



Číslo případu: 542

Název případu: Píštorová Markéta

Datum založení: 26.6.2024

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky:	26.6.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	seznámení a kontraktování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: • seznámení se službou • mapování předchozí a stávající spolupráce (MUDr. Rýznarová) • mapování historie "potíží" Témata: • křivdy a bolesti, které zůstávají nezpracovány (chladný vztah s mámou, která před pár lety zemřela a předtím ještě Markétu vydělila - ACH, "manžel se vydrápal po mých zádech", odvrácení syna, úraz vnuka s doživotními následky,...) • nespavost, resp. spaní s dopomocí medikace • absence životního parntera "<i>mucholapka na ženaté chlapy</i>" • významná vztahová osoba v minulosti - nevlastní otec (hospoda "U anděla") • finanční/existenciální úzkost "<i>kamarádky jsou zajištěné, je mi líto, že já ne</i>" Emoce: • paní Markéta sice v průběhu sezení emoce projevuje (slzy), ale já nevnímám, že by je prožívala, vnímám ji "odpojenou", vzdálenou, poněkud v distanci
Výstupy/domluvy:	• dnešní sezení je zaměřeno na vyladování a poznávání, Markéta se svěřuje se svými těžkostmi, přirozeně sdílí, v závěru projevuje překvapení při mých dotazech na zakázku, tu ale formuluje srozumitelně, přeje si "srovnat se s minulostí" i přítomností (finance) • z našeho napojení vyjadřuje spokojenost, až radost (považuje se za introverta a osoba, které se svěřuje pro ni významná)
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	10.7.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vyrovnat se se minulostí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Dojezd: minule zaskočena dotazem, co od naší spolupráce očekává Aktuality: • dnes od 2 hodin vzhůru • snachy partnera viděla s jinou ženou • při hlídání Davida ji David uhodil, když nedělala to, co chtěl (vymezení a velká lítost) • včera velmi milé flirtování s jedním známým Témata: • jak rozumět chování snya Davida vůči mě (jednou se se mnou baví normálně a příště mi nezvedá telefony a brání kontaktu) • uzurpátoři v mém životě - máma a pak manžel • jak jsem se vyrovnala s křivdou a nespravedlností - pila/manžel (ač byla aktivní a vše "vedla") • existenční otázky vedou k úvahám o sebevraždě Emoce a rozpoložení: • zmatek, pochybnosti, ambivalence (syn) • lítost (vnuk) • křivda • tíseň, úzkost, strach (představy existenční nouze) • polichocení, vzrušení (flirtování)
Výstupy/domluvy:	• paní Markéta se sem přichází zamýšlet jak nad starými boly, tak nad tématy, která vyvstávají z přítomnosti • ke konci sezení se dělí i o svých úvahách o tom, jak nelpí na životě za každou cenu, nebo dokonce, jak přemýšlí o různých postojích ke smrti/životu ("<i>pokud bych byla vážně nemocná, neléčila bych se</i>") • z toho, co paní Markéta sděluje, ve svém životě nemá lidi, kterým by plně důvěřovala, terapeutický prostor jí tak vytváří bezpečný prostor pro sdílení toho, co jinak cenzuruje
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	6.8.2024
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 minulostí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: - paní Markéta přichází v krásných nových šatech (klientka říká, že jsou "butikové" a pořídila si je, když kamarádku doprovázela do Turnova - paní Markéta sem dojíždí z Holic (zmiňuje se, že se teď o prázdninách úplně neorientovala v čase/datu a málem nedorazila) Aktuality: - nepříjemná písemná interakce s kamarádkou Věrou, na základě které s ní M. ukončila kontakt (vymazala si ji z komunikací, atp.) - paní Markéta má poslední dobou krev v moči, donesla si na rozbor, čeká na výsledky Témata: - pocit méněcennosti vedle kamarádky Věry (Markěty pocit nedostačivosti a Věry tendence se povyšovat nad druhé) - vrba pro druhé v kombinaci se sebevymezováním a poskytováním ZV - strachy a úzkosti, které mi předala máma - vztah ke svému zdraví a ke smrti - strádání v oblasti rodinných vztahů Emoce: paní Markéta působí jako za oponou, její projev i mimika působí "otupěle/rezignovaně/neživě" - dlouhodobé strádání - rezignace - závist (věšinou bez "ostnů")
Výstupy/domluvy:	- paní Markéta využívá prostor sezení k diskusi o "svých" niterných věcech, ty se většinou týkají NEDOSTATKU přátel, rodinných vazeb, lásky ze strany nejbližších, ale i nedostatku peněz a prostředků, to zde pojmenováváme - paní Markéta v závěru říká, že nezažívá strach o svůj život (ač je jinak značně úzkotná), krev v moči ji tak neděsí, na životě tolik nelpí (alespoň, jak sama říká, zatím je toho názoru) - naše práce zde spočívá v zachycování a pojmenovávání niterných témat, vynáší se tak na světlo, za to paní M. v závěru děkuje
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	18.9.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	65 minut
Zakázka:	posílit sebepřijetí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: paní Markéta přichází o hodinu a čtvrt dříve, jdu jí naproti, vzhledem k tomu, že se předešlý klient omluvil, mohu paní M. vzít o hodinu dřív Aktuality: • po dovolené 4 denní ve Slovinsku (zálezd, líbilo, něco již s kolenem nemohla) • našla si brigádu u Vietnamců, to v ní probouzí změť emocí • vnučce Terezce nažádila brigádu v Sázavě (z toho má ohromnou radost) Témata: • strach, jak by na mne pohlíželi moji přátelé z vyšších vrstev • pocity studu spojené s brigádou • peníze jako silná motivace, protože peníze = kvalita života Emoce a rozpoložení: • stud jako dominantní prožitek - za brigádu u Vietnamců, za to, že se ztratila na zájezdu (nejsilnější v dané situaci, pak Neurol, pak už pustila, to by kamarádce nepřiznala, stejně tak omluvu na konci zájezdu přidávala "ze slušnosti") • strach z dalšího posuzování/odsuzování • radost (M. září, když mluví o vnučce a o jejích plánech do budoucna, Švýcarsko)
Výstupy/domluvy:	• paní Markéta přichází posdílet události posledního měsíce, zmiňuje se o tom, že zde sděluje to, co jinde neříká (ze strachu, že by byla posuzována) • na životních změnách (brigáda) zastavujeme u dalších témat jako např. u předsudků M. vůči jiným etnikům (ač popisuje několik osobních pozitivních zkušeností), propátráváme také její zážitky "minority" z pracovních pobytů agenturního zaměstnance v zahraničí • stejně tak pracujeme s tématem studu, který se váže na chybovost • v závěru sezení mne M. objímá (srdečně a dlouze)
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	29.10.2024
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:	Úvod: Markéta mi během poledne píše zprávu, ve které potvrzuje, že dnes skutečně dorazí Aktuality: • není jisté, zda bude v obchodě u Vietnamců nadále vypomáhat (zatím se obchod nerozjel na tolik, aby byla potřeba výpomoci) • přístup zaměstnavatelů se nakonec nejeví jako tak solidní a přátelský (jak se zdálo na počátku) • M. podepsala smlouvu, nedostala kopii a neví, co podepsala • měla u sebe vnuka Davida a tomu se od ní nechtělo (má radost) • zdá se, že David dělá pokroky Témata: • blízké vztahy v mém životě a jejich limity (viz snacha Markéta - na bývalého M. pohlíží jako na svého spasitele) • opakovaná zkušenost ne-bezpečných vztahů či zjištěných (viz teta, které se léta svěřovala) • rytíři a andělé v životě M • houževnatost a jistá míra "otupělosti" - "<i>jen tak něco si neberu</i>" Emoce a rozpoložení: • radost a spokojenost z tady a teď (dnes cesta sem, chlebiček a káva před sezením) • "odosobněnost" a odstup • poci sebepotvrzení (David, ocenění mladistvého vzhledu)
Výstupy/domluvy:	• paní Markéta sezení využívá podpůrně, to říká na začátku i v závěru sezení, když zdůrazňuje, že tentokrát si již volno zařídí (dnešnímu sezení předcházela opakovaná výměna emailů - snaha vejít se do směny), říká, že odchází "lehčí" • paní M. sem přichází pro bezpečné sdílení se, kterého se jí v životě nedostává (má jeden bezpečný vztah, kterým si je plně jistá) • sdílení se v bezpečném prostoru je pro M. nejvýznamější, je hlavním důvodem docházení sem • i dnes mne v závěru při loučení M. objímá
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 542 | číslo formuláře: 7205

Datum schůzky: 19.11.2024

Forma služby:

Způsob kontaktu:

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	28.1.2025
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: • Markéta je ve stresu, hrozí dlouhodobý finanční závazek (bytové družstvo - splánecký 1,5 milionu za pozemek) • Markéta se zamilovala do souseda, vztah s ním si "zakazuje" • před plesem vnučky Témata: • omezování se x důstojné stárnutí • "vedoucí odboje" stará známá role • zakazování si vztahu s mladším mužem Rozpoložení a prožívání: • nespravedlnost • bezmoc • vztek • zamilovanost a strach ze ztráty • stud
Výstupy/domluvy:	• paní Markéta dnes přichází sdílet několik silných emočních pochodů, které se v ní odehrávají. Jedná se jednak o existenční obavy. V této věci paní Martkétě předávám kontakt na bezplatné právní poradenství. Následně pracujeme s tématem rodičího se partnerského vztahu. O něm si P. Markéta nebyla jistá, zda jej zde bude sdílet (stud). Popisuje, jak silně na ni působí fyzický dotek muže a jak v ní vyvolává obavu ze ztráty.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	26.2.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	navrátit stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: sezení s paní M. začínám o 2 minuty později (mám jednání s kolegyní), M. se omlouvám, ta projevuje porozumění Aktuality: • M. se nakontaktovala na právníka KC Chrudim • na maturitním plese vnučky nebyla - na přání syna/jeho 2.ženy • teď zrovna depresivní rozlada • M. má potíže s motorikou v pravé ruce (nemůže ji zcela zvednout), neobrátila se na Dr., ale na fyzio) Témata: • prožívání depresivních rozlad (jak to vypadá, co M. dělá - leží v posteli nebo sedí a opírá se o radiátor) • "nejsem na to sama" - stabilizační faktor • přitažlivost - nyní po 2. v životě takto "silná" • přetvářka/ neautenticita jako životní strategie vztahování se k druhým (viz špatné zkušenosti) Rozpoložení a prožívání: • deprese, sklíčenost • naděje ((dům) • zamilovanost
Výstupy/domluvy:	Sezení je výhradně podpůrné. Paní Markéta přichází v depresivní fázi, tu již zná, je zvyklá, že musí sama přejít. Mapujeme zdroje (kontakt se světem, momentálně s mužem). V závěru se dostáváme k tématu M. uzavřenosti, resp. neautentičnosti M. se nikomu neotevívá, nesvěřuje, zde je tak pro ni jediné bezpečné místo. Kromě podpory, posilujeme vědomí zdrojů a faktu, že těžká období mají svou mez.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	12.3.2025
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: • úzkost a obavy z toho, že Milan (kt. pomáhá se záležitostí týk. se pozemku u domu) bude za svoji pomoc chtít zaplatit • v neděli čeká domovní schůze, pak odhodlaná "pustit" • aktivity kolem domu, domluvila si odhadce, ale majitelka jiného bytu domluvila jiného, pak rušila domluvu se svým odhadcem a cítila se trapně Témata: • "vytvářím si stres" • neznám nezištnost ve vztazích (revanžuje se i PL - 10 let mu na vánoce vozila krocana) • přímočarost x opatrné našlapování • existenční úzkosti - od dob dluhů manžela v čase podnikání • mít cenu pro parntera (pro mámu) - to bych chtěla v příštím životě Rozpoložení a prožívání: • trapnost (domluvila si odhad bez schválení ostatních z domu) • úzkost • stres a napětí • odhodlání "pustit" a ohraničit svou angažovanost
Výstupy/domluvy:	paní M. přichází ve víru stresu. Její angažovanost ohledně domu na ni plně doléhá. Zdá se, že ještě intenzivněji M. prožívá soc. interakce, ke kterým dochází v průběhu jednání. Např. se ukazuje, že je zvyklá nést zodpovědnost a být tou, kdo rozhoduje (viz manžel, který způsobil v podnikání dluhy, ale jejich řešení nechával na M.), to se nyní projevuje v domlovách bez svolení ostatních. M. Stejně tak nezná nezištnost (takže se kamaráda opakovaně ptá, co chce za svou pomoc, jeho mlčení ji stresuje). Témata oslovujeme, M. vnímá kořeny v minulosti (máma, soužití s manželem). Pojmenovává klíčové téma svého žiovta "vědomí vlastní ceny" (které ovšem spojuje s partnerem a přáním, aby tuto cenu měla pro druhé).
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	2.4.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	udržet stabilitu a zpracovat zátěže
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • M. začala cvičit (zdravotní i estetické důvody) • hlídá si váhu, jí 5x za den menší porce (cíle přiměřené, vejít se do svého oblečení a zhubnout to, co nabrala přes zimu) • čerstvá informace - sousedka položila fci správce (dobrá zpráva) • včera byla rozrušena, když sousedka obcházela byty s tím, že už mají zašít platit původní vysokou sumu (proti které M. zahájila "boj" a vše je v jednání) • odhad na pozemek před domem vypadá velmi dobře • ukončila vídání se se sousedem (majitelem bytu) • výlety s kamarádkou Jutou (a nepříjemný pocit z odlišné životní úrovně a možností) Témata: • sebezpřijetí (postava se jí nelíbí celoživotně) • samota • sebehodnota, pověst, "než touha je důležitější spokojenost" • šetření x výletování • nastavení tlumení pozitivních prožitků - "moc se neradovat" Rozpoložení a prožívání: • naděje • pocit méněcennosti (finance, samota) • pocit frustrace a nenaplněného potenciálu a možností (ráda by cestovala, má ráda změny, je v kondici, ale nemá prostředky) • satisfakce a úleva (sousedka) • smutek a samota (muži)
Výstupy/domluvy:	dnes se s Markétou dotýáme jejích prožitků SAMOTY, ale také jejího entuziasmu, aktivity, potřeby uvádět věci do pohybu a udělat vše, co je v mých silách pro změnu (hybatelka změn, podává podněty, se kterými dál pracují např. i velké instituce či správní orgány, ráda poznává nová místa, ...). Paní M. zažívá i frustraci (nenaplnění potenciálu a potřeb) a pocit méněcennosti ve vztahu k napjatému ROZPOČTU a velmi omezeným fin. možnostem. Ke konci sezení pojmenováváme i "bezpečnostní" přístup k odevzdání se pozitivním emocím - paní M. je zdrženlivá. Díváme se na možné souvislosti a relativizujeme jejich aktuální platnost (př. oblast vztahů - zadaní muži).
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	30.4.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: M. mi přináší květinu do zahrádky, květiny se stávají otevíracím tématem dnešního sezení (M. mi doporučuje do pokojové květiny v pracovně samozavlažovací systém) Aktuality: • Velikonoční psychický propad • znovu přišla výzva k zaplacení prvních "podílů" 1700,- • před Penny omylem Źukla dveřmi do vedlejšího vozu - pán ji hrubě vyčinił • Grandaxin jí nezbral, požádala sousedku o jinou medikaci (ZS) • pár dní strávila "v ulitě", následně vyšla na balkón, kde pokračovala v natírání zábradlí • včera absolvovala ultrazvuk srdce - je OK • objevila možnost brigády v AFI (perníčky) - bude teprve jednat Témata: • soběstačnost a nezávislost - daná či vynucená? (M. vymění zámek, vyčistí odpad, ...) to v ní probouzí radost • blízké vztahy se zvířaty Rozpoložení a prožívání: • (finanční/sociální) nejistota • napětí a stres (Velikonice) • radost, energičnost, naděje
Výstupy/domluvy:	• sezení bylo orientováno zejména na podporu, sdílení a ventilování • Markéta sdílela průběh další krize (3 dny trvající propad) • pouze z lehka se dotýkáme samoty a osamělosti, která je "pod" (v případě finanční tísně se M. může obrátit max. na bývalou snachu a to jen s prosbou o dočasnou pomoc) • orientuje se také na přítomnost a blízkou budoucnost (možnost brigády) • ve vzpomínkách se vrací k blízkému vztahu se psem Astou (v období mladé dospělosti) - její nejbližší vztah se zvířetem
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 27.5.2025

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: **Úvod:** paní Markéta nám donesla rozsazené "nitě"

Aktuality:

- má po zácviku v perníčkách
- rohozená, když ji nesesděla kasa (chybělo 140,- pak vedoucí došlo, čím to)
- dnes ji čeká první samostatná směna, nese sebou velkou tašku
- čeká ji návštěva očního lékaře - brýle jako ochrana (štít)
- snaše Markétě zemřel otec, Markéta se účastnila pohřbu
- potkala se s Davidem a vyhledala jej
- viděla se s bývalým manželem
- vnučka odmaturovala

Témata:

- vztah syna vůči mně a můj sebezáchovný postoj k tomu
- přístup k minulosti
- práce se stresem
- úvahy o smrti, o rituálu (nechce, není pro koho)

Rozpoložení a prožívání:

- bolest a lítost z lhostejného přístupu syna vůči M.
- odpor a opovržení vůči bývalému
- naděje (brigáda)

Výstupy/domluvy: dnes Markéta přináší zejména otázku vztahu se synem Davidem. Potkala se s ním na pohřbu, reagoval lhostejně. Paní Markéta nahlíží na své OM, které považuje za sebezáchovné. Zpracování minulosti se nese dnešním sezením. Viz setkání s bývalým mužem, které v M. vyvolává odpor. Prakticky se pak paní Markéta koncentruje na přítomnost, dnes jde poprvé na celý den sama na brigádu. Vyladuje se, zpracovává stres.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	18.6.2025
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:	Úvod: paní Markéta se dnes belhá (je po opichu kyčle, stále není ideální) Aktuality: • zdravotní potíže - kyčel (od pátku), zná, měla již 2x • na brigádě relativně spokojená, vadí klimatizace (dutiny, uši) • brigáda představuje i psychickou zátěž - stres - nespavost • sousedka (potíže s alkoholem) psala M. vyčítavé SMS, M. se otevřeně vymezila • byla na malé 3denní dovolené v Telči • vnučka pro ni přijela pozdě (vlak stihla o chlup, bez lístku) Témata: • stresory - co působí jako stresující faktor, práce se stresem • na co se umím adaptovat dobře a rychle - na nespolehlivost druhých • schopnost sebevymezení a zajištění se podle svého • vytěšňování emocí (vynechávání zastavení se u prožitku) Rozpoložení a prožívání: • stres z nové práce • uspokojení, radost, sebepotvzení (dovolená)
Výstupy/domluvy:	s paní Markétou dnes sezení probíhá jako sdílení událostí posledních týdnů. Paní Markéta se zastavuje u událostí, které ji více ovlivňují (zdravotní potíže, stres projevující se nespavostí a tlaky na hrudi). Zachycujeme strategie, které M. používá k jejich "zpracování" či zamezení jejich expanze. Ukazuje se také, že existují stresory, které M. zvládá velmi dobře (nespolehlivost druhých či manipulace a vyvolávání pocitů viny - viz sousedka alkoholička). Následně poskytují ZV na M. odpojení od emocí (viz opoždění odvozu s kufrem na nádraží či nedostatečná starost o kočky). M. tento mechanismus nepopírá, ale nereflextuje, když se děje.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 542 | číslo formuláře: 8498

Datum schůzky:	8.7.2025
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:	Úvod: • přesně v čas sezení vidím zmeškané volání přes whatsapp - M. se nedaří dostat do budovy • Markéta přichází s novým účesem a pak dodává, že "dnes přichází jiná Pištorová" a podotýká, že nemluví o vlasech Aktuality: • v prodejně obuvi byla oslovena mužem a pozvána na rande, proběhlo jich pár, při posledním se choval muž neomaleně (vyšel nahý ze sprchy) M. se s ním již nemá v plánu dále vídat • plánuje adopci slona (vychází z podpory organizace, o které četla v knize) • plánuje další termály se svým dlouholetým milencem z Německa • návštěva u snachy • v noci spí jen s léky (přes den usne i bez nich) • starosti se zdravím - oko, noha, ruka (čeká vyšetření) • bolesti v nohách byly tak silné, že se jedno ráno pomohla a pokálela v posteli, řeší na Rbh a voltarenem Témata: • brigáda a její význam - úleva v oblasti financí, sociální interakce, kolegyální setkání, ... • současné radosti a opory (houževnatost, aktivnost, neohroženost) • mužsko-ženské interakce • obava z negativního hodnocení "jestli to tu můžu říct..." či "abyste si nemyslela" Rozpoložení a prožívání: • úleva • neohroženost • posilování resilience (vedoucí) • těšení se a radost
Výstupy/domluvy:	Markéta dnes přichází posdílet proměny svého života a prožívání. I přes poměrně značné zdravotní potíže (které tlumí léky na bolest) přichází (jak sama říká) "jiná Pištorová". Práce a plánovaná "adopce" slona je to, co paní Matkétě aktuálně dělá největší radost a je nejvýraznější vzpruhou v jejím životě. Poskytuji prostor pro sdílení, kotvíme významné momenty a zastavujeme se u specifik Markéty jako je např. maladěnost pro silné mužsko-ženské interakce. Oslovujeme i to, co se děje v našem vztahu ("abyste si nemyslela").
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 542 | číslo formuláře: 8684

Datum schůzky: 13.8.2025

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:

- minulý týden si David způsobil úraz v čase, kdy jej M. hlídala
- zjistila, že vnučka začala docházet na th (suicidální myšlenky)
- vedoucí v práci výrazně autoritativní, nesnese žádnou inovaci, kterou nepřinesla sama
- s Markétou mluvil majitel, vyjádřil, že je rád, že u nich pracuje, nabídl se, že bude náhradním komunikačním kanálem
- M vyjela za přáteli (párm) do Benešova, tam zažila "otřes" v podobě konfrontace s možnou realitou partnerského vztahu (muž se k ženě choval hezky, emapticky, s úctou a nápomocně)

Témata:

- "laskavost od partnera tohle mě v životě minulo"
- předsudky (vůči Ukrajincům)

Rozpoložení a prožívání:

- stres a strach z budoucnosti (aby vedoucí "nevyštípala", resp. aby M. nechala vidět a neredukovala jí počet směn)
- obavy o vnoučata
- lítost z toho, co v partnerství nezažila (nebo jen v záblesku)
- nevraživost? (Ukrajinci)

Výstupy/domluvy:

sezení s Markétou probíhá v uvolněné atmosféře, přestože se M. necítí v dobrém rozpoložení. Sdílí zde doznívající stresy. Zachycujeme ale také (v závěru sezení) řešení, která M. uplatňuje a která se jeví být jako účinná (např. v práci nemá ambice cokoli měnit, na své směny si nosí to, co ji pomáhá k výkonu práce, včetně lepítek, gumičky, krabiček na drobné, ..od odmítavého postoje vedoucí se v tomto distancuje). Pracujeme ale i s emocemi M., s jejich zvědomováním, pojmenováváním a v případě vztahové neuspokojivosti dochází i k jejich ventilaci (M. má slzy na krajíčku, je jí do pláče). V závěrečné části sezení pak pracujeme i s tématem předsudků. To se daří (z mého pohledu) uchopit jemně (nikoli konfrontačně). Děním se o svoji zkušenost z ročního pobytu v zahraničí a M. pak vzpomíná na svoje 2 měsíce strávené pracovně v Rakousku (taky jsme šly obě "za lepším"). Při loučení mne M. žádá o obejmutí. To je vřelé a dlouhé.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	18.9.2025
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: • změny parkování v celém městě • snižuje lék na spaní - ambice bez léku • bratranec opakovaně odmítl/zrušil M. návštěvu u něj (výmluvy) • v obchodě - výhrady - vedla by jinak, není v souladu (není zboží) • cca za měsíc by měla odjet na pobyt do Německa (s "mužem") • další hlídání Davida probíhalo bez potíží • autonehodě se vyhnula jen o chlup • proběhla návštěva u tetičky v Nejtku (na živo jiné, než po telefonu - více vnímala tetiččiny limity) Témata: • reflexe aktuálních zátěží • reflexe života běhu Rozpoložení a prožívání: • vztek, drásání a stud (brigáda) • dotčení a následné přijetí (bratranec) • těšení se a plánování (cestování s Jutou, společný čas s Němcem) • klid v sobě a lhostejnost vůči bývalému • pozastavení se nad životnímu paradoxy (kdo má peníze nemá možnost je využít, kdo by měl možnost je využít, je nemá) • vděk (nedošlo k autonehodě)
Výstupy/domluvy:	dnes Markéta přichází v čase lepší psychické kondice. Aktuálně se neodehrávají situace, které by ji vedly k destabilizaci, naopak, podniká mnoho aktivních kroků, které ji drží na vlně optimismu a které ji pomáhají ustát přicházející nepohody a stesy. Dnešní sezení je podpůrné, zaměřeno na sdílení, ventilování, sebe-uvědomování, propojování se zdroji a zvědomování posunů (viz - při kontaktu s bývalým ji už není zle).
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 15.10.2025

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: **Úvod:**

- dnes radostná
- den plný setkání (několik návštěv)

Aktuality:

- pokračuje se snižováním dávek medikace
- změny plánů - Slovinsko s Jutou zrušeno
- Markéta rychle vymyslela náhradní plán, Jutu k němu s nejistotou přizvala až později
- stále v řešení otázka parkování
- nepříjemný incident v práci (nebyla jeho přímým svědkem), i tak se dotklo
- je "saturovní" co se sociálního kontaktu týká (bývalá kolegyně, Juta, plány s milencem)

Témata:

- význam aktivního společenského života na psychickou pohodu i odolnost
- orientace na řešení (nikoli na problém) - co ji podporuje x brzdí

Rozpoložení a prožívání:

- flexibilita
- radostnost a veselost
- odolnost a síla překonávat překážky
- víra v sebe i život

Výstupy/domluvy: dnes jsem Markétu zastihla ve velmi optimistickém rozpoložení. To ukazuje její odolnost a schopnost překonávat překážky. Snažím se o kombinaci dovolit Markétě užít si stávající stav (a příliš jej neralicionalizovat), ale rovněž načerpat jeho esenci i pro situace, kdy bude v jiném rozpoložení.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	10.11.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	30 minut
Zakázka:	stabilizovat se
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: - s paní Markétou se setkáváme mimo domluvené sezení, které by mělo proběhnout až ve středu - paní Markéta se cítí velmi vyčerpaná, je po 12ti hodinové pracovní službě a další má před sebou, cítí, že se potřebuje vyspat Aktuality: - pobyt s Němcem neproběhl, má zdravotní potíže, které mu neumožnily vyjet tak daleko - stav vyčerpání po náročných po sobě jdoucích směnách M. zažila stav nemohoucnosti při pobytu v Polsku s Jutou, tento zážitek s ní hluboce otřásl, Jutě svůj stav zatajila Témata: stav nemohoucnosti a úlek z ní - "nevládly mě nohy" (Markéta si při túře šla odskočit a následně se z podřepu nemohla zvednout) - limity a meze Rozpoložení a prožívání: - pocit nemohoucnosti - úlek - stud - zklamání (ani tak ne - zrušený pobyt)
Výstupy/domluvy:	dnes se Markéta dotýká citlivého tématu STRACHU A ÚLEKU Z VLASTNÍ NEMOHOUCNOSTI. Na situaci při výletu v Polsku se ukázal tento stav i to, co jej na psychické rovině u Markéty doprovází. Markéta se zvědomuje výzvu, před kterou stojí.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 2.12.2025
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: Úvod: "nevede se mi"

- Aktuality:**
- pravé rameno začalo bolet více než obvykle (obstřik a ATB)
 - po ATB bolesti žaludku - přestala užívat
 - Luhačovice s Jutou byly zklamáním - kavárna, masáž, zásek na trati při zpáteční cestě
 - včera byl šéf velmi nepříjemný
 - při cestě z práce se na M. "lepil nákladák", našla jinou cestu (kratší, méně frekventovanou, lépe osvětlenou)
 - peníze z brigády jsou příjemným přívýdělkem, který M. dorovnává životní standart
 - nové brýle (bez dioptrií)

- Témata:**
- otevřená komunikace, vyjadřování pocitů, já výrok
 - říkám druhých o svých potřebách a přáních (nebo čekám, zda to budou mít stejně jako já a když ne, tak nic)

- Rozpoložení a prožívání:**
- stres, pocit ponížení a potupení, lítost (včerejší přístup šéfa)
 - zklamání (Juta)
 - klid (finanční polštář)
 - těšení se (další plány na výlety)

Výstupy/domluvy: dnešní konzultace s Markétou se nesla zejména v atmosféře sdílení, zpracovávání včerejší nepříjemné interakce se šéfem, zvědomování strategií, které Markéta užívá, aniž jí v životě slouží (neřící o svých potřebách a přáních). Zachycujeme ale zdrojová nastavení, Markéta je otevřená dělat věci jinak (např. vyjádřit své emoce a nepříjemný pocit šéfovi) a sama si umí nalézt "cestu ven" ze situací, ve kterých se necítí dobře (např. nalezení jiné cesty z Pardubic domů).

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky: 20.1.2026

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: **Dnes:** těžko, zle, úzkost, tíha na hrudi

Aktuálně:

- před Vánoci bouračka
- po svátcích - zjištění o konci "krámku"
- obavy o zdraví kamarádky
- uprostřed adventu s Jutou v Rakousku (hezké)
- dnes si koupila alespoň utěrky
- ozval se jí kamarád z pily Pepa, M. to bylo nepříjemné

Témata:

- existenční strach "*abych nezůstala bez peněz*"
- fáze "norník" - zalezlá doma, obědy si objednává (výhodně)
- čemu se chci vyhnout? (Pepa) - vyprávění o rodině (on úspěšné syny, M. zavržená tím svým)

Rozpoložení a prožívání:

- obavy, úzkost, tlak a strach
- strach ze ztráty finančních prostředků a ohrožení Q života
- deprese (a potřeba být sama)
- nucená aktivizace

Výstupy/domluvy: Markéta si dnes přišla zejména pro PODPORU, což i sama sděluje. Význam této podpory zdůrazňuje v závěru, při domlouvání dalšího termínu (konzultace zde mají před vším přednost) a za měsíc by bylo dlouho. Markéta dnes přichází posdílet tíhu z existenčního tlaku (mimořádné výdaje - auto a ztráta přivýdělku - brigáda). M. nahlíží, že v těchto situacích se v ní probouzí dřívější zkušenost (manželovy dluhy na pile). Závěr sezení je optimistický, dostáváme se k tématu mužsko-ženskému a M. vzpomíná na "pana ředitele".

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky: 4.2.2026

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:

- auto je již opravené, ale dnes jela M. busem
- pozemek pod bytovkou se bude platit, ale za nižší sumu
- v mezidobé Markétě nebylo dobře, v tom čase se vyhýbá kontaktu s přáteli
- kamarádka Eva vypráví o dětech, M. zraňuje, že se s ní syn nevidá
- procházka s vnučkou Terezkou
- u snachy viděla bývalého, ale on ji neviděl, vidět jej v M. nevyvolalo žádnou výraznější prožitkovou reakci (dříve to byl vztek)
- při sledování TV pořadu o stavbě domů, musela přepnout, když se rodina dostala do situace, že jí došly finanční prostředky (návrat vzpomínek a prožitků z čase zadlužení na pile)

Témata:

- překonávání překážek (jízda autem)
- finanční a existenční obavy - (strach z tenčící se rezervy, ztráta brigáda, výdaje - auto, pozemek, ..)
- kontakt se světem
- sebelítost a negativní sebehodnocení - pocit "*jsem na tom hůř, než většina*" (nyní, ale i historicky "*zavržená a nechtěná mámou*")

Rozpoložení:

- bylo nyní derpesivnější, tendence minimalizovat kontakt se světem
- výčitky (že se více nevidala s tátou - dávala přednost praktickým starostem - práce a stavba RD)
- obavy a strachy (finanční, ale i z nehody)
- samostatnost a aktivita jako vnitřní zdroje
- lítost a nespravedlnost (když vidí spokojené lidi)

Výstupy/domluvy:

Markéta sem přichází posdílet. Reflektuje "životaběh" a zastavujeme se spolu u některých témat. Dnes je to např. téma RODINNÝCH VZTAHŮ (minulost - nechtěnost mámou, výčitky, že dost nepečovala o blízkost s otčím, současnost - lítost ze zavržení synem). Téma EXISTENČNÍCH OBAV se objevuje i dnes (v čase od ztráty zaměstnání, M. trápí více). Pozornost ale věnujeme i Markétiným zdrojům, za něž lze považovat např. její soběstačnost a agilnost.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky: 2.3.2026

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: **Úvod:** paní Markéta přijela do Pardubic opět busem (nikoli autem)

Aktuální rozpoložení: "vyřízená s nervama"

Aktuality:

- množí se somatické potíže (bolesti na zadní straně stehna)
- kamarádka Eva - návrat onko onemocnění
- OL požádala o Grandaxin
- přemýšlí o objednání k Dr. Rýznarové
- známý z pily ji nepřestává kontaktovat
- s Markétou se vídá méně často (protože je "zadobře" s bývalým mužem M.)

Témata:

- **"Bludný kruh"** - cítí se psychicky zle, nedůvěřuje si, proto nevyhledává příležitosti (brigáda) ani přátele (tedy podněty, které by mohly na její psychiku působit blahodárně a pro ni aktivizačně)
- **strádání v oblasti blízkých vztahů** (narušený vztah se synem , v minulosti i s mámou)
- **"neumím si říkat o to, co potřebuju a pak jedním impulzivně a dotčeně"** - nejvíce v situacích, kdy se druhý povyšuje
- **"neumím se za sebe postavit"** - vyděděná mámou (podepsala to)

Rozpooložení a prožívání:

- sebelítost (nespravedlnost, křivda)
- pasivnější vyladění (oporit pro M. přirozenější aktivitě)
- stažení z kontaktu s lidmi
- "úsporný režim" - energetický i finanční

Výstupy/domluvy: spolu s Markétou zde reflektujeme její pasivně-depresivní rozpoložení. M. vzpomíná, že takový stav již zažila před 5ti lety, kdy dotčeně odcházela ze zásilkovny. S M. se zastavujeme jak u pasti bludného kruhu, tak u jejích způsobů komunikace (neověřuje si, nedoptává se na konkretizace, nesdíluje svůj pohled, dotčeně odchází). Kontakt se mnou je pro M. (jak říká) jediný, kde si dovoluje upřímnost.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	31.3.2026
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 a stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Dojezd: • po minulém sezení "návrat bolestí minulosti" - bylo zle • pár dní na to kontaktovala psychiatricku (Dr. Rýznarovou) - změna medikace Aktuality: • psychický propad se ještě prohloubil, M. si řekla o pomoc - psychiatricka • změna medikace (ciprallex) měla okamžitý účinek (předpoklad - placebo) • v pravidelném kontaktu se známou - kontrolní telefonáty • malování - vybíléný byt a aktivizace • vídání se s Evou - ambivalence - sdílení i bolest z toho, co nemám • obavy o Terezku Témata: • aktuální psychický stav a vlivy, které se na něm "podepisují" • aktivita a iniciativa x čekání, až to přijde (víra, že mi to táta pošle zeshora) Rozpoložení a prožívání: • stavy úzkosti a hrůzy vystřídal pocit "nejsem to já" • sbírání sil a postupná stabilizace a aktivizace • bolest a "závist" (při kontaktu s Evou, když mluví o svých vztazích se syny) • obavy o vnučku • pocity viny a strach z obvinění bývalým, že je za vším genetická zátěž ze strany M. Mezi námi: Markéta si dnes hlídá čas, přichází o minutu dřív a odchází cca 3 minuty před celou (M. je zde busem, ale má v plánu ještě projít město), neoslovila jsem přímo, čím to, že se zvedá rychle. Markéta je i dnes cítit. Odér neumím identifikovat.
Výstupy/domluvy:	Markéta dnes přichází v optimističtějším rozpoložení. Je to 2 týdny, co se její psychický stav zlepšil (od změny medikace), zlepšení přišlo ze dne na den. Markéta spontánně vypráví o tom, co zažívá, a v průběhu jejího vyprávění zvědomujeme činnosti a "faktory", které fungují jako salutogeny (aktivita, pohyb, zaměstnání, sociální kontakt, ..). Zatěžujících momentů se jen dotýkáme, záměrně se na ně nedoptávám (i s ohledem na Markétin psychický propad a negativní dojezd po minulé konzultaci, kdy se Markétě vybavily životní "ztráty" a strádání).
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	21.4.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	50 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování a stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: Markéta mne po příchodu informuje, že potřebuje dříve odejít, kvůli schůzce s vnučkou Aktuality: 1. Markéta "pustila" shánění brigád 2. propočítala si finance a vyšlo jí, že má na útratu na den 500,- (pro sebe i pro kočky) 3. zrušila objednávání obědů, začala si vařit 4. zdravotní potíže - chladné prsty u nohou 5. objev - v domečku pro ježky se skutečně jeden zabydlel Témata: 1. finanční a jiný "klid" - nezažívá jako klid, ale opatření udělala 2. aktivizace - vaření, kytičky, mini zahrádka, vnučka 3. "mediální hvězdou" - vzpomínky na natáčení Ládi Hrušky u ní doma (recept z kedlubny) 4. péče o vztahy v rodině (Markéta, Terezka) Rozpoložení a prožívání: 1. dnes o něm nehovoříme zcela explicitně, vnímám, že se Markéta dostala do relativní (ale velmi křehké) pohody, nechávám tedy řeč plynout a kotvím pozitivní změny 2. vědomí hranic a limitů = jakási jistota (rozpočítání sumy na den) 3. aktivita 4. obavy (vyjádřené - zdraví, finanční - strach ze stagnace rezerv)
Výstupy/domluvy:	paní Markéta dnes hned v úvodu avizuje své rozhodnutí, aktivně nehledat brigádu a vyčkat, zda k ní přijde, či ne (jak tomu bylo vždy v jejím životě). Konzultace má podobu sdílení událostí a běhu života. Zastavujeme se i dnes u podpor (vnějších i těch, které vycházejí z Markétina nastavení). Když se doptávám na to, zda jí opatření přinesla klid, odpovídá, že nikoli. Riziko finančního nedostatku (ať je pravděpodobné či ne) je pro Markétu stále prožíváno jako palčivá hrozba. Snaží se věnovat ve své mysli (i činnosti) jiným záležitostem. To odpoutává její pozornost.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	20.5.2026
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:	Aktuality: 1. namožené tělo z práce na zahradě 2. trávil teď čas s Davidem 3. doma stále panuje napětí mezi kočičkou Milouškou a kocourkem 4. úsporný režim, kdy M. utrácí pouze za jídlo pro sebe a kočky a za květiny trvá 5. při návštěvě pizzerie o Markétu projevil zájem provozovatel, to bylo pro M. velmi příjemné a lichotivé (i on je pro ni atraktivní) 6. Témata: 1. medikace - bez léku na spaní (Zolpidem 0,5) neusne vzrušení z oboustranného zájmu 1. milenecké vztahy v minulosti - viz Libor, se kterým se vídá léta a o kterém rovněž nikdo neví) tajnostkářství 1. nesdílení intimních příchod a podobných emočně silných momentů v okruhu svých blízkých (jen zde) 2. zřejmě vliv zklamání ze strany tetičky 3. větší míra kontroly (strážení si své pověsti "abych nepřišla do řečí") Rozpoložení a prožívání: 1. vzrušení, motýli v břiše, těšení se, zvědavost (pizzař) 2. obavy ("závislost" na Zolpidemu, který se má užívat pouze krátkodobě) 3. ostražitost a neklid (šetření) 4. ostražitost a kontrola (nedůvěra v okolí, obava ze sdílení)
Výstupy/domluvy:	1. zachycujeme a těšíme se společně z intenzity prožitků, které jsou u Markéty spojeny s projevy mužského zájmu o její osobu (nyní Chorvat v pizzerii) 2. pojmenováváme "tajnostkářství" Markéty - to, že necítí bezpečí a není si jistá důvěrností svěřeného v blízkých vztazích (viz zrada od tety) 3. zastavujeme se také u tíhy, kterou M. zažívá v souvislosti s tím, co v životě nemá (blízkost ve vztahu se synem, finanční nezávislost a svobodu, zdraví a pohodu) - to ji brání účastnit se např. třídních srazů
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	24.6.2026
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 stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: - Markéta dnes přijela autem - vyřizování lékařů (oční - zelený zákal) - s pizzařem již není v kontaktu, zůstal pocit dotčení - Martin (nevlastní "příbuzný") se k M. pozval na návštěvu (prý objíždí i další příbuzenstvo, M. je nervózní, v minulosti o ní projevil sexuální zájem - kočka má svrab v uších - s Janou byla v restauraci v Praze (Pohlraichovský styl) - nové šaty (550,-) Témata: výdaje a zážitky - šaty, restaurace (do konce měsíce nutná zvýšená skromnost) strach z návštěvy Martina - z nutnosti se vymezit? z role hostitelky? z dalších výdajů? Rozpoložení a prožívání: - úzkostné (obavy) - schopnost dopřát si a pak se uskromnit - stud, zahanbenost, ponížení, "uraženost" (pizzař)
Výstupy/domluvy:	- muži a Markéty přístup k nim - dnes obavy a strachy - práce s vlastní myslí - posun a praktické změny (přestrukturování týdne) a pozitivní vliv na psychiku (už se neobává víkendů)
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	4.8.2026
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 stabilitu
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: M. potkávám ještě v polední pauze, poznávám ji i když ji vidím zezadu (velmi krásné šaty) Aktuality: 1. návštěva Martina (doptávám se sama), M. se těšila, až se mnou posdílí, užila si "příjemný zážitek" 2. antivirový poskytovatel strhl vyšší částku - vyděsila se 3. zážitek strachu z vnuka Davida (agrese, když není po jeho - Markéta se bojí nejen o zdraví, ale i o život), raději vyhoví, i když je to nevyhovné 4. potíže s nohou řeší léky i cvičením 5. zvýšila dávku léku na TK, promítá se i na lepším spánku 6. vnučka Tereška zážitek, kdy k hořícímu balíku slámy přijelo 5 hasičských vozů, Markéta s ní spoluprožívá Témata: 1. schopnost chovat se spontánně (jsou-li pro to vhodné podmínky) 2. život v narušené důvěře k druhým ("mlčeti zlato") 3. snaha "neřešit, co by kdyby, protože stejně všechno dopadne jinak" 4. zážitky agrese a obavy o život (David) Rozpoložení a prožívání: 1. stud říci, že nejedzí na plovárnu z finančních důvodů 2. rozechvělost (Martin) 3. spontánnost (uměla nechat plynout, vlézt si ráno k němu, ..)
Výstupy/domluvy:	1. sdílení intimních zážitků, které M. nesdílí s nikým jiným 2. sdílení toho, co paní M. prožívá (existenční obavy) i toho, nad čím "mávně rukou" 3. sdílení zdravotních potíží a měnícího se přístupu k nim 4. prožívání s nejmladší generací (Terešky hořící traktor, kamarádka z Francie, ..)
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová