



Číslo případu: 508

Název případu: TERAPEUTICKÁ SKUPINA C

Datum založení: 28.2.2024

Datum ukončení: 31.12.2024

Typ schůzky: Skupinová konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 508 | číslo formuláře: 5699

Datum schůzky:	6.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	3. Úzkost a sebezpochybňování.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Po úv. kolečku (Verča pro silné emoce se nezapojuje) podporujeme skupinu k vyjádření vzáj. interakcí (např. ocenění, ujasnění, ZV, žádost apod.), k pozornosti vůči vlastnímu prožívání a vyjadřování prožitků. Terka prezentuje své obtíže pojmenovávat pocity a vyjadřovat se o sobě, zmiňuje rodiče, kteří neposkytovali pozit ZV, ale zpochybňovali. Zmiňuje silný marker sebekritiky a sebezpochybování. Reaguje zejm. Jana (ujasňování, prohlubování emočního sebeuvědomění) a Tereza (ujištění, ocenění, uznání). Tereza nabízí techniku sebezpochybování jako cestu k dosycení nedostatku uznání od prim. vztah. osob. Z. vysvětluje vznik introjektu přísného rodiče, nabízí korektivní emoční zkušenost, náhradu novým přesvědčením (co ještě víc vám svět může dát?). Verča s jistým zpožděním popisuje přetlak navazující na opětovný nástup do práce a zbytnělou introspekci vztahů s kolegy a sebumonitorování svého chování v práci. Končíme hledáním toho, co pro sebe dnes večer můžeme udělat. S. Skupina intenzivně pracuje, tp zásahnení mnoho, částečně jsou edukativního rázu, částečně směřují k udržení rovnováhy pozornosti. Lída prakticky nepracuje. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	13.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	4. Přátelské vztahy.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	P.k. Po úvodním kolečku (omluvy pronáší Verča a Terka) dostává prostor Verča: svěřuje se s tím, že nerozumí tomu, jak se k ní chová spoluprac. a kamar. K odcizení vztahu došlo během dlouhodobé PN Ver., vyhasly spol. rituály, Ver. se v tom necítí dobře, má pocit, že jí kamar. něco dluží a mělo by se to dát do pořádku. Ví, jak má postupovat (např. nic nevyčítat), ale neumí si poradit se svou křivdou, zklamáním, pocity zrady... Skupina se aktivně zapojuje do sdílení s Ver., poukazuje na to, že v životě se věci mění, na to, že chyba nemusí být ani na jedné straně... Intenzívněji se zapojuje Terka a Tereza... S. Skupina se propracovává od tématu křivdy, zrady a zklamání k tématu důvěry, respektu a bezpečí. Nápadná proměna projevu Terezy proti min. skupině. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	28.2.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	2. Vztahy s rodiči.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Skupina prochází úvodním kolečkem, instruujeme o zákl. přístupu k procesům ve skupině. Slovo si bere Tereza, vypráví o matce (alkoh.), starost o sourozence, nenávisť k matce, její výčitky a vydírání, "měla bys být vděčnější", následné exploz. reakce Ter., "neulevilo se mi" ambivalence "mrzí mě to" x "nemůžu ji ani cítit"... děti (syn 16, dcera 14), m. není v roli bab.... zmiňuje vztah s "adpotiv." tátou. Skupina emapticky navazuje, rozvíjí téma. S. Tereza navzdory tomu, že je ve skupině čerstvě, se ujímá slova a představuje se. Prezентuje se silně negativními pocity vůči matce, nesnadno se vypořádává s ambivalentními tendencemi ohledně vedení vztahu s ní. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	21.2.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	1. Zahájení spolupráce skupiny.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Po přivítání nabízíme účastníkům práci ve dvou skupinách (symbolizace zvířetem, vytvoření příběhu). Ty následně práci představují. Věnujeme se prožitkovým aspektům spolupráce, pozornost udržujeme v procesu t/t. Doplnujeme stručným sebepředstavením a popisem zamýšleného cíle práce ve skupině. Více prostoru dostává Verča s ohledem na změnu jejího původního plánu a návrat do skupiny, skupina dostává možnost poskytnout jí ZV. S. Úvodní skupina se rozjíždí spíše pomaleji, do popředí vystupuje nejistota Verči a odtažitý až averzivní Terezy. Terka navzdory subj. silně nejistotě se projevuje zřetelně a do skupin. práce se rychle integruje. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	20.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	5. Senzitivity vůči projevům druhých.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úv. kolečko s otázkou ohl. příj. zážitku s druhými přináší mj. zprávu Jirky o starostech o zdraví, kt. blíže nespecifikuje. Jana registruje posun v tom, s jakou otevřeností vystupuje mezi druhými. Tereza přináší téma podrážděnosti projevy druhých v zam. nebo v dopr. prostředí, cítí se jak natlakovaný papiňák. Dříve patřila k těm, kdo v "slepičárně" se také zapojí, dnes jí vadí, že ty slepice o ní možná klevetí, vadí jí možnost všetečných otázek apod. Další účastníci přidávají své senzitivity, poté shromažďujeme katalog možností, jak si pomoci (říci si o pomoc, pojmenovat potíže, dýchání, odstup v myšlenkách, opuštění prostoru, soustředění na jinou činnost atd.). Lída se ptá na řešení nepříj. interakce s přiopilým posluchačem: Ver. jí doporučuje nácvik asertivního odmítnutí před zrcadlem. S. Práce skupiny se koncentruje na stresující projevy druhých a jejich zvládání. Přínosem je aktivnější přístup Lídy, zatěžující jsou poněkud tajuplné náznaky Jirky. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	3.4.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	7. Negativní automatické myšlenky.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod. kolečko přináší hodně nespokojenosti a tíživých emocí.; min. skupinu vnímají úč. jako emočně náročnou kvůli tématu samoty. Slova se následně ujímá Tereza, líčí NAM týkající se svého mateřství, když se vrací z práce a je unavená. Je normální mít takové myšlenky? Jak se jich zbavit? Věnujeme se pochopení jejich dynamiky, souvislosti s úzkostnými pocity a dále strategiím práce s nimi - mj. přesměrování pozornosti, nechat je být, neživit je analýzami, konfrontovat je s realitou, vést o nich rozhovor s druhými lidmi... Zaměřujeme se na nárok zcela je eliminovat anebo dosáhnout totální svobody. Porovnáváme svět vnitřní a vnější. Terka zůstává ve světě vnitřním, nabízíme např. prostř. fyz. aktivity vyjít z něj do světa vnějšího. S. Skupina dynamicky, s humorem a aktivně spolupracuje, přináší množství podnětů, Tereze se ulevuje, také Ver. referuje o pozit. změnách. Stranou zůstávají osobnější ténata Jardy, Lídy, Jany, Michala. Konfrontovat je s tím? Zvažujeme též techniky na posílení sebepojetí a zvládnutí samoty. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	27.3.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	6. Imaginace. Samota nebo kontakt s druhými?
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Skupina si na zyc. vyzkoušela imaginaci na téma stromu. Některým se jevila příliš krátká, jiným vyhovovala rychlejší forma. Zůstávají sedět na zemi, někteří na židlích. Verča přináší téma "říkají mi, že neumím být sama", na téma reaguje živě Terka, zažívá něco podobného. Explorujeme prožitky prázdnoty o samotě, pro obě je to spíše přežívání do doby než mohou být opět v interakci s někým druhým. Tereza přináší těžké pocity doprovázející naopak kontakt s druhými lidmi, potřebuje být sama, ale její práce ani její role v domácnosti jí to příliš neumožňuje. Přesto nachází čas, kdy může být sama, i když je to jen omezené (vana, čtení, procházka). S. Skupina zažívá neobvyklou formu setkání, kterou si chválí. Věnuje se tématu, které je vnímáno hodně rozporně - někteří potřebují více čas nebýt s druhými, pro jiné je to zase ten nejplnohodnotnější čas. Zdá se, že téma přináší pro většinu účastníků nové otázky, které jsou výzvou k další práci. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	10.4.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	8. Humor.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Po úv. kolečku nabízíme otázku, koho znají dostatečně, koho by rádi poznali více. Častěji se vyjadřují k Janě, Michalovi a Jardovi, že by je rádi poznali více, naopak více informací mají o Tereze, Veronice. Vychází najevo, že někteří členové se vcelku pravidelně potkávají v cukrárně před skupinou, někteří tam však nechodí vůbec. Vybízíme k tomu, aby vždy sdělili, co důležitého v cukrárně proběhne. Tereza s Janou referují o tom, co zažívají doma, jmenovitě Tereza s manželem, Jana s maminkou. Tereza rozsáhle a humorným způsobem líčí to, jak řeší s manželem jeho poznámky a připomínky. Ver. reaguje nespokojeně, má pocit, že je to jako v cukrárně. Přesouváme se k užití humoru při zpracovávání obtížných věcí (humor jako obranný mechanismus nebo sebetranscendence). S. Ošetřujeme paralelní procesy, skupina intenzivně interaguje, poskytují si vzáj. ZV, vyjasňují si, co je pro ně důležité, jak jeden druhého chápou, jsou konfrontováni s méně obvyklým prostředkem práce s obtížnými věcmi (humor). SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	17.4.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	9. MindFulness. Rozvod.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Skupina je na zač. zdrženlivá, proto nabízíme MF aktivitu (ukotvení, sluchové vjemy). Ver. se zamilovala, Lída začala pracovat v nové práci, Tereza si vykloubila prst. O slovo se hlásí Michal, vypráví příběhy z práce, postupně se dostává k osobnějším tématům, je vyzván Terezou, aby to objasnil. Rozvod je téma, ve kt. podnikl již nějaké kroky, ale nyní je i na žádost manželky odsunuto. M. přiznává strach, neví přesně z čeho, je konfrontován Terezou, Jirkou, Jardou, Terkou, Janou - shodují se rozvod neodkládat, umožní mu příp. navázat nový vztah, bude to lepší pro děti apod. Dostává ZV ohledně nejasnosti, konfrontujeme jej s jeho obr. mechanismy. M. se rozhoduje využít nabídku Terezy k adm. práv. pomoci. S. Skupina je konfrontována s náročným tématem, na kt. reaguje též Jana, Jarda - uvědomují si naléhavost řešení jejich nezdravých vztahů s matkami. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	25.4.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	10. Suicidium.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Již úv. kolečko je naplněné prožitky (Michal - odjezd dcery na Ukrajinu? Verča - mnoho zážitků; Lída - nová práce; Jirka - chce něco přinést, ale necítí se na to nyní) i deklarovanou potřebou dostat prostor (Jarda). Tereza reaguje na zmínku o sebevr. myšlenkách, vypráví svůj příběh, diví se tomu, jak ji to mohlo vůbec napadnout, bojí se, aby se to neopakovalo; má dojem, že znát příčinu a rozumět tomu ji ochrání před relapsem. Ostatní potvrzují, že i oni mají zkušenost s těmito myšlenkami; reagují na otázku Terezy, jak s tím pracovat, když je nyní v PN sama doma anabízejí burzu nápadů k zacílení pozornosti jiným směrem. Michal deklaruje, že svůj postoj k smrti má dořešený, ale neví si rady s rozvodem. Je to strach, který ho ochromuje? S. Téma skupiny je mimořádně náročné. Zdá se, že s rozhovoru Tereza těží, méně jasné jsou prožitky Terky, Verči, Jirky. Michal se vyhýbá životu, přestože dle svého přesvědčení nemá strach ze smrti a vidí v ní regulérní řešení příp. exist. nouze. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 508 | číslo formuláře: 6142

Datum schůzky: 15.5.2024
Forma služby: Ambulantní
Způsob kontaktu: Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta: NE
Počet jednání:
(v zájmu klienta)
Délka schůzky: 100 minut
Zakázka: 11.
Problematika:
Zápis ze schůzky: .
Výstupy/domluvy: .
Schůzku vedl/a: Zuzana Pokorná

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 508 | číslo formuláře: 6178

Datum schůzky:	22.5.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	12. Autonomie dospělých dětí.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Již v úvodním kolečku Jana naznačuje, že by chtěla přinést své téma: seznámení s přítelem ji staví do dilematu, jak se vyrovnat s tlakem na to, že se bude věnovat své matce. Rozeznívá se příběh jejího dřívějšího pokusu osamostatnit se a dokonce odstěhovat mimo Česko. Objevují se pocity viny, doprovázíme J. diferenciací vlastních očekávání od sebe a nároků matky. Příběh rezonuje s tématy dalších účastníků skupiny. S. Vztahy v rodině, zejm. vůči rodičům jsou neuzavřeným tématem více členů skupiny. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	29.5.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	13. Nevěra manžela.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Skupina v kompl. sestavě; Lída se po delší absenci zařazuje zdrženlivě až odtažitě. Tereza popisuje odhalení nevěry manžela; situaci narativně líčí a zmiňuje různé aspekty svého prožívání (pozice manželky, matky; ohled na prožívání dcery; v úvahu bere pozit. zážitky s manželem a jeho přínos pro rodičovskou péči o děti). Skupina má prostor reagovat ve smyslu "já na tvém místě bych prožíval...." Většina nahlíží situaci skoro výhradně z partnerské perspektivy a obtížněji integruje rodič. aspekty, tudíž podporují radikálnější a silovější řešení. Objevují se silné pocity viny (Veronika). S. Skupina je svědkem mimořádně zralého přístupu Terezy k náročné a nepřehledné partnerské situaci. Téma oživuje vztahové příběhy ostatních členů, přičemž není prostor je více propracovat. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	5.6.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	14. Záleží na mně?
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Skupinu zahajujeme krátkým kotvením s imaginací cílenou na uvědomění sebe. Po sdílení ujasňujeme průběh zbývajících skupin do prázdnin. Dále dostává prostor Terka, kt. zažila nepříjemnou zkušenost na rod. oslavě (matka: "vždyť to byla jen Terka..." - o pití alkoholu v době těhotenství).Co by si potřebovala s rodiči ujasnit? Tereza reaguje silnými hněvivými emocemi. Navazujeme nabídkou imag dialogu unf. business, kt. probíhá v modik. podobě a reakcí "ideálního rodiče". Probíhá sdílení ostatních, živě reaguje zejm. Jana a Jarda. Ver. si ujasňuje proces smíření/odpuštění (role hněvu, soucitu). S. Skupina má silnou dynamiku, příběh Terky rezonuje i u dalších členů skupiny. Skupinu bude ukončovat Lída, Jarda, Jirka, Michal. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	12.6.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	15. Rozvod.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úv. kolečko přináší velmi rozmanitá témata (PAN u Jardy, štěstí u Jany, zaseknutost u Ver., teror příležitostí u Jirky), do popředí vystupuje sdílení Mich. ohledně napětí, nervozity... Ujímá se slova, nesouvisle líčí útržky událostí z jednání s manželkou ohl. uspořádání po rozvodu, k němuž se oba chystají. Prezentuje velké množství nejistoty, protože manželka odmítá všechny jeho návrhy... je zklamaný a rozzlobený, že nemůže najít nějaké dokumenty... prožívá marnost ohledně toho, jak dopadly jeho snahy předejít tomu, co prožívá... obává se, že přijde o děti a majetek... zlobí se na matku... těší ho, že syn ho denně vítá a neumí si představit, že o to přijde... Jaké potřeby by měli členové skupiny na jeho místě? Mít nadějí, mít někoho vedle sebe, být ujištěn, že smysl má i to, co se zatím nejeví jako zdárný krok... Tereza a Jirka Michalovi připomínají, že mu nabízeli pomoc... on to zatím nevyužil... M. je vděčný za podporu, za možnost odložit břemeno... ale drží se toho, že chce aby věci byly nadále tak jako doposud... S. M. přináší své starosti spojené s rozvodem, prezentuje se velkou nejistotou, podporu však konzumuje nepříliš efektivně, odmítá riskovat, váhá nad tím něco nového se učit. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	19.6.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	100 minut
Zakázka:	16. Rekapitulace práce ve skupině I.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Skupina dosedá, podrobněji se věnujeme Jardovi, kt. pod vedením podrobněji popisuje obtíže při vyjednávání s m. a s t., nelze vyhovět oběma zároveň, J. však s nimi nevyjednává, nekonfrontuje je, aplikuje vyhýbavou či pasivně agresivní strategii. Jana referuje o své práci ve skupině: je nespokojená se sebou, učila se nasloucháním druhých, kvůli ohleduplnosti "ředila své názory", vzdávala se práce na sboř, nechala hromadit emoce... Jako úspěch považuje zahájení vztahu. Terka referuje o své práci ve skupině: mnohovrcholů a pádů, učila se nacházet slova, dovolila si sblížení, pochopení, je těžké, že "je v pořádku nebýt v pořádku". Získala novou inspiraci, podporu, má pro sebe naději. Michal uvažuje o tíze svobody, rozhodování, doprovázíme jej ke konkretizaci jeho úkolů i nesnází. S. Skupina mimořádně pozitivně laděná díky příspěvku Jany a Terky, získávají podporu a poskytují ji ostatním. Skupina je též poznamenána absencí dalších dvou - Ver. a Terezy, kt. dnes měly prezentovat své shrnutí. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra