



**Číslo případu: 613**

**Název případu: Kubelka Vojtěch**

---

**Datum založení:** 5.3.2025

**Datum ukončení:**

**Typ schůzky:** Individuální konzultace

**Typ případu:** psychologické poradenství

**Poznámky:**

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 5.3.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zakázka:                            | 1. Zahájení spolupráce.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>O. V. (23) přichází sám, vyšší robustní postava, hladká tvář, mírná nadváha. Hypomim., pomalejší PMT, tichý hlas, nedbalá artikulace.</p> <p>Dopor.: V péči MUDr. Vondráčkové (PKN), hospit. v PN Kroměříž (2023), 4 měs. skupin. tp (PKN, léto 2024), doporučeno být v soustavné pstp péči.</p> <p>FA: mirtazapin (45 mg?), venlafaxin, pregabalin (150 mg)</p> <p>NO: Jsem těžce unavený, někdy je to dobrý, někdy to spadne dolů, výčitky ohl. pohřbu kamaráda a infarktu matky. Sebepoškozování, nedokonaný suic. pokus, proto následovala hospitalizace. Strachy a úzkosti.</p> <p>Zak.: Stojí o tipy, jak boovat se strachy a úzkostmi, "jak pracovat s hlavou".</p> <p>Anam. Žije s babičkou (m. o.) v Cholticích (přijdu si jako dítě, nežil jsem nikdy sám jako dospělý). Pracuje v Přelouči (sklárna, menší kolektiv, práce mě baví). Otec bydlí nedaleko, vztah odtažitý (čl. se stejným příjmením), s matkou a nevl. otcem má dobrý vztah, starší bratr (27) a mladší sestra (17). Od dětství úzkostlivý, v péči terapeutů. Před 4 roky těžká autonehoda (jako spolujezdec), "z toho matka dostala IM = ublížil jsem svojí mámě". V 10 letech stěhována z Pardubic na Dobrušku. Před rokem smrt kamaráda, vyčítá si, že nebyl na jeho pohřbu.</p> <p>P.k. Seznámení, sjednán kontrakt, vyjasňujeme zakázku. Doposud pomáhají dechová cvičení, aktivity, soustředění na t/t.</p> <p>S. V. se prezentuje jako anx. osobnost, aktuálně na své strachy silně soustředěn. Pocity viny, selhání, méněcennosti. Náročné situace v citlivých vývojových obdobích (ztráta kamaráda, autonehoda a následný IM matky, absence otce).</p> <p>D.s. Sjednána ko 1/3.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 25.3.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Zakázka:                            | 2. Zvládnutí úzkostné vlny.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>O. Přichází s 15 min. zpožd., kt. avizuje sms. Projev nejistý, loajální. Vnější "nehybnost" v.s. projevem silné sebekontroly, ztažení, ke konci konz. u tématu otcových reakcí na něj tremor, silně kontrolovaný neklid. Během imaginace ustupuje.</p> <p>P.k. Jde to... drží se to (=relat. pohoda).... bez výkyvů... Co je dobré? Slyším pochvaly v práci (dříve nebyly)... doma dělám na zahradě (uvolnění... to mám rád... vypnu hlavu... je něco za mnou vidět...). Vychází najevo, že V. dnes ještě nejedl, jí jednou denně, večer... jídlo mu neděá dobře na práci... je mu těžko, na zvracení... o víkendu 2-3x denně stravování... Spánek bez obtíží, latence uměřená (do 20 min.)... v noci občas buzení, dospí do rána. Nepříj. zážitky? Tátova přítelkyně pořádá oslavu... pozvala mě... odmítl jsem... po několika dnech, kdy jsem se neozval.... vymluvil jsem se... Reálný důvod je, že bych se tam cítil cizí... s tou rodinou nemám nic společného... Napřímo to otci sdělit? To by vyčítal, že jsem nevděčnej nebo na mě řval... Zde dochází k zneklidnění, rozvoji anx. vlny. Nabízím ukotvení a imaginaci bezpečného místa: les, sníh, potok, tři srny, chladný vzduch... Dochází ke zklidnění. Stručně vysvětluji tento nástroj.</p> <p>S. Obtíže ve stravování (stresové projevy na GIT?), ortosomnie. V souvislosti s tématem otcových reakcí se rychle rozvíjí silná úzkost se somat. projevy. Daří se ji zvládnout za pomoci imaginace bezpečného místa. Projevy traumatizace?</p> <p>D.s. Sjednána ko1/2.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 8.4.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Zakázka:                            | 3. Nezatěžovat blízké svou frustrací.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>O. V. přijíždí opět se zpožděním, cca 15 min.</p> <p>P.k. DObrá zpráva: povýšení; špatná zpráva: někteří lidé si to nedobře vykládají. V. se ve spolupráci s vedoucím pokusil těmto čtyřem osobám vyložit. V.ovi vadí, že si vybije napětí a úzkost na těch lidech, na nichž mu záoleží. Hypotézou je , že se to děje proto, že je mu s nimi bezpečně. Chová se odměřeně, je protivný, m. se stále na něco ptá... to pak bouchnu... řeknu něco hnusného... nejvíc na bráchu... připomíná mi to tátu... a to rozhodně nechci!! Sjednáno, že se V. pokusí být vůči sobě shovívavější... možná už cestou k m., rozhodně poté, co něco takového proběhne... Příště v této práci budeme pokračovat.</p> <p>S. Konz. se přesouvá k práci se zátěží. V. lépe toleruje expozici nepříj. představám.</p> <p>D.s. Sjednána ko 1/2, nabídku 1/1 odmítá.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 13.5.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zakázka:                            | 4. Hodnocení druhými.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>O. Zdánlivý klid, ve skutečnosti somat. tenze, pracuje soustředěně.<br/>P.k. Nic mimoř. se podle V. neodehrálo, pokouší se uvolnit tenzi či přetlak cestou na víkend k matce a sourozencům, částečně to pomáhá (zastaví, přemýšlí, vytvoří předěl). Co ten přetlak asi vytváří? Nevím... dobrá otázka... Bližší analýzou se dostáváme k tomu, že "každý má smysl života, ale já bloudím v nekonečném kruhu... co chci dokázat? co vybudovat?..." Čast ho napadá, jaké by to bylo, kdyby tady nebyl... nikoliv v suic. smyslu, ale zda by bylo poznat, že tu chybí... Táta je dobrý v práci... Brácha umí žít soc. život... Mamka má rodinný život... Nevl. otec se stará o druhý... a já? "Oni si asi myslí, že jsem cílevědomý... ale já jen vytvářím iluzi.." Co si asi já o vás myslím? "Třidvacetiletý dítě... nemá vlastně problémy... zabírá místo..." Nabízím, že toto je to, jak pojmá V. sám sebe; nabízím svůj pohled: třidvacetiletý mladý muž na prahu života... musí se vyrovnat s náročnými živ. zkušenostmi... usiluje o to..." Který z obrazů odpovídá realitě? Ponecháno na příště.</p> <p>S. Práce se přesouvá k tématu sebeobrazu a pohledu druhých na sebe, projevuje se silně kritické a nejisté self.</p> <p>D.s. Sjednána nejbl. možná ko 1/3.<br/>SJ</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 24.6.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zakázka:                            | 6. Imaginace bezp. místa.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>O. Upravený, cítit kouřem, sporý oční kontakt, prodlevy v reakcích.<br/>P.k. Dnešek dobrý... zvládl toho hodně v práci; introspekce. El. - podařilo se jít dvakrát na zmrzlinu, plánují kino. El. mu to neulehčuje, ale V. stojí za to do vztahu investovat. Má on někoho takového, kdo se o něj zajímá? Snad brácha... ani V. to bráchovi neulehčuje... Snadnější je pro něj být v dom. prostředí... nepříjemně se cítí na veřejnosti a v kontaktu s novými lidmi, musí si na ně delší dobu zvykat. Čelí představám o ohrožení a odmítnutí. Zdroje a zdrojové aktivity: hudba, delší jízda autem... Uvádím a do kontextu zvládání náročných věcí zasazují jako další zdroj imaginace. Edukuji ohledně imaginace bezp. místa, poté provádíme nácvik. V. ho nachází na ostrově v moři, kde je sám, písčné břehy, molo, svěží vítr, zapadající slunce, skákající ryby... Doporučuji se k této imag. někdy v klidu vrátit; avizují další práci podobného typu.</p> <p>S. Konz. rekapituluje mezidobí, podporuje vztahové aktivity. Věnujeme se stabilizační aktivitě v rámci pitt.</p> <p>D.s. Sjednána konz. 1/2.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 8.7.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Zakázka:                            | 7. Soc. síť.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>O. PMT výrazně pomalé, spolu s nevýrazným projevem, slabým hlasem velmi vyčerpávající.</p> <p>P.k. Kamarád pořádal rozlučku se svobodou, tam se potkal se svým vrtsveníky, obával se jejich výčitek a pokrytectví (budou se mnou jednat, ale nebudou se mnou ok). podporuji V. ke konfrontování předst ve svém vnitřním světě fakty. Odlišuji pochybující self od racionálního self. Dostáváme se k otázce, zda V. chce vůbec mít kamarády, je to lepší s nimi nebo bez nich? Opět odlišujeme V. samotáře a V. společenského. Mít kamarády může být lepší pro případ těžkých věcí (např. ztráta kamaráda). Je v něm přesvědčení "musíš to zvládnout sám". Vracíme se k zážitku v triádě - pocit hrdosti jejich vůči mně, můj vůči nim, "někam se snažíme to dotáhnout". Sjednáváme dohodu, že V. sdělí, když ho i t/t napadne, "co si o mně asi myslí", vysvětluji přímou komunikaci jako cestu k ujištění a odložení nejistot.</p> <p>S. V rámci traumatu se věnujeme jednomu z důl. zdrojů - soc. síti, kt. se do urč. míry V. doposud vyhýbal a čelil díky tomu pocitu viny.</p> <p>D.s. Sjednána nejbl. ko 1/2.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 4.6.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zakázka:                            | 5. Sestra.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D. V. pozoruje výkyvy nálad, snad obden. Pomáhá poslech hudby. Sjednáno experimentování s hudbou (nevyhovět tendenci pustit si "smutnou písničku"): jak to ovlivní náladu? Pozoruje, že se umí vymezit, není pořád ten "hodný". dělá mu starost polovl. sestra Eliška (13). Matka se o ni asi bojí, možná se cítí i bezmocná. Větší starost V. dělá El. než m. Věnujeme se možností podpory El., zejm. rozvíjení vztahu s ní. Dle V. ji rodiče rozmazlují.</p> <p>A. Větší pozornost V. nyní zaujímá starost o El., zdá se, že to má příznivý efekt na vlastní prožívání, kt. se mírně zlepšuje. Do pozadí ustupují jiná témata: vztah s o., tíživé zážitky (autonehoda, smrt kamaráda, stěhování, sebeobviňování z IM u m.).</p> <p>P. Monitoring vztahu se s. Vrátit se k práci typu pitt (imag. bezp. místa)?</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 19.8.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zakázka:                            | 8. Kogn. rekonstrukce.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D. V. se omlouvá za min. zrušení konz. Referuje o proměnlivém prospěchu, nahoru/dolů, dolů = symptomy úzkosti (např. včera tíživé sebedehonest. myšlenky, ukrýt se v dílně.... ráno dobré). Nabízím imag. dialog via eft (sebekrit.). V. odsouhlasí postup, ale na druhém křesle se brzy dostavuje třes až k paralýze. To se nemění ani na prvním křesle. Zvládáme obtíže s pomocí direktivněji vedeného P.D. po delší dobu. Stručně vysvětluji, novou nabídku k dialogu už není realizovatelná. Nabízím namísto toho K.R. (konfrontovat tíživé myšlenky o sobě jako "nic nedokážeš! neposouváš se! seš pořád na jednom místě! chtělš bydlet sám.. to se ti nepovedlo!" fakty). Sjednáno, že V. zkusí sepsat seznam úspěchů, dovedností.</p> <p>A. Obtíže úzk. typu se jeví jako vážné a silně omezující, nevzdory tomu, že základní běžné role V. zvládá. Na náročnější práci typu eft je příliš brzy, provokuje silné nabuzení. Přesouvíme se k práci typu kbt/pitt.</p> <p>P. Pokračování v pomalém budování sebedůvěry a sebeuznání.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 2.9.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zakázka:                            | 9. Sebehodnota.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D. V. konstatuje, že po min. sezení to bylo těžké... pocity selhání... není s to se vzepřít svému kritikovi... Není si jist, zda má takový vliv v jeho životě, ale nevylučuje to. Krátce edukuji o dynamice sebekrit. self a podporuji dále si všímat situací, v nichž se ozve. Sjednáno, že pokud jej zde zaregistrujeme, upozorníme se na to. Dom.pr. - V. přináší seznam cca osmi položek, kt. následně doplňujeme o dalších asi pět. V průběhu se zastavujeme u jedné ze situací, kdy se projevuje kritik. (nejsem rád, když mi někdo pomůže... jsi slaboch... potřebuješ pomáhat...) Posl. položka se týká projevu hněvu vůči mistrovi a řediteli. Podrobněji se věnujeme oprávněnosti vznést stížnost a projevít negat. emoci. Oceňuji, poukazují na to, že podobnou dovednost bude třeba pěstovat ve vztahu ke krit. self.</p> <p>A. Konz. s mírnějšími em. projevy, V. se jeví angažovaný, spolupracující, některé věci vnímá jako objektivní. Práci via eft odkládáme, resp. se k ní vracíme v méně zatěžující podobě. Hypotéza traumatizace - masivní obrany, obtížný přístup k emocím?</p> <p>P. Pozvolný návrat k imag. dialogu? Využívat nástrojů pitt stabilizace.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 17.9.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zakázka:                            | 10. Sebeprosazení.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zápis ze schůzky:                   | D. V. si všiml, že něco dělá dobře, ale záhy se ozval kritický hlas... Dopňujeme o další pozit. zkušenosti. Chce si říci o zvýšení mzdy. Situaci modelujeme, v imag. zpracování si V. nacvičuje vhodnou formulaci, ujasňujeme vhodnou vyjednávací strategii.<br>A. Konz. spíše účelově orientovaná. V. pomalu rozšiřuje obzor svého sebevědomí.<br>P. Věnovat se P.D., mindfulness technikám, práci s imaginací.<br>SJ |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 30.9.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zakázka:                            | 11. Síla kritika.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D. V. dnes se rozhodl nejet v práci "nadoraz", ale nechat si něco na zítra, důvodem je šetření silami. Hned se ozývají zpochybňující myšlenky/otázky typu proč? jak to budu hodnotit druhí? nevymstí se mi to?... Nabízím imag. dialog via eft (sebekrit. self). V. to akceptuje, ale v křesle kritika mlčí, nejde mu vyslovit to, co si myslí, mohlo by to V. zničit, zranit.... Nechce mu to udělat. Na křesle prožív. self opět mlčí, vidí kritika jako houževnatou osobnost, má sílu. ROzeznávají se jiné příběhy, kdy takto mlčel: před otcem, ve škole, po rozchodu... Vyčítá si, že nebyl kamarádovi na pohřbu, že se nepostavil otcí... Ukončujeme tuto práci. Nabízím zopakování nácviku P.D. Průběh komplikuje množství myšlenek na svá dřívější selhání...</p> <p>A. Práce se silnou dynamikou, kt. V. paralyzuje, v.s. má disociativní ráz a spadá do okruhu traumasymptomů.</p> <p>P. Práce s mladšími zraněnými self (např. ve škole, po rozchodu, neúčast na pohřbu kamaráda...). Dal. posilování ANP.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 8.10.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Forma služby:                       | Ambulatní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zakázka:                            | 12. Práce s chybou.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D. V. se velmi omlouvá za včerejší komunikaci o termínu, který popletl. Využíváme této příležitosti k tomu, abychom pracovali s chybou. Primární reakcí V. jsou výčitky: graficky znázorňujeme jejich důsledky mj. v obl. nálady, aktuálních emocí, prevence, našeho vzáj. vztahu. Podobně postupujeme s alternativní reakcí, kt. V. objevuje - uznání chyby a omluva. Ujasňujeme, kt. následky si V. přeje a které nikoliv. V. si ujasňuje, že to, na co je zvyklý, nebude snadné opouštět, ale vnímá možnost volby.</p> <p>A. Aktuální událost ve spolupráci připravuje příležitost k práci s oblastí, kt. je pro V. náročná - práce s chybou. Užíváme behav. strategii, kt. V. toleruje snáz, přesto i u ní připouští nepříjemné pocity, kt. opadly až v druhé části sezení.</p> <p>P. Další práce se sebevědomím, sebedůstojností. f 1/2<br/>SJ</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 22.10.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Zakázka:                            | 13. Kouření.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D. V. krátce referuje o souč. rozpoložení. Provádíme znovu nácvik P.D., prezentuji apl. Nepanikař, doporučuji k cvičení denně. K min. sezení: V. znovu a znovu promýšlí své postupy v kom. s druhými, snadno se to překloupí z reflexe do overthinking, je si vědom potřeby udržet rovnováhu a umět udělat ze epizodou tečku. Chce se zde věnovat tomu, že chce přestat kouřit - "nemám vytrvalost". Mapuji anamn. (kouří 8-9 let, nyní cca 20 cig. denně, v rodině kouří všichni z otcovy strany). Neví přesně proč chce přestat: zadáno za dom. pr. ujasnit si všechny motiv. opory. Inspiruje ho příklad kolegy, kt. přestal kvůli partnerce. Není si jist, co mu nyní kouření přináší - zmapujeme příště.</p> <p>A. Konz. zčásti věnována důl technice zvládání stresu/úzkosti - P.D. Z druhé části přistupuji na téma kouření, kt. se jeví pro V. nyní důl. testem sebeřízení.</p> <p>P. Doprovod odvykáním, bez adiktol. ambicí, explorování dal. úzk. a traum. symptomů. Stabilizace.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 4.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zakázka:                            | 14. Ambice prac. postupu. Práce se závazkem.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D. V. cítí prázdnotu ... nepříjemnou... navázanou na přání pracovat na lepší pozici, ve specializ. oddělení. Co pro to může V. udělat? Snaží se být na stávající pozici co nejlepší. Může zjistit, co by bylo potřeba splnit pro příp. postup? Co vznesení dotazu na pers. odd. příp. brání? Podporuji V. mít sen. Přecházíme k tématu závazku nekouřit (max. 10 cig. denně dokud to nebude dobře zvládat, poté postoupit). Věnujeme se zhodnocení plnění/"neplnění" závazku (co to znamená, když se dostane na 12?). Nabízím V. kruhový graf k vizualizaci míry plnění závazku (denně nový "koláč"). Motivace V.: zdr./kond., estet., fin.</p> <p>A. V. se pouští kurážně do plnění svého závazku. Mobilizuje se jeho sebekrit. self: věnujeme se tomu, jak na něj reagovat a udržet si energii k plnění závazku.</p> <p>P. Obnova dech. cvičení; práce se sebekrit. self; podpora v závazku.</p> <p>SJ</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 19.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Zakázka:                            | 15. Traumatické zážitky s otcem.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: Je to jak na houpačce... úzkosti (symptomy psych., nikoliv somat.) se střídají s dny, kdy mám energii... je to nevyzpytatelné... V. se s tím vyrovnává někdy pomocí dechového cvičení, v práci se snaží to ignorovat, ale pracuje se mu o hodně hůř, po pauze je to lepší... Poukazuji na vys. nároky na sebe: pokud chceš něco dokázat, musíš se fakt snažit... Mohl by V. být k sobě laskavější, méně náročný? Zdůrazňuji (1) V. má svobodnou volbu; (2) úzkosti navazují na nadměrné nároky na sebe či na kritičnost vůči sobě. V. to připouští... ano, dělám si to sám... už 6 let to takhle má... táta je workoholik... něco dokaž, buď lepší! V PN Kroměříž si to definoval jako "honbu za kopím osudu". Nabízím V. sebekrit. dialog via eft. Na pozici krit. self mlčí, je nervózní, váhá, nechce, aby to bolelo... Nabízím volbu mezi kritikem našťvaným a soucitným, "od obojího trochu"... zkuste si vybrat... zlobím se na sebe, že nejsem s to to říct! Připomíná vám to něco? Situace s tátou, odjakživa má přehnaný nároky... co děláš! seš normální?! seš blbej!? to děláš poprvý?!... Probouzelo to strach, pak už byl ceou dobu zlej... nadával... Trvá do doposud? Posl. půl či 3/4 roku se s ním nebavím.... Nedokážu si vybavit jedinou pozit. věc s ním. Ale někdy je mi ho líto, že by měl přijít o jednoho syna, proto se zas snažím o kontakt... Připomínám, že oddálit se od táty je na místě, vždyť je to psych. týrání. Nával emocí... smutek, bezmoc, lítost... vůči br., m., že to museli zažívat... Je vám líto také Vojty?</p> <p>A: Masivní sebekrit. self probouzí a udržuje prostřednictvím nároků a kritiky úzkostné stavy. Konkrétněji se dnes dostáváme ke zdrojům v traumatických zážitcích s psych. týrajícím otcem. Zážitek bezmoci, strachu, lítosti, smutku je silný.</p> <p>P: Pokračovat v práci typu pitt (péče o zraněné mladší self). Nadále monitorovat závazek ohl. kouření (doposud se daří na 95% jej plnit).</p> <p>SJ</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 25.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Zakázka:                            | 16. Smrt kamaráda.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: Po min. sezení se V. vracely vzpomínky... snažil se jim nevěnovat... Kritik byl aktivní, ale podle V. se mění. Má V. něco, čemu by se dnes rád věnoval? V. má dojem, že si s sebou nosí rány... všechno se ve mně hromadí... co s tím dělat? Z traum. zážitků vybírám smrt kamaráda při autonehodě (-2). V. se o tom dozvěděl ze zprávy na sítích, poté mu to sdělila kamarádka... Co V. (-2) zažívá, co potřebuje? Bezmoc, strach, lítost, smutek. Co by potřeboval? Jet tam... s někým... může ho souč. V. doprovodit? Ano,... pak ho vezme na projíždku... Co mu řekne? Ujistí ho o tom, že na to není sám, souč. V. mu rozumí, soucítí, je s ním... Uzavíráme událost do trezoru. Co bude dnes V. jíst? V. si moc nevaří... v práci skoro vůbec nejí... mohl by si teplé jídlo z práce brát domů? Asi ano... V snížení počtu cig. se V. daří dál stejně.</p> <p>A: Dostáváme se k práci s ml. já, kt. je však jen o 2 roky mladší... obtížněji se od něj V. distancuje, přesto projdeme celý protokol. Téma uzavíráme za pomoci imaginace trezoru. Záv. tématem je péče V. o sebe.</p> <p>P: Revize spolupráce přesunuta na příští konz. Rekapitulace práce s ml. já v mezidobí, s kritikem. Dal. práce s ml. já. Posílení regulace nepříj. emocí - edukace. SJ</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 3.12.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zakázka:                            | 17. Autenticita.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: Krátce poptávám stravování, vracíme se k min. sezení: V. se občas vrací k představě ml. já. Neví, jak se k němu vztáhnout. Nabízím na pomoc představu kolegy, kt. něco takového zažije - jak se k němu V. vztáhne? Objetí, vyjádření soucítění. Může to V. dát svému mladšímu já? V. zmiňuje, že se mu vrací situace s tátou, není to však nic konkrétního. O. občas napíše, V. to čte až po několika dnech. Pokud mu někdo přistoupí na to, že on je nejlepší, funguje podle jeho not, pak je to v pořádku. Pokud někdo je sám svůj, v pořádku to není. Jak může V. fungovat u matky o., kde bydlí. V. líčí, že opět pokud dělá to, co dělat má, je to ok. Je to však např. tak, že si od ní vezme jídlo a pak ho vyhodí. Může někde skutečně být V. sám sebou? Nejvíce v práci. Bojí se, že nebude mít domov... sám to nezažil, pořád se stěhovali, pořád bylo někomu potřeba se přizpůsobovat, dnes V. ani neví, kdo je... Podporuji V. ve smyslu, že nyní již má nové možnosti, samostatnost, má schopnost milovat, odpovědně pracovat, být citlivý vůči druhým, ... V. má v plánu si pronajmout byt a osamostatnit se. Může zde být V. sám sebou? Ano, postupně ano...</p> <p>A: Konz. se od traum. zkušeností přesouvá k tématu autenticity. V. si zvědomuje kdy a kde může být autentický, kde ne. Možnosti zatím má omezené, ale je na dobré cestě k tomu, aby se stal sám sebou.</p> <p>P: Zachovat směr práce s traumazážitky, paralelní práce s sebeuskutečněním. Vyhodnocení spolupř. opět neprovedeno...</p> <p>SJ</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 9.12.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zakázka:                            | 18. Přijetí dobrého, odmítnutí nedobrého.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. přichází s mírným zpožděním. Konstatuje, že odstříhnout otce jen tak nejde... překvapuje ho to, myslel si, že to bude snazší. Ano, vždyť polovinu genů má od něj. V čem je V. po otci a může to přijmout? Houževnatost - poctivost v práci - smysl pro hudbu. V čem chce být V. jiný? Být jiný otec - jiný manžel - vstřícný a vnímavý k druhým lidem. Už dnes si V. buduje svůj způsob života - jak pečuje o sebe významně rozhoduje o tom, jak jednou bude pečovat o své blízké. Zdůrazňuji provázanost vztahu k sobě a k druhým. Vyslovuji hypotézu, že o to, jaký má k sobě vztah se vede boj na dvou polích - práce a péče o sebe. Vysvětluji vznik introjektu "nejsi dost dobrý tak jak jsi, musíš se víc snažit, jinak nejsi lásky hodný". Vrací se živé emoce v souvislosti se vzpomínkami na nehodu kamaráda? Ano, ale snažím se o ml. já pečovat.</p> <p>A: Konz. věnovaná různým rovinám sebepřijetí - přijetí některých stránek, kt. má V. po otci, vyladění svého úsilí na to, co chce mít jinak; péče o sebe jako základ vyváženého vztahu k druhým.</p> <p>P: Nebude-li nic aktuálnějšího, vrátíme se k dalším traumavzpomínkám.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 16.12.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zakázka:                            | 19. Vlastní nehoda se zraněním.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. se zlobí, když si všimne vlastních gest, kt. mu připomínají gesta otce. Jak si V. může pomoci. Hledáme afirmaci, nakonec V. nachází "ale ty nejsi on!"</p> <p>Dostáváme se k dalšímu traumazážitku: jako spolujezdec byl úč. dopr. nehody své tehđ. přítelkyně, ona bez zranění, on četnými řeznými zraněními, zlomeninami, zhmožděním. Krátce poté ještě v nemocnici se dozvěděl o IM matky a jednoznačně si tuto příhodu spojil s nehodou, obviňuje se za to. Kromě toho ho velmi trápí úsek "tmy", z něhož si nic nepamatuje. Vysvětluji stručně změny prožívání související s traumatem (disociace, emočně somatická paměť, amnézie). Nabízím V. představu trezoru, kam zážitek uzavíráme. Edukuji ohl. péče o sebe (nepřekročit vlastní mez únosnosti).</p> <p>A: Další traumata práce; V. má příběh převážně uspořádaný, trápí ho amnézie a s ní související ztráta kontroly (možný stud, pocit selhání), dále ho trápí představa příčinné souvislosti jeho zranění a srdeční příhody matky. Tato představa je v.s. iracionální (jde o koincidenci?), ale silně fixovaná.</p> <p>P: Avizuji možnou práci s ml. já. Doporučuji nechat trezor uzavřený do příští konz. S</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 13.1.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zakázka:                            | 20. Posturika a prožívání.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: Ohlížíme se za uplynulým delším mezidobím - Vánoce u m., po Vánocích setkání i s o. spolu s bráchou, V. připouští, že se s ním vůbec nebavil, je to pro něj tak lepší. V. si všímá toho, žeho zaměstnávají nepříjemné myšlenky, nejde mu se od nich odpoutat. Co v tom může V. pomoci? Upozorňuji V. na jeho posturiku, doporučuji s ní experimentovat - např. změnou zaměření pohledu místo "do prázdna" či na zem zkusit navázat oční kontakt. Uvádím to do souvislosti s perspektivou mentální, s postojem k sobě. Explorujeme jiné vztahy a oční kontakt v nich.</p> <p>A: Konz. cílí na práci s ruminacemi okolo tíživých témat minulosti. V. hledá způsob, jak se s nimi vyrovnat a odolávat pokušení vracet k již uzavřeným záležitostem.</p> <p>P: Vyhodnocení dom.pr. f 1/1-2</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 21.1.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zakázka:                            | 21. Vyjádření vztahu.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. experimentoval s očním kontaktem, připouští, že to proměňuje soc. situaci, není to pro něj snadné, ale má to smysl. Podobnou proměnu si prezentujeme na příkladu posturiky při sezení či na paraverbální složce komunikace. V. přichází s uvědoměním, že není s to svým blízkým (m., nevl. o., b., s výjimkou sestry) říci, že je má rád. Rodina není navyklá ani na jiné formy vyjadřování vztahu, ale V. si všímá, že m. by ho ráda objala při přivítání. Sám mám pozit. zkušenost s vyjádřením "mám tě rád" formou písničky. Stručně procházíme různé jazyky, jimiž tato sdělení vztahových emocí komunikujeme, zvýrazňuji hodnotu každého z nich. Procházíme možné zábrany v tomto sdělování (projev nedostatečnosti/slabosti, nejistota ohledně možné reakce vlastní či druhého, nezvyk plynoucí ze specif. kultury rodiny). Navrhuji V. postup: vyhovět objetí m., využít narozeninové přání k vyjádření. Moožno příště vyzkoušet vizualizaci této situace.</p> <p>A: Konz. se věnuje dále rozvoji komunik. a soc. dovedností zejm. při práci s blízkým kontaktem a s kontaktem s blízkými. :-)</p> <p>P: Vizualizace objetí m. nebo vyjádření "mám tě rád". Rekapitulace traumapráce. Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 4.2.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zakázka:                            | 22. Vyjádření vztahu.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. se v poslední době necítil zcela ok, výkyvy nálad, uzavíral se, asi moc nekomunikoval... Vysvětlení nemá... Vracíme se k min. konz. - připouští, že se mu nepodařilo se zadáním pracovat, žádné vyjádření vztahu vůči m. neproběhlo. Nabízím imaginativní cvičení se dvěma scénami (při přivítání a při blahopřání k narozeninám). Představa objetí, kt. od něj m. očekává, je obtížná, ale částečně proveditelná... představa slovního vyjádření je nedostupná... Nabízím V. k představě se vracet, zvykat si na ni, užít hlasitého vyjádření, zvykat si na tato slova (mám tě rád) a na zvuk svého hlasu. Nabízím vyjádření našeho vzájemného vztahu, to V. akceptuje, nečiní mu to příliš velké obtíže, ačkoliv je to nezvyklé. Krátce se zastavujeme u oslovení mezi ním a m.: Petenko, Péto říká m., naopak přezdívkou Fafa, občas Vojti... Připomínám, že se nyní zdržujeme u třešničky na dortu, dort sám je upečený a m. nepochybně cítí, že ji V má rád.</p> <p>A: Konz. založená na imaginacích kýžených situací s cílem habituace na nezvyklá slova a úkony, což se však daří jen částečně.</p> <p>P: Rekapitulace traumapráce, nastavení nových cílů sjednáno.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 10.2.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zakázka:                            | 23. Úzkostné stavy.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. absolvoval jednání s ředitelem o zvýšení platu, zítra ještě jednání s mistrem o tomtéž. Cítí hrdost, úspěch navzdory odmítnutí. Rekapituujeme ověřené dovednosti asert. typu. Již cca tři týdny pozoruje výrazné zhoršení úzk. příznaků, doma nemám na nic sílu... pouštím si film, ležím a koukám do blba... je těžké se překonat a jít mýt nádobí, sevření kolem žaludku, nával emocí, slzy do očí.... musím si udělat v práci přestávku... Akutál meidkace (Dr. Vondráková): mirtazapin na noc, pregabalin přes den, venlafaxin denně. Posl. ko medikace v xii/2025, dal. iv/2026; doporučuji telef. kontakt s PsL, pokud potíže budou přetrvávat ještě týden, dva. V. připouští, že je mu podstatně lépe, když je u m., ses., nevl. o. Je možno, aby opustil bydlení u bab.? Projednáváme konkrétnosti. V. přináší STRACH ZE SVOBODY. Vyjadřuje dojem, že teď se musí vůči něčemu vymezovat a je to podle jeho názoru jednodušší než kdyby měl žít sám o sobě a za sebe.</p> <p>A: Aktuální zhoršení anx. depr. symptomů, tk. výrazně zasahuje do rolí v běžném životě. Zároveň se odvažuje vystavit se diskomfortu spojeného s jednáním s nadřízenými, zdárně toleruje neúspěch. Vyhodnocení traumatu spolupráce neprovedeno. Je strach ze svobody napojen na introjekt?</p> <p>P: Sledování nepříznivých příznaků, medikace.</p> <p>SJ</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 24.2.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zakázka:                            | 24. Uzavření vztahu s otcem.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: Proti předch. mezidobí se V. cítí trochu lépe, snížila se intenzita úzkostí, napomáhá tomu možná započetí cvičení s bráchou v posilovně, zatím 1x/týden. Má schálené zvýšení mzdy, ale jen na úroveň ostatních kolegů na dílně, za 1/2 roku hodlá žádat o další zvýšení. Zkušenost s ředitelem je nepříjemná, ředitel mu lhal. Jaký je výtěžek z nesnadného procesu: pocit zvládnutí náročné komunikace o citlivém tématu. Vážně začal hledat nové bydlení. Poslední dobou víc přemýšlí nad tátou "nechci s ním mít nic společného"... musel jsem rychle dospět, nemám hezké vzpomínky na dětství jako jiní kluci... Nabízím v imaginaci rozhovor s otcem: co by mu V. chtěl říci? V. se obává, že by vytryskl proud výčitek...Smutek, tíha, bezmoc... Nejde mi to pochopit: v životě je dost věcí, kt. nelze pochopit, jen je můžeme vzít na vědomí. Není to fér, že V. nemá tátu, jakého potřeboval. O. svým jednáním vymazal sebe z jeho života.</p> <p>A: Nabízím variantu imag. dialogu via EFT (unf. bus.). Pro V. je to stále těžké, vrací se nutkavé "musím to pochopit, nejde mi to pochopit".</p> <p>P: Práce typu PITT se zkušenostmi s otcem: introjekty (musíš to pochopit?), práce se zraněnou částí?</p> <p>SJ</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 17.3.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zakázka:                            | 25. Práce s ml. já.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. překročil hranici vymezení se v práci, daří se mu nyní vyjadřovat volněji své přání, potřeby, odmítnutí. Pokusil se obejmout m., chce přejít k ujištění "mám tě rád". Chodí do posilovny s bráchou. Bydlení zatím dořešené nemá, těžké bude přestěhovat se od bab. prim. pro něj, pro bab., pro širší rodinu (asi počítají s tím, že se bude starat o bab.). Vrací se mu vzpomínky na tátu, není to příjemné. Zejm. z 8-9 let, m. po rozvodu ho vezla k otci, V. tam nechtěl jít, o. ho přemlouvá, snad jediná chvíle, kdy byl na něj hodný. Nabízím práci s ml. zraněným já: potřebuje vzít do bezpečí, domů, potř. na to nebýt sám. V imaginaci toto uskutečňujeme, přichází mírná úleva ve středu těla. Vhodným upevňujícím gestem může být pohlazení středu těla. Koncept práce ještě jednou vysvětluji a podporuji převzetí zodpovědnosti za podporu ml. já.</p> <p>A: V. činí významné pokroky ve vztahování se k okolí - asertivnější přístup, důvěrnost vůči m. Pracujeme via PITT práce s ml. zraněným já, zdá se, že práce má potřebnou hloubku a experienciální rozměr.</p> <p>P: Revize péče o ml. zraněné self.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 31.3.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Forma služby:                       | Ambulatní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zakázka:                            | 26. Odolat ruminacím.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: Pro co si V. dnes přichází? Dvě témata: vrací se mi "to s tátou" a nedaří se mi dosahovat svých cílů. Věnujeme se prvnímu: kdy a jak se to vrací? V. líčí situaci z práce, kde kolegyně popisuje, jak manžel jel pro dceru k vlaku... pro mě by takhle táta nejel... A navazují ruminace, kt. trvají třeba hodinu... Jak odolat nutkavým myšlenkám? Je to možné? Ruminace jsou pokušením, ale lze mu odolávat. Dostat se z vnitřního světa nepříj. myšlenek do vnějšího světa - smysl. vjemy, změna místa, změna činnosti, kontakt s někým... Zde zkoušíme věnovat pozornost sluch. vjemům. Podporuji V. v hledání, experimentování, vytrvalosti v úsilí nepodlehnout ruminacím. Připomínáme si úkol najít podnájem. V. připouští, že je v tom liknavý, hlavně si neumí představit, že o tom řekne bab. a t.</p> <p>A: Sezení cílené na zvládnutí ruminací.</p> <p>P: Revize úspěchů při zvládnání ruminací.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 613 | číslo formuláře: 10063

---

**Datum schůzky:** 7.4.2026

**Forma služby:** Ambulantní

**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka

**Jednání v zájmu klienta:** NE

**Počet jednání:**  
(v zájmu klienta)

**Délka schůzky:** 60 minut

**Zakázka:** 27. Volnočasové aktivity.

**Problematika:**

**Zápis ze schůzky:** D: V. neslaví Velikonoce... už se těšil do práce, volné dny by nepotřeboval... Co dělá V. ve volném čase? V. připouští, že žádné systematické aktivity a zájmy nemá. Asi by hobavily bojové sporty, kamarád ho zval na box... ale to by musel být v kontaktu s cizími lidmi... Nebo tunnig aut, ale na to nemá peníze a prostory... Dřív se věnoval airsoftu... a chodí 2-3x týdně do posilovny s bráchou. Má smysl hledat volnočasovou aktivitu? Asi ano: zaměstnanl bych hlavu... pocit, že něco dokážu... prohlubování vztahu... pro zdraví... pro začlenění do kopmunity (sdílení zážitků a živ. příběhů - ano, to mi chybí...). Co zanmená "strach z cíczích lidí"? Explorací ujasňujeme, že jde spíš o ostych a nejistotu, zda bude přijat. Imaginací možného scénáře V. dochází k závěru, že reálně by to mohlo být jinak, víc v pohodě. Jak by mohly vypadat první kroky - u tunningu, u boxu? Sjednáno, že se tématu pověnuje, příště zrekapitulujeme.  
A: Téma volnočasvých aktivit procházíme z hledisku ujasnění přání, obav, motivace. V. připouští, že jde o důležité téma.  
P: Revize jeho práce na aktivitách volnočas. f1/2  
Sj

**Výstupy/domluvy:** .

**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 21.4.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zakázka:                            | 28. Aktivní přístup k separaci.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. se 2 týdny vyrovnává se somat. a behav. anx. symptomy při vysazování mirtazapinu (z 15 mg na 0), dnes je to už lepší, hodlá vydržet. Sjednal si boxování s kamarádem, dál chodí do fitka. Chystá se na brigádu na stavbě, něco si přivydělá. Poptává byty, pár nabídek, nic vyhovujícího. Ujasňuje si však, že chce se od rodiny otce zcela oddělit. Co to asi znamená - úplné ukončení kontaktů nebo omezení? Procházíme jednotl. možnostmi. Odtud se dostáváme k tomu, jak si reguluje vztah s otcem (0 úst. kom., o. občas napíše, V. odloženě a odtažitě, vyhýbavě odpovídá - nemám čas). Jak si asi V. projedná s bab. odchod od ní? Vymyslím pohádku, nedovedu si představit, že jí to řeknu. V imaginaci pracujeme s možnými reakcemi na jednoduché krátké a přímé sdělení: V. nevylučuje, že reakce může být i pozitivní, ale považoval by ji za přetvářku. Chce si to s bab. vyjednat napřímo?</p> <p>A: S pomocí imaginace pracujeme s přímou konfrontací v náročném tématu, V. má silnou tendenci připravovat se na vyhýbavou strategii.</p> <p>P: Sjednána ko 1/2, o spolupráci V. zjevně stojí.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 6.5.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zakázka:                            | 29. Medikace a stigmatizace.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. nadále bez medikace, referuje o přetrvávající úzkosti a výrazně snížené výkonnosti, je to pro něj záhada, medikaci vysazoval z přesně opačného důvodu: aby byl výkonnější. Korelací mezi poklesem výkonnosti a vysazením mirtazapinu si není jistý. Podávám zákl. info o účinku AD, upozorňuji na únavu, pokles přitažlivosti některých věcí, nedostatek uspokojení jako prův. jev úzkosti. Zkoumáme postoj V. k medikaci: jaké by pro něj bylo příp. se k lékům vrátit? V. připouští, že má sklon pak hodnotit sebe jako někoho, kdo utíká před problémy nebo je slaboch či magor. Hodně to posilují i postoje, kt. V. zažívá ve svém okolí. Může si V. budovat odlišný postoj? Upozorňuji na to, že pocitově může stále mít touhu, aby mohl žít bez léků, jde však spíš o jeho vědomý postoj k sobě, zda si dopřeje svobodu k tomu buď je užívat či neužívat, zda si dopřeje sbvobodu mít na sebe jiný náhled než mají někteří lidé v jeho okolí.</p> <p>A: Velkým tématem je svoboda od názorů druhých lidí, svoboda k využití pomoci v podobě medikace a psychol. péče. V. je silně napojen na své prožívání, jeho úsudek je pak emoční, nikoliv racionální.</p> <p>P: Sjednána ko 1/2. Zoorientování ve spolupráci a v zakázce.</p> <p>SJ</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 19.5.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Forma služby:                       | Ambulatní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zakázka:                            | 30. Ztráta kamaráda.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. avizuje pozdní příjezd o 15 min., vysvětluje poté, že zaspal... vzal si dovolenou na dnes... včera pohřeb kamaráda, se kt. chodil na box... nejbl. kamaráda jeho bratra, něco jako sourozenec... Jaké to je pro V.? Bolí to... ztráta... smutek... Těžké okolnosti: tragická autonehoda, v.s. se suic. záměrem...vzhledem k okolnostem i na zákl. výsledků pitvy... Jaké to je pro bratra... a co asi potřebuje? S kým to ještě sdílí? Matka... babička... otec to nezvládl, předávakoval se léky a opil... V. se rozhodl poté, že s ním už opravdu nechce komunikovat a vídat ho. Co asi potřebuje V.? věnujeme se zármutku a truchlení z hlediska zátěže, z hlediska vývoje v čase... hledáme vhodný scénář pro nejbližší dny... Snad grilovačka s kamarády, kt. ho znali? Většinu kamarádů má V. v okolí Dobrušky. Oceňuji to, že si V. vzal dovolenou. Explorujeme možné suic. ideace - V. je registruje celý život, ale vidí, jak je to hluboký zásah do životů blízkých, neuvažuje takto.</p> <p>A: Těžká konz. s tématem vyrovnávání se s tragickou ztrátou dalšího kamaráda.</p> <p>P: Nabízím ko 1/1, V. akceptuje.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 27.5.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Forma služby:                       | Ambulatní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zakázka:                            | 31. Jak tomu těžkému rozumět?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>D: V. již týden opět chodí do práce, zvládá to. Po práci někdy toho zvládne víc, jindy odpočívá. Vyzkoušel vrátit se k medikaci (mirtazpin, 15 mg vyzkoušet pol. dávku?), ale cítil se po ní omámený Jel spolu s br. na hrob, v den Romanových narozenin. Vrací se mu epizody ze spol. zážitků. Snaží se porozumět R. příběhu: asi ve 14 mu zemřel otec, zřejmě zažil nějaké zneužití, má starší sestru s dětmi, byl uzavřený, možná měl nějaké psych. obtíže, neléčil se, dělal boj. sporty, dával si výzvy, nyní byl 1/2 roku v PN, měl nějaký dluh nebank., cca 50 tis., br. V. se ptal, zda by mu s tím pomohl, ještě tutéž noc mu napsal, že to vyřešil, další den suic. Příběh je o to méně srozumitelný, že se zdálo, že jeho život spěje spíše k lepšímu. Co bylo to poslední, co rozhodlo o suic.? Nabízím altern. pohled na suic. jako impuls. rozhodnutí nebo jako vyslání signálu blízkým/světlu.</p> <p>A: Zdá se, že V. se adaptuje na těžký zážitek a vyhlíží dal. život navzdory přetrvávajícímu smutku a nejistotě ohl. smrti kamaráda.</p> <p>P: Sjednána dal.konz. 1/3.</p> <p>Sj</p> |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

**Datum schůzky:** 16.6.2026

**Forma služby:** Ambulantní

**Způsob kontaktu:** Osobní schůzka

**Jednání v zájmu klienta:** NE

**Počet jednání:**  
(v zájmu klienta)

**Délka schůzky:** 60 minut

**Zakázka:** 32. Restart.

**Problematika:**

**Zápis ze schůzky:** D: Už je to lepší (po pohřbu...), ale nedaří se restart v režimu praktikovaném před ztrátou Romana: V. nechodí do posilovny, začal znovuentenzivně kouřit, méně o sebe pečuje (jídlo). Užívá 7,5 mg Mirtazapinu. Cítí se unavený z lidí, nechce se mu do dalšího soc. kontaktu. Vracíme se k obnově řádu: kouření - povolit si 15 cig. denně (místo souč. 20) a s tím vydržet celý den hospodařit? poté snížit např. po 10 dnech na 13?... Posilovna připomíná R.... chodit tam by byla zrada na něm? V. pláče: kdy jsem plakal naposledy? v dospívání? Místo posilovny jiná aktivita? s kamarádem z Dobr. na půli cesty (HrKr?) v bazénu? alespoň jako experiment... a způsob péče o sebe. Znovu V.ovi dělat do práce svačiny? Proč je o V. dobré pečovat? Zaslouží si péči? Co je na něm dobrého? (pracovitý, vytrvalý, poctivý, pozorný, pomáhá...)  
A: Konz. mimořádná tím, že si V. dovolí projev emocí (lakrim.). Nadále probíhá zpracovávání ztráty, kt. je zjevně velmi bolestná. Na jiná témata není aktuálně prostor.  
P: Selfsoothing dial. Dialog z druhého křesla? Dialog se zrcadlem?  
SJ

**Výstupy/domluvy:** .

**Schůzku vedl/a:** Samuel Jindra

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 14.7.2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zakázka:                            | 34. Proaktivní přístup.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zápis ze schůzky:                   | D: V. odjíždí na dovolenou, jak mu bratr "nakázal", poprvé letadlem... obavy, nechává na bratrovi, jaký bude program. V práci nadále nespokojenost, podrážděnost, zlobí se na nadřízené, zažívá nedostatek respektu k informacím, které poskytuje. Novou práci hledá, rád by pracoval se stav. stroji. Poskytuji ZV k pasivnímu či rezignovanému postoji ve ěvci dovolené i nepsokojenosti v práci. Popdoruji proaktivní přístup ať už na dovolené, nebo v hledání nového zam., vyjadřuji přesvědčení, že se V. nemá čeho obávat, prokazuje kvality, s nimiž se uplatní a neztratí, dále podporuji uchopení situací jako příležitosti, která nemusí být poslední, nečiní fatální rozhodnutí.<br>A: Konz. náročnější roznými projevy pasivity. Pohybu je málo, uspává a nudí to.<br>P: Změna vedení sezení?<br>SJ |
| Výstupy/domluvy:                    | .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Schůzku vedl/a:                     | Samuel Jindra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |