roli). Konfrontuji Renču s vlastní volbou (autopilot x vůlí poháněná změna).
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 378 | číslo formuláře: 10245

Datum schůzky: 12.5.2026

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 70 minut

Zakázka: posilovat sebe-uvědomování a vědomí vlastní s

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:** Renča dnes do budovy přijela o půl hodiny dříve (dává si rezervu kvůli dopravě)

Aktuality:

- při oslavě narozenin Míšovy mamky, pocit "co tady dělám s těmahle cizíma lidma?"
- podobný pocit někdy zažívá při běžných činnostech jako je úklid domu či vaření
- jindy pocit "jsem tam, kde mám být"
- s tátou proběhla dramatická cesta do Pelhřimova (servisovat jeho vůz) - zjištění, že jim málem spadlo kolo (táta zlehčoval a opět ze sebe "sklepával" svoji zodpovědnost)
- včera mluvila s Petrem (hypotéka a Sam)
- rodinná situace (Martin) se jí tolik nedotýká, pokud má pouze z doslechu
- táta stále slibuje přepsání vrchního patra, ale R. ví, že to nedopadne, táta "ústy rozdává" celý život

Témata:

- chybějící SPOKOJENOST a radost z čehokoli
- manipulace nejen v rodině a posuny v sebevymezení (R. se mnohdy daří vymezit, ale v pocitu zůstává pocit provinilosti) - táta celoživotně vyhrožuje, že umře (v 10ti letech Renči se šel věšet, když manželku podezíral z nevěry)
- "nevyhovuju představám"** - to je pro R. bolestivé, zažívala s tátou "nevyhovuju jeho představám o ideální dceři", zažívá nevysloveně od paní Beranové, když vidí, že v neděli vaří Míša, od Míši, když nemá chuť na sex
- PASIVITA a potíží se motivovat - ve vztahu s Petrem byla aktivnější v péči o fyzično, nyní těžké vykročit z kruhu, nebo vytrvat ve změně

Rozpoložení:

- anhedonie
- vyčerpanost, únava, "otrávenost"
- nespokojenost se sebou
- nechuť na sex
- chybějící tah na bránu a vytrvalost

Výstupy/domluvy: s Renčou dnes hovoříme o jejím bytí ve světě, se sebou i s druhými. Renče se jakoby na pozadí jejího života odehrává pocit "nevyhovuju představám druhých". Jí samotné pak chybí radost ze života a propojenost s kouzlem přítomného okamžiku. Manipulacím se jí daří čelit na věcné úrovni, na rovině prožitkové však prožívá pocity viny. V závěrečné části sezení mluvíme o jejím přístupu k sexu a pasivitě i v okamžicích, kdy vnímá partnera jako přitažlivého.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky: 23.6.2026
Forma služby: Ambulantní
Způsob kontaktu: Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta: NE
Počet jednání:
(v zájmu klienta)
Délka schůzky: 60 minut
Zakázka: posilovat sebe-uvědomování a vědomí vlastní s
Problematika:
Zápis ze schůzky: **Úvod:** R. přijíždí v předstihu, vyčkává na chodbě

- Aktuality:**
1. po několika poznámkách Káji, které se R. dotkly si s ní otevřeně promluvila a vyčistil se vzduch
 2. synové Ondra se Samem měli komunikační potíže a to R. Ondrovi hned poradila, ať to se Samem probere (směje se u toho, k otevřené komunikaci nabádá ostatní, pro ni samotnou je nesnadná)
 3. rodiče měli 60. výročí svatby a táta 84. narozeniny, sestra Hanka jim uspořádala oslavu
 4. taťka je velmi aktivní a na "svém území" rozjíždí nové projekty (pergola) a běhá jak čamrda, když jsou jinde, má potíže ujit i několik kroků
 5. Sam měl potíže se zuby, otok a kožní reakce

- Témata:**
1. sklon k idealizaci a lpění na původních představách (a trápení se, že život neběží podle nich)

- Rozpoložení a prožívání:**
1. úzkostnost a obavy (o rodiče, o Sama, že chodí plavat do lomu, ...)
 2. popuzenost - že Míšu Ondra nepomáhá doma
 3. pocit nevěrnosti, že se angažuje pro "jinou rodinu"
 4. smutek, žal, lítost, lpění na minulosti (Petr, rodina)
 5. potíže spoluprožívat radost se zamilovanou a spokojenou kamarádkou Ivou (má to, co jsem si přála já)
 6. pocit křivdy a nespravedlnosti (rodiče)

Výstupy/domluvy: na dnešním sezení se více dotýkáme Renčina sklonu k IDEALIZACÍM a lpění na původních "naivních" představách. Pro Renču je náročné přijímat život s tím, co přináší. Racionálně rozumí a vnímá potřebnost akceptace a nastavení "jít dál", vnitřně ale prožívá bolest a strádání z nenaplněných snů po kompletní rodině. Toto nastavení se aktuálně nejvíce promítá do neschopnosti radovat se z nového vztahu, bydlení, ... Renča "hořekuje", že se v rodině Míši necítí jako ve své. Stavíme nohama na zem, "a proč by měla?".

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová