



Číslo případu: 548

Název případu: Gerndtová Barbora

Datum založení: 3.7.2024

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky:	3.7.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	50 minut
Zakázka:	mapování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: mapování Bára je 17 letá středoškolačka, drobného vzrůstu, velmi milá, slušná, nepříliš výrazná, ochotně spolupracuje, spíše tišší, velmi usměvavá. Přichází po předchozí spolupráci s psychologkou přes hedepy (5 online sezení), něco dotováno školou, poté bratrem, nyní už nemá prostředky. Rodiče o tom neví a B. si přeje, aby nevěděli, otec by s tím vůbec nesouhlasil, matka by se spíše vysmívala. Popisuje těžkosti zejm. v oblasti rodiny, měla problémy dříve s kamarády, prožila traumata. Na ZŠ měla nejlepší kamarádku Verču, na 1. stupni ZŠ šikana tř. uč., na 2. st. šikana od spolužáků (smáli se kvůli akné, ona se bránila a byla výbušná). Dochází na logopedii kvůli ráčkování. V obd. 12-14 let často různé online vztahy, prožila si manipulaci (nejprve nějaký kluk, poté transkluk se kterým se i vídala, vyhrožoval ale sebepoškozováním, vydíral jí psychicky). Ve 13r měla období (asi těžké deprese, pozn.) kdy necítila emoce, nebrečela, nestarala se o hygienu, stravu, nic), všiml si toho bratr a pomohl ji. Ve 14r se snažila přibrat, přejídala se a zvracela, poté strach ze zvracení, ale časem se to vytratilo. Už ok, zvládá s tím pracovat, asi přes rok je s jídlem zcela ok. Od 12r se sebepoškozovala, teď už 4m nic (dříve zvládla max 2m) - řezala se, úleva na krátkou dobu, jen pro chvilkovou bolest, stydí se za to, skoro nikdo o tom neví. Už to dělat nechce a nechce aby to nikdo věděl. Dříve na to myslela denně, teď mnohem méně, ale ta myšlenka tam občas je. Akt. studuje Agys, je velmi spokojená, má kamarády, má za sebou prvak, léto je horší, chybí jí režim. Vůbec nebývá doma, víkendy je u přítele, hodně vyhledává lidi, chodí s kamarády ven, nedokáže být sama, když je sama, má "hrozné myšlenky" (zejm. smrt blízkých, že se někomu něco stane). Dle předchozí psychologky je to vše v traumatech, cítí se osaměla. Má přítele, se kt. je rok a čtvrt, znají se ze sídliště, bral dříve také AD.
Výstupy/domluvy:	Pokraování ve spolupráci, Bára je ráda, že svoje obtíže řeší, odchází spokojená.
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Datum schůzky:	11.7.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vztahy
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: kamarádka Verča Bára přináší sama téma, kterému by se chtěla věnovat - jedná se o dříve nejlepší kamarádku Verču. S V. se znaly i celé rodiny, rozuměly si, od 3. tř., měla ji hodně ráda. Od 8. tř. se připojila Stela, na konci roku se V. bavila jen se S. a Báru odkopla, léto pak bylo velmi náročné, B. se cítila velmi sama, měla jen V. a najednou nikoho. Celou 9. tř. se nebavily, neseseděly spolu, odstrčila jí. Nevídají se, ale přitom jí V píše, že jí chybí, B se s ní ale už ani bavit nechce, chová se špatně (má o 9r st. přítele). B mrzí, že se vlastně nic nestalo, ale nerozumí tomu, proč ji odkopla, ublížila jí, ae nemá ji ráda. Vadí jí, že to nemají uzavřené. Matka se jí za její obtíže vysmála, řekla jí, že je "depresivní patnáctka". Otec se psych. stavu sice nevysmívá, ale neřeší to, velmi kritizuje a má vysoké nároky na známky (B vnímá nepoměr mezi ní a staršími bratry), hrozně to řeší a dělá prý velké scény.
Výstupy/domluvy:	Bára se snaží hovořit otevřeně, je patrná nervozita - bere si polštář na klín, neustále si upravuje vlasy. Mluví hlavně o druhých, dnes zejm. o Verče, na pozadí je zvl. nepřijetí a nepochopení doma. Edukace ohl. vývojového období, proměnlivosti vztahů, reflexe toho, že sama V patrně neví co chce. Ví, že rodina bude větší téma.
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Datum schůzky:	18.7.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	50 minut
Zakázka:	vztahy
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: učitel v DDM Navazuje na předchozí téma, s kamarádkou Verčou má jít příští týden ven, má radost, že to dopadne, má ji ráda, ale je naštvaná. Napadlo ji další téma - v 6.-9.tř hrála na kytaru, učitel na nauku byl "starý perverzní chlap", měl prý dvojsmyslné narážky, hodně až nevhodně se jí ptal, bála se ho, nevěděla co říct, byla paralyzovaná. - celé to skončilo asi před rokem. Akt. je jí "nechutně", utekla by, kdyby ho potkala, někdy se jí o něm zdá. Má strach, že ho někde u DDM potká, ze setkání má hrůzu. S dospělými muži se jí obecně těžko interaguje. Vadí jí fyz. konktakt s lidmi, snaží se držet hranice a vymezovat se (začalo jí to vadit kolem 15r). Má pouze fyz kontakt s přítelem, ten její hranice dokáže respektovat.
Výstupy/domluvy:	Bára sama reflektuje, o čem její témata jsou: sebehodnota, důvěra ve zvl. kompetence - aby se zmírnil strach a úzkost - poprvé to takto vyslovila. Ohledně učitele na nauky - je ráda že o tom dnes mluvila, ale nahlašovat to nechce, hovoříme o možných rizicích, je to tvrzení proti tvrzení, bylo by pak velmi nepříjemné se potkat. K ničemu závažnému naštěstí nedošlo.
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 548 | číslo formuláře: 6934

Datum schůzky:	15.8.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vztahy v rodině
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: rodina Dnes setkání po měsíci. Bára se snažila být co nejvíce s lidmi. Když je sama, moc to nezvládá, má špatné myšlenky - co to znamená neví, je prý paranoidní, nedůvěřuje lidem, vnímá hlavně to špatné. Ve snech se jí opakují pocity "jsem sama a nezapadám". Potřebuje mít kamaárdu, bojí se, že to bez nich nezvládne. Před 3t ji zemřela kamarádka (sebevražda), sama téma suicidality otevírat nepotřebuje, pojmenováváme, aby se toho nebála a zároveň si vybrala pro sebe vhodnou chvíli, pokud to bude potřeba. Chtěla dnes mluvit o rodině. Má dva st. bratry, s mamkou má prý celkem dobrý vztah, i když spoustu věcí nechápe a nejde jí je říct. V jejích 11r začal táta mamku hodně urážet, že je tlustá, táta nikdy B. nedovolil nic navíc (tábor, nikam jet), prý otec často vyvolával hádky s Bárou sám. Otec Báře jednou (2019) řekl, že je nejhorší dítě z rodiny a nikdy ji nechtěl. Bratry neustále protěžuje, B nikdy nevyšel v ničem vstříc. "S mamkou je to složitý, ale mám ji ráda".
Výstupy/domluvy:	Bára shrnuje fungování jejich rodiny, velmi komplikované to pro ni je s otcem. Jako největší problém vnímá to, že neví, co jí vlastně je. Zároveň má velký strach, aby se nechovala jako otec. Když se vše nahromadí, začne totiž druhé zahlcovat kritikou a výčitkami, že ji nemají rádi. Nedokáže to zastavit a ovládat se.
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Datum schůzky:	22.8.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	50 minut
Zakázka:	vztahy online; vztah k sobě
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: zklamání ze vztahů v online prostředí; okrajově vztah k sobě B navazuje na minulé téma s otcem - ví, že s tátou nic nezmění, už si prý zvykla. Přináší téma příjezdu kamarádky z Ostravy, se kterou se má setkat, znají se z online prostředí, ještě se neviděly. Vyvolalo jí to vzpomínka na "Dana", znali se pouze online, nebyl prý ale skutečný, pouze "alter ego" Nikči, se kterou se také přátelila, celé jí to znehucuje, připadá si hloupá. Vyčítá si, že v tom fungovala. S Nikčou se přátelila, s Danem si byli blízcí, ale on ji potom psychicky vydíral. Následkem toho prý podezírá každého ze všeho, myslí si, že nemůže důvěřovat nikomu. Má v sobě nenávist za všechno, co se dělo. Zároveň jí vadí, že je tak hrozně hubená, vadí jí to vizuálně (částečně genetika + dříve PPP).
Výstupy/domluvy:	Bára dnes mluví zejména o Danovi a Nikče, je to hodně složité a zamotané, někdy tomu sama příliš nerozumím a je až zmatené, co je vlastně téma, proč o tom B mluví. Poté se ale na konci okrajově dostává k tomu, že nemá ráda sama sebe (vzhled, postava, jaká je) a že sama sebe stejně nikdy nepřijme.
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 548 | číslo formuláře: 6936

Datum schůzky:	3.10.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	sebevědomí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: sebehodnota, sebevědomí Dnes B začíná sama tím, že by měla asi konečně mluvit o sobě, mluvila prý dosud hlavně o ostatních věcech. Nemá se ráda, kvůli maličkostem. Spolužák ji nedávno osočil kvůli jejímu chování (ona se jeho přitom dříve zastala), hrozně se jí to dotklo. Vždy byla odstrčená v kolektivu a vyčítá si to. "Každej mi chce ublížit, lidi mě nemaj rádi, vadim jima a nevím proč." Každý jí prý vyčítá všechno co dělá, doma i ve škole. Sama B vznáší otázku, jestli to, že jí ostatní nemají rádi, není tím, že nemá ráda ona sama sebe. Nemá se ráda vzhledově, chováním, štve druhé. Nevěří ani svému příteli, nejlepším kamarádkám, je přesvědčená, že ji podvedou, odkopnou a opustí. Sebekriticky hodnotí, že se nechová nejlíp, že nad vším moc přemýšlí, nechce se starat o druhé, kteří se nestarají o ni. Štve ji, že prý sebou nechá zacházet jak druzí chtějí. Nikde se necítí dobře. Ostatní ji říkají, že je sobecká a manipuluje, zejm. pláčem.
Výstupy/domluvy:	Zadáváme do příště úkol: napsat 20 pojmů ke každému - KDO JSEM - JAKÁ JSEM - JAK MĚ VIDÍ OSTATNÍ
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Datum schůzky:	26.9.2024
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vypovídat se
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: sportovní kurz; narozeniny; rodinné finance Vidíme se po měsíci. Poslední týden je prý nepříjemná a protivná, bez nálady, nic necítí. Jak kdyby do něčeho spadla, ale neví co se děje. Běžně tyto stavy zná večer, když je doma, teď se jí to děje celý týden. Tyhle stavy zná, ale nikdy jim nerozumí. V září byla týden na sportovním kurzu, bavila se tam s každým, připadala si prý populární, hrozně si to užila. Zítra má narozenky, netěší se na to, děsí ji, kdo nevzpomene a kdo ne, stresuje ji to a neví proč. Otevírá téma rodinných financí- šťve ji, že táta mámě prý na nic nepřispívá, nepomáhá a nedává nikomu peníze.
Výstupy/domluvy:	Bára shrnuje, co přinesl měsíc a jak se cítí. Je to trochu změř často i protikladů, sama je z toho zmatená. Ztrácí se v tom to důležité, témata se překrývají a splývají. Ohledně rodinných financí, kterým B věnuje značnou část terapie a je hodně rozrušená naštvaná - je otázkou, jak reálný má do situace vhléd (vzhledem k věku a role v rodině). Evidentní je, že se potřebovala zejm. vypovídat. Chce si do budoucna najít brigádu a šetřit si své peníze - ale cítí se pod tlakem a stresuje ji to. Terapie jí prý moc pomáhá, zejm témata vyslovit, pociťuje vždy úlevu.
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 548 | číslo formuláře: 7479

Datum schůzky:	17.10.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	a
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	a
Výstupy/domluvy:	a
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 548 | číslo formuláře: 7480

Datum schůzky:	31.10.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	50 minut
Zakázka:	a
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	a
Výstupy/domluvy:	a
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 548 | číslo formuláře: 7481

Datum schůzky:	28.11.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	50 minut
Zakázka:	a
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	a
Výstupy/domluvy:	a
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 548 | číslo formuláře: 7482

Datum schůzky:	11.12.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	a
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	a
Výstupy/domluvy:	a
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 548 | číslo formuláře: 7483

Datum schůzky:	2.1.2025
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	50 minut
Zakázka:	a
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	a
Výstupy/domluvy:	a
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 548 | číslo formuláře: 7484

Datum schůzky:	19.12.2024
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	a
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	a
Výstupy/domluvy:	a
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 548 | číslo formuláře: 7485

Datum schůzky:	9.1.2025
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	50 minut
Zakázka:	a
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	a
Výstupy/domluvy:	a
Schůzku vedl/a:	Terezie Špeldová

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: ADHD

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Hlavní témata:**

- Organizace času, roztěkanost a zvládání spontánních situací.
- Konflikt s matkou partnera a obavy z obnovení kontaktu.
- Nastavování osobních hranic a práce s konfrontací.
- Hledání vyvážené partnerské a rodinné dynamiky.

Průběh sezení:

Klientka přichází s popisem zvýšené roztěkanosti, zapomínání a pocitu chaosu v organizaci času. Reflektuje, že navzdory původně volnějším plánům má prázdniny zaplněné spontánními aktivitami. Tyto situace současně vyhledává i prožívá jako zatěžující – obtížně opouští bezpečné prostředí, po odjezdu však bývá spokojena. Nejedná se o vyhybavé chování, spíše o porozumění vlastnímu způsobu fungování.

Hlavním tématem sezení byl dlouhodobý konflikt s matkou partnera. Klientka popisuje, že po konfliktu před rokem spolu nejsou v kontaktu, což jí aktuálně vyhovuje. Současně však vnímá tlak partnera na obnovení komunikace. K osobnímu kontaktu s matkou partnera cítí výrazný odpor a strach, kontakt si v současnosti nedokáže představit.

V terapii byla reflektována klientčina obtíž s konfrontací. Popisuje, že běžně konflikty spíše potlačuje z empatie vůči druhým, případně reaguje až impulzivně, kdy může druhého výrazně zraňovat. Obává se, že případné odpuštění by vedlo k opětovnému překračování jejích hranic a návratu do nevyhovující dynamiky vztahu.

Terapeutická práce byla zaměřena na rozpoznávání a formulaci osobních hranic, jejich odlišení od usmiřování za každou cenu a na hledání vyváženého řešení.

Mediace byla představena jako prostor pro nastavování hranic a vzájemných očekávání, nikoli jako prostředek k jednostrannému ustoupení.

Jako domácí úkol bylo klientce doporučeno písemně zpracovat vlastní pohled na situaci – vymezit, co je pro ni ve vztahu s matkou partnera nepřijatelné, jaké hranice potřebuje sama nastavit a jaké očekává od partnera ve vztahu k jeho matce.

Výstupy/domluvy: **Závěr:**

Terapeutická práce byla zaměřena na posilování schopnosti nastavovat zdravé hranice a rozlišovat mezi odpuštěním a opakovaným vystavováním se zraňujícím situacím. Do příštího sezení klientka zpracuje písemnou reflexi svých potřeb, hranic a očekávání ve vztahu k partnerovi i jeho matce.:::

Schůzku vedl/a: Terezie Špeldová