



**Číslo případu: 648**

**Název případu: Ochtinská Soňa**

---

**Datum založení:** 11.6.2025

**Datum ukončení:**

**Typ schůzky:** Individuální konzultace

**Typ případu:** psychologické poradenství

**Poznámky:**

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 648 | číslo formuláře: 8379

|                                     |                                    |
|-------------------------------------|------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 11.6.2025                          |
| Forma služby:                       | Ambulatní                          |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                     |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                 |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                    |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                           |
| Zakázka:                            | kontraktování, navázání spolupráce |
| Problematika:                       |                                    |

## **Zápis ze schůzky:**

### **Úvod:**

- paní Soňa se do ENcentra dostává na doporučení naší společné známé
- minulý týden se paní S. cítila na návštěvu, dnes měla pocit, že ji opouští odvaha (minulý týden se cítila hůř)

**Kontraktování:** seznámení s pravidly spolupráce, s mlčenlivostí, ...

### **Symptomy:**

- depresivní stavy, panické ataky (bolest na hrudi, těžký dech, třes) - v klidu, nespavost
- tyto stavy zažívá jako zvýšeně nepříjemné, chce od nich uniknout - misúzus alkoholu (víno)
- hypertenze, před endoprotézou (čeká na termín)
- psychiatra nemá, medikaci dostává od OL (cipralex, atarax, neurol - jen pohotovostně)

### **Z minulosti paní Soni:**

- má 3 děti, je 1x rozvedená a 2 vnoučata
- 1 z dcer žije v Anglii, tam za dcerou paní Soňa na 2 roky odjela (pomáhala s vnučkou a pracovala na nočních službách jako ošetřovatelka) u psychiatrických pacientů, syn žije v Praze
- z Anglie je zpět již 3 roky
- za covidu (v čase jejího času u dcery) ji zde zemřel přítel (přijela v čase, kdy již byl v komatu), v tom čase se sblížila s manželem své spolužačky ze SŠ (spolužačka rovněž zemřela), od té doby je s tímto partnerem
- ve vztahu jsou poslední dobou potíže, S. neumí odlišit, zda jsou způsobeny jejími emočními rozladami a pitím, nebo odlišným osobnostním nastavením
- samu sebe popisuje paní S. jako "**dobrodruha a sportovkyni**", nyní se paní S. nemůže věnovat tomu, co ji dříve těšilo, to pak zesiluje její deprese a úzkosti a vede k lahvi - bludný kruh
- podobný "propad" zažila již po rozvodu - tehdy výrazně zhubla a prožívala depresivní stavy, cca po roce se vrátila zpět do života, k čemuž napomohla nová práce a volejbal
- **aktuální zájmy:** zahrádka, duolingo a luštění

### **Rozpoložení a prožívání:**

- zde ostych
- bezradnost a bezmoc (nelze se opřít o to, co doposud pomáhalo)
- depresivita
- úzkosti
- houževnatost a schopnost dělat změny - jako vnitřní síla

## **Výstupy/domluvy:**

- vyladění s paní Soňou probíhá poměrně rychle, ač Soňa mluví o studu, zdá se, že neovlivňuje její otevřenost, paní S. přiznává i potíže s pitím
- nechávám paní S. vyprávět, doptávám se a zachycuji témata, sdělení, které vyznívají významně, zdá se, že má paní S. **potíž vyjadřovat své emoce** (cítí je), ale následně neví, co s nimi, když se cítí nepříjemně, **chce od pocitu utéct** (léky či alkohol)
- hovoříme spolu o dalších možnostech pomoci a to rozšiřování pohledu a repertoáru aktivit a toho, co může sloužit jako coping (uplatnění a seberealizace - pracovní, dobrovolnická či aktivity - sportovní, které by umožňoval její zdravotní stav či jiné). Slibuji paní S., že se poradím v týmu a dám jí vědět.

## **Schůzku vedl/a:**

Irena Kučerová

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 20.6.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Délka schůzky:                      | 45 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zakázka:                            | nalezení smysluplného vyplnění volného času                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Problematika:                       | Zajištění kontaktu se společenským prostředím<br>Pracovní uplatnění                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zápis ze schůzky:                   | <p>Klientka je ve starobním důchodu cca 4 roky, z toho první dva roky pracovala v Anglii jako ošetřovatelka. Aktuálně řeší zdravotní komplikace, čeká ji výměna kolenního kloubu. Výhledově během několika měsíců. Klientka nemůže trávit čas aktivně, jak byla zvyklá. Ráda by začala znovu pracovat na zkrácený úvazek. má představu nenáročné práce v sedě.</p> <p>Aktuálně bydlí u přítele, se kterým se ale rozchází. Bude hledat samostatný pronájem.</p> <p>S penězi vychází, ale byla by ráda za přivýdělek.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Výstupy/domluvy:                    | <p>S klientkou probrána její situace. Doporučeno obrátit se na ÚP, konkrétně pracovníka, který má na starosti pracovní uplatnění pro osoby se změněnou pracovní schopností - vyhledán a předán kontakt.</p> <p>S klientkou probrána možnost zapojit se do dobrovolnické činnosti, což by se nepřinášelo finanční ohodnocení, ale mohla by uspokojit potřebu vyplnit smysluplně volný čas. Klientku zaujaly nabídky, které vyvěšuje KONEP, např. aktivizační činnosti pro seniory v DS Dubina nebo čtení v MŠ. Předán kontakt na dobrovolnické centrum KONEP.</p> <p>Klientce sděleny možnosti využití příspěvku na bydlení v případě, že by se jí zvýšily náklady na bydlení v souvislosti s přestěhováním. Vysvětleno o jakou dávku jde a kde ji případně vyřídit. Také sděleno, že dávkový systém prochází novelou, nicméně i tak by měl pomáhat řešit vysoké náklady na bydlení.</p> |
| Schůzku vedl/a:                     | Valerie Kosinová                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Datum schůzky:                      | 2.7.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Forma služby:                       | Ambulantní                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Způsob kontaktu:                    | Osobní schůzka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Jednání v zájmu klienta:            | NE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Počet jednání:<br>(v zájmu klienta) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Délka schůzky:                      | 60 minut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zakázka:                            | hledat sebenaplnění a spokojenost                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Problematika:                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zápis ze schůzky:                   | <p><b>Aktuality:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• výrazná proměna situace</li><li>• nyní je paní Soňa značně zaneprázdněná (zahrádka, syn Martin jezdí s vnoučkem)</li><li>• byla na konzultaci u kolegyně Val (o práci neví, dobrovolnictví zatím stopla sama S., kvůli nedostatku času)</li><li>• s kamarádkou Zdeničkou plánuje od nového akademického roku chodit na univerzitu 3.věku</li><li>• jezdí často za rodiči do Chrudimi (90 a 88 let)</li><li>• často v kontaktu s dětmi přes wiber</li><li>• Martin telefonuje denně z auta</li><li>• jezdí se koupat na rybník do Moravan</li><li>• nepije a užívá pouze léky na spaní</li></ul> <p><b>Témata:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• proměna psychického stavu i aktuálních okolností (od bezcílnosti k zaneprázdněnosti ("nevím, co dřív"))</li><li>• vztahy s dětmi - ke všem stejně blízko</li><li>• aktuálně spokojenost (není co kompenzovat)</li><li>• já x my (na koncert můžu bez parntera)</li></ul> <p><b>Informace z OA a RA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 3 děti, Martin a dvojčata Monika a Alexandra (ta není tak akční a žije v RD v Havlíčkově Brodě, pracuje v pomáhajících profesích)</li><li>• Martin a Monika mají oba prvňáčky</li><li>• nemá ČID (tím pádem nespadá do cílové skupiny Kosatce)</li><li>• vztah k UK - nebýt partnera a zdravotních potíží, zůstala by tam (atmosféra v zemi i bohaté možnosti vyžití)</li></ul> <p><b>Rozpooložení a prožívání:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• zaneprázdněnost, čínorodost,</li><li>• uspokojení</li></ul> |
| Výstupy/domluvy:                    | <ul style="list-style-type: none"><li>• paní Soňa dnes přichází posdílet proměnu své situace - od neutěšené bezcílnosti k zaneprázdněnosti</li><li>• Soňa má plány do budoucna, uvědomuje si, jak je "zasítovaná"</li><li>• k "aha momentu" dochází při uvědomění, že svůj volný čas může trávit i s jinými lidmi než s parnterem (S. nemá potíží, když partner své koníčky naplňuje bez ní, ale v opačném směru jí to nenapadlo)</li><li>• orientace na potřeby druhých a obětování se pro ně se objevuje v různých kontextech (s vnukem na Cihelnu, za dcerou do GB "dělal jsem to pro ně")</li><li>• paní Soňa se momnetálně jeví být (a sama cítí) spokojená, sezení i tak domlouváme</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Schůzku vedl/a:                     | Iřena Kučerová                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |