



Číslo případu: 649

Název případu: Soudková Martina

Datum založení: 18.6.2025

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky:	2.7.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	2. OA.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. Bez nápadností. Anam. Má dojem, že má málo vzpomínek na dětství. RD, zahrada, hry, MŠ, ... na fotky moc nekoukám...stydím se za sebe... uč. z 1. st. ZŠ "nemáš šanci se tam dostat"... 8leté gym., nový kolektiv, zhrošily se mi známky... ještě jsem nikdy do žádného kolektivu nezapadla... rodiče nespokojeni, byla jsem horší než ostatní...učitel z češtiny věděl, že nebudu znát odpovědi, schválně mě vyvolával... odchod ze 3. tř. do jiné 4. tř. kvůli šikaně... P.k. Referuje o brigádě v kavárně (30 hod. týdně, celé léto, chce si vydělat peníze). Instruuji ohl. pstp procesu (t/t v. tehdy/tam). T/t neví, jak odpovět... hned se objevuje autopun. tendence, lakrim. "je mi líto, že to dělám". Odlišuji jednání/cítění. S. Četné pocity méněcennosti, autodehonestující hodnocení. P. sebehodnocení, em. nestabilita. D.s. Sjednána ko 1/2. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	18.6.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	1. Zahájení spolupráce.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. M. (19) přichází sama, s předstihem, vkusná úprava zevnějšku, lehce obranná posturika, čteně lakrim., angažovaně a aktivně přistupuje ke spolupr. Intelekt orientačně v normě, verb. projev jasný, koherentní, bez nápadností. Normoforie, em. ladění úzkostné, znejištěné. Dop. Vyzkoušela více Psy, v péči Dr. D. Blažka (Chrudim), medik. stabilizátorem nálad (název přípravku nezná) a Itacem (escitalopram). V psych. péči dlouhodobě (od 12), zejm. kvůli suic. pokusům. Dvakrát hospit. (-cca 10 a letos na jaře, 1 měs. NPK Pa). NO. Potřebuje zvládnout zářijový termín maturity (nechci zklamat, je toho hodně), má komplik. vztah s rodiči. Zak. Zvýšit sebevědomí, lépe tolerovat „maličkosti“ (nečekané nepříj. události ji rozkolísají, pláče, těžko se adaptuje). Anam. Žije s rodiči a bratrem (16, dobrý vztah, stav. prům., nejlepší kamarád, z obou dětí to lepší). Chodí s Adamem (21, dva roky pracuje, SŠ). Kvůli hospitalizaci před maturitou nezvládla dokončit školu, nyní chce udělat mat. (gym. Chr.), poté se hlásí na uč. obor cukrářka (2 roky, jen některé předměty). Přijata též na RaL – FZS UPa, ale kvůli nedok. mat. nemůže nastoupit. Baví ji biologie, fyzika, pečení. Otec velmi náročný, „rád promlouvá do duše“, naposledy včera kvůli cukrařině, „6 let budeš studovat a nebude z tebe nic... neuživíš se...“ Sám dvě VŠ (stav. a stroj.), pracuje jako konstruktér, ale místo dělníků někdy sváří, „protože to neudělají dost dobře“ (sic!!!). Matka uč. na SZdrŠ (porodnictví), plán vyučit se akceptuje. P.k. Navazujeme spolupráci, sjednán kontrakt, anam. Podporuji uvědomění prožívání t/t vč. vnímání těla; může si vyhovět? Ambivalence v prožívání. Uvědomění pocitů v kontaktu se mnou. Edukuji ohledně faktorů účinnosti dech. techniky při PAN. Edukuji ohl. tří vrstev prožívání (som., emo., kog.), vzáj. provázanost. Explorujeme nároky otce (zřejmě cítí dluh ve výchově, nyní se pokouší jej splatit) a senzitivní reakce drobné všední události (pocity viny, selhání, ztráty kontroly...) vč. reakce partnera v podobných situacích. S. Kontakt přirozený, důvěra dostatečná, zaujetí a motivovanost dobrá. M. žije v nárokovém rodinném prostředí, s otcem se mívá, podpora v bratrovi a přítelovi. Úzkostně laděná osobnost s vysokou senzitivitou a snadnou destabilizací. D.s. Sjednána úv. sada konz. a termín 1/1. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	16.7.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	3. Zvládnutí studia.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. Bez nápadností, občas lakrim. P.k. K min. konz. se sama nevracela, jen si vybavila ještě něj. vzpomínky: zejm. je jí líto že se nedaří s mamkou si udělat "holčičí den", jako měla dřív o prázdninách. Dnes obvykle podle M. dojde k zablokování kom., zprav. v souvislosti s něj. nespokojeností mamky s ní, někdy to řekne, pak je to vodopád stížností, jindy mlčí, ale ve vzduchu visí napětí... Vyjednat si s m. jiný režim kom. podle M. selhává. Nabízím zkusit formulovat obnovu takov dohody M. s m., ale u toho se M. odpojuje, mlčí... disoc.? odpor? Dále se věnujeme managementu času pro studium: doporučuji každý den chápat jako novou příležitost, provést odhad realného maxima času, kt. může ten den věnovat studiu a ten se snažit naplnit. Dopor. změnu místa učení. M. by asi pomohlo, kdyby našla někoho, kdo by s ní studiem procházel. Má pocitz, že jí důvěřuje jen přítel, snad brácha. Otec a m. by ji zřejmě také chtěli podpořit, ale častěji se objeví úzkost a obavy o její budoucnost, kt. M. vnímá jako tlak. S. Referuje o zhoršení psych. stavu, v.s. v souvislosti s ubývajícím časem pro učení na mat., v jiných obl. aktivní (stěhování, brigáda, part. vztah). Představa konfrontace s m. vede k disoc. symptomům? D.s. Sjednána ko 1/2. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	23.7.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	4. Pláč.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	O. Příchod obvyklý, několikrát se objevuje rozrušení a pláč, dlouhé pauzy bez očního kontaktu a slov. P.k. M. konstatuje, že se má dobře, ale pak konstatuje, že je unavená, přichází rovnou z práce. Co v uplynulém týdnu zažila významnějšího +/-? Brzy se objevují slzy, zastavuji M., jak tomu rozumět? Z nabídky volí M. únavu, asi by potřebovala teď nic nedělat...? Adam na tyto projevy reaguje tím, že se snaží ji uklidnit, nabídne rozptýlení. Děje se jí to i před rodiči? To ne. Proč asi? Nedopadlo by to dobře? Asi ne, ale blíže to nespecifikuje. Následuje dlouhé odmlčení, více než 5 min. Ani s podporou se nedaří do rozhovoru vrátit, přesto není patrné žádné rozrušení, spíše odpojení? Vzdor? Nabízím ukončení konz., to M. přijímá. Ujasňujeme dom. úkol - 10°škála pohody, denní záznam. S. Konz. má intenzivnější dynamiku než předch., opět dochází k odpojení? disociaci? zablokování? Bližší exploração příště? D.s. Sjednána konz. 1/3. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky: 13.8.2025

Forma služby:

Způsob kontaktu:

Jednání v zájmu
klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	27.8.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	5. Ztuhnutí ve stresu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D. M. má za sebou sloh z Aj, v Pá ji čeká Čj, začátkem příštího týdne další testy, 04.09. dokončení maturity. Rodina pro ni plánuje 06.09. oslavu dvacetin. Již týden bydlí s Adamem ve vlast. pronájmu. Pro dnes nemá zakázku. Nabízím návrat k min. sezení: M. vysvětluje, že se cítila přetížená, reaguje ztuhnutím a neschopností verbálně reagovat. Děje se jí t očastěji s otcem, někdy s Adamem, potřebuje rozptýlení, ulehčení. Sjednáno, že v případě podobné situace, může M. požádat o ukončení konzultace, ale můžeme vyzkoušet neverbální techniky práce (sand tray, tp karty, kreslení, imaginaci bezpečného místa); dále sjednáno, že se M. pokusí pojmenovat rostoucí tlak, aby bylo možno se o sebe postarat dostatečně včas. M. si uvědomuje, že podobně nepříjemně se cítí ve spol. mnoha cizích lidí, obává se, že by nezvládla kom., kdyby za ní někdo přišel, potřebuje si po čas odpočinout; také dlouhotrvající intezivní kontakt s někým potřebuje po čase odlevit. Dalo by se o tom, co prožívá pod tlakem, promluvit s otcem? Není to vyloučeno, asi by ji plně nepochopil, ale může se o to někdy pokusit. A. Daří se debriefing min. sezení, M. se postupně uvolňuje navzdory tomu, že na poč. sezení zjevně trpí stresem. Sjednán kontrakt ohledně zvládnutí svého přetížení (reaguje v.s. zamrznutím, sympat. v. parasymp. dors.). P. Pokračování v budování tp vztahu, kt. se jeví křehký. Po dokončení matur. by mohl být volnější prostor pro jiná témata. Podpora v sebepoznání a seberegulaci. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky: 10.9.2025

Forma služby:

Způsob kontaktu:

Jednání v zájmu
klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	24.9.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	6. Docenění.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D. M. složila všechny mat. zk kromě biologie, zbývá jí na jaro. Z přestup. zk. má hotové čtyři s výbor. výsledkem, zůstává jedna, příští týden. Zač. října počítá s nástupem do školy (cukrářka). Otec není spokojen, "to znamená, že maturitu nemáš", cukr. toleruje, ale nedoceňuje. Matka ji pochválila a cení si výsledku, ve studiu ji podporuje. Podobně ve věci pořízení psa či známosti s Adamem jsou rodiče M. kritičtí a zpochybňující, poskytují nevyžádané rady intervence. Přístup rodičů Adma vnímá diametrálně odlišně. Sama je silně kritická k matce, delší čas strávený s ní je pro ni náročný, např. těžko snáší její řízení a mluví jí do něj. Tuto intervenci si racionalizuje. Epizody paralýzy (zejm. s otcem) v mezidobí nebyly, na zk si vypomohla medikací alprazolamem. A. M. se jeví výrazně energičtější, spokojenější, aktivnější. Konz. probíhá volněji, živěji. P. Jak zvládat "náročnost" kontaktu s matkou? Sjednána spolupř. 1/2. SJ
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: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	7. Práce s úzk stavy.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D. M. zvládla všechny postupové zkoušky na 1, od min. týdne studuje obor cukrářka, tento týden praxe. Procházíme nároky nové školy: množství lidí v dílně, hluk, mnoho nových dovedností, únava... po škole nárok věnovat se štěněti a zároveň potřeba odpočívat. Častější jsou nyní ataky úzk. Rekapitulujeme sadu nástrojů k jejich zvládnutí: odpočinek, včas registrovat nástup, zarámování, dechové techniky, přesměrování pozornosti, kontakt s blízkou osobou, využití aplikace Nepanikař. Podporuji ulevit si v jiných nárocích, např. brigáda. V případě nárůstu obtíží doporučuji kontaktovat Dr. Blažka (medik. zřejmě Itacem - escitalopram, stěžuje si na sedat. efekt). A. M. zvládá zatím změnu školy s dobrými výsledky, i když zátěž přináší zvýšení frekvence anx./pan. vln. P. Vhodná by byla intenzivnější spolupráce, ale dostupné je jen 1/4. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 649 | číslo formuláře: 9230

Datum schůzky:	5.11.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	8. Vztahy se spolužačkami.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: M. referuje o velké únavě, přestože hodně spí. Značným zdrojem je dle jejího mínění stres z praxí, kde zažívá jistou exkomunikaci spolužačkami, kvůli tomu, jak pozitivně ji hodnotí mistrové a učitelé. Připouští, že má silnou motivaci se něco naučit, řada dovedností a znalostí pro ni není obtížná a předčí tak své spolužačky. Více funkční vztah je s jednou z nich, ostatné se drží stranou, nebo ji možná dle dojmu M. pomlouvají a vyčítají jí, že je jí nadřazováno. Zvažujeme různé strategie přístupu k tomuto problému. Podporuji M. v tom, aby využila možnosti nosit aktivní sluchátka, kt. jí pomáhají s odstíněním stresujícího hluku. Stěžuje si na velmi časté migrenózní bolesti hlavy. Specificky se zabýváme epizodou pan. ataky uprostřed noci; navrhuji M., že by mohla být prospěšná účast přítel Adama na jedné konz. zde. Dříve užívala pohot. medikaci (alprazolam), po hospitalizaci byla převedena na jinou, kt. vška má příliš silný úč. Doporučuji probrat s Dr. Zelenkou (zač. xii/2025). A: M. úspěšně zvládá nové studium, nedaří se jí dle jejího dojmu zapadnout do kolektivu a to způsobuje, že prostředí na praxích je pro ni stresující. Klade to nárok na autonomii, sebedůvěru. P: Další podpora v péči o sebe jako prevence anx./pan. atak. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky: 26.11.2025

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: 9. Únava.

Problematika:

Zápis ze schůzky: D: M. nadměrně spí (až 10 hod. denně, ještě doplňuje dalším spánkem přes den), ale stále se cítí unavená. Mapujeme denní a týdenní režim, je velmi náročný (partnerství, domácnost, brigáda, nová škola...). Rodina M. podporuje tím, že nemusí platit nájem, příd. na děti si rodiče ponechávají. Adamovi vadí nadm. únava M., ale probrali spolu příp. jeho spolupráci zde, A. souhlasí. V souč. práci bude M. končit kvůli nedobré atm. v kolektivu. Ve škole zakouší úspěch, v praxích i ve škole vyniká, to jí dělá radost. Doporučuji důrazně vrátit se k vyš. endokrinol. (dříve potíže se štítnicí), příp. dal. somat. vyš. via PL. Podobně doporučuji s PsL (Dr. Blažek) obtíže probrat v souvisl. s medikací. Procházíme strategii vyjednávání s lékaři. Věnujeme se dal. stresorům, zejm. interní povahy: nároky na sebe, obavy ze ztráty přízně mistrových a učitelů. Odlišujeme rac. a anx. část self, rozvíjíme dialog, podporuji větší důraz ze strany racion. self.
A: Nadm. únava M. je převažující aktuální téma, hledáme možné zdroje potíží a vhodný přístup k nim. M. zpoč. stažená, lakrim., postupně ožívá, ke konci konz. běžná hladina energie a dobrá motivace.
P: Sjednány dvě konz., jedna s A. f 1/3
SJ

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 649 | číslo formuláře: 9477

Datum schůzky: 17.12.2025
Forma služby:
Způsob kontaktu:
Jednání v zájmu klienta: NE
Počet jednání:
(v zájmu klienta)
Délka schůzky: minut
Zakázka:
Problematika:
Zápis ze schůzky:
Výstupy/domluvy:
Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	7.1.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	10. Příprava na účast přítele v sezení.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: Dobře se mi vede... vysazena medikace po dohodě s PsL (zač. xii/2025), zůstává jen pohotovostní anxiolytikum (alprazolam). Adaptovala se na podmínky na praxích, dovoluje si využít výsad, kt. jí učitelé poskytli, udržuje kontakty se spolužáky tak, jak může. Kontakt s rodiči občasný, obě strany ho zvládají asi dobře. Revidujeme min. odvolání účasti na konzultaci. M. připouští, že podst. roli zřejmě sehrál stres plynoucí z očekávaného odlišeného settingu konzultace (za účasti přítele). Přítel Adam stále stojí o spol. sezení, proto se připravujeme z hlediska uspořádání a zacílení konz. (klientkou zůstává M., jde o podpoření role A. v tom, co M. potřebuje, příp. o ujasnění pro A. ohledně jejího psych. stavu tak, aby jí mohl být užitečně nápomocný). Sjednáváme záruky pro bezpečí a pohodu M. A: Do konz. M. nepřináší vlastní konkrétní zakázku, ale příznivě reaguje na téma zajištění jejího bezpečí při konzultaci, již se bude účastnit její přítel A. Připouští, že je to pro ni hodně důl. a že předchozí termín partneri nevyužili možná především proto, že ji uvedla představa jeho účasti při konz. do značného dyskomfortu, kt. somatizovala. Zdá se, že významné příznaky únavy apod. alespoň dočasně vymizely. P: Revidovat připravenost na setkání s účastí přítele. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 649 | číslo formuláře: 9683

Datum schůzky: 4.2.2026

Forma služby: Ambulatní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: 11. Nechuť k aktivitám.

Problematika:

Zápis ze schůzky: D: M. strávila týden bez A., byl na horách, všimla si nechuti dělat činnosti, k nimž nebyla výrazně motivována, nechtěla se jí uklízet, venčit Jackie, chodit ven mezi lidi... Je to přirozenost M. nebo odchylka od normy? M. usuzuje, že spíš to druhé... Mapujeme vše, co se M. dělat daří: školní docházka vč. praxí, upéct zákusky pro mamku... Zdá se, že důl. je motivace, dosti často externí. Hledáme rozumný požadavek/očekávání od M. - např. jednu aktivitu denně. M. zkusí toto sledovat, bude vyhodnoceno. A. si všímá "atak", často prý v noci... M. si jich převážně není vědomá, na druhou stranu cítí, že by od A. potřebovala více pochopení, méně nátlaku (protože už tak cítí tlak, že to nemá pod kontrolou). Bude probráno příště na spol. sezení.
A: V konz. obtížněji hledáme zakázku, některá vyjádření a postoje se jeví jako protichůdné. Otázkou je interpretace obtíží/projevů M. - jde o sy depresivní či osobnostní? Zkoušíme přistoupit v duchu kbt (plánování aktivit).
P: Spol. sezení s A. - jeho pohled na projevy M., jeho podíl na podpoře M. v jejím úsilí o vhodnou sebepečí.
SJ

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky:	17.2.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	12. Rozstěhování a nový režim.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: M. přichází společně s přítelem Adamem. A. popisuje, že už nemohl dále snášet ataky M. a její pasivitu. Ataky M. popisuje jako každodenní, ve dne kratší, v noci až 2 hod., s hyperventilací, třesem, mdlobou, následně amnézie, ráno o událostech z noci M. nic neví. Pomáhá otevřené okno, ticho, dotyk M. nesnáší, dýchání do sáčku netoleruje. Proto se rozhodl odstěhovat zpět k rodičům spolu se psem. M. vnímá odstěhování jako impulsivní A. rozhodnutí, je to pro ni těžké, znejišťující, ale zároveň výrazně motivační. Zavolala PsL o nové léky (neví jaké, za 2 týdny ko tel., pohotovostní Neurol 0.25 mg má), je aktivnější, v noci sice někdy dlouho nespí, ale ataky pravděpodobně nemá, sama pozoruje větší výkon. Po exploraci situace a heteroanamnéze shrneme žádoucí postup: převzetí zodpovědnosti za péči o sebe ze strany M., v případě neobv. příznaků možno konzultovat s RZP, jinak trénovat použití sáčku a dal. zklidňujících technik, plnit dohodnutý seznam denních aktivit, užívat medikaci bez ohledu na její bezprostřední efekt na popisované příznaky. Navrhuji, aby A. ponechal M. její zodpovědnost, nesnažil se její ataky řešit, snížil tlak na jejich odstranění, obecně jim věnoval méně pozornosti. M. připouští, že jeho odstěhování přináší příznivý efekt na její aktivitu, to by ráda i do budoucna, přestože si jeho návrat přeje. A. "to ponechává otevřené", partneři jsou nadále v denním kontaktu. Navrhuji zvážení odděleného spaní v případě opět. sestěhování. A: Obraz "atak" M. dostává nové kontury, zejm. se ukazuje jejich častější výskyt a větší intenzita v přítomnosti blízké osoby, dále častá amnézie. Histriónský podklad? Příznaky disociace? Vzdálení přítele má příznivý dopad na převzetí vlastní odpovědnosti a snížení frkevence nepřij. příznaků. P: Spol. konz sjednána za cca 7 týdnů, do té doby indiv. režim 1/2. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	11.3.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	13. Hledání dalšího směru.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: M. přichází sama, z vývoje situace je rozpačitá. A. se chce vrátit k ní, protože u rodičů je to pro něj nesnadné, ale ona si všímá, že bez A. je jí možná lépe. Má dojem, že on si na ni čas neudělá, ale po ní požaduje, aby si na něj čas udělala. Lépe si zorganizuje čas, péči o fenku, cvičení a stravování. M. připouští, že se jí vrátily příznaky PPP, kt. řešila asi ve 12-13 letech (RA: m. celoživotně řeší obdobné obtíže, otec mívá nepříj. připomínky k tomu, že tloustne), aktuálně má něco přes 50 kg, váha se snížila, ale neklesá dramaticky. Odlišujeme část racionální, kt. ví, co je/není ve věci stravování a pohyb. režimu správně od části emoc., kt. volá po možnosti něco kontrolovat. Nepříznivý pohyb se odehrává ve většině obl. života: nedaří se jí připravovat na matur. z biol., obtížně snáší ruch při praxích ve škole, vztah s A. je neuspokojivý, zároveň je jedinou možností, jak se nevrátit k rodičům... Co zde M. potřebuje? Jen to sdílet, nemá nikoho jiného. Medikaci užívá, není vyloučeno, že pokles frekvence výskytu PAN příznaků je projevem fatp. A: Náročná konz., M. je v ohrožení PPP, má rizika zvědoměná, ale chce si to podržet, ráda by vystoupila z neuspokoj. vztahu, ale musela by se vrátit domů. Bezmoc, též já zažívám ambivalenci: potřeba něco podniknout, nemožnost něco podniknout. P: Co v životě zůstává jisté, bezpečné, stabilní? Spol. konz. již A. vyloučil. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	18.3.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	14. Dramatická ztráta váhy.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: M. se cítí lépe... ale to proto, že hubne... nízký TK, omdlela na praxi... ztráta hmotnosti od min. týdne 3 kg... ví, že to je špatně... Od neděle nic nejedla, jen pije, usilovně cvičí. Ví o tom někdo? Adam je na dovolené, jen píše "měla bys jíst...", doufá, že to vyřeším sama. Býv. přítel o ni má skutečnou starost, ale M. si neumí představit, jak by jí mohl pomoci. Mamka něco víc, ale zdaleka ne všechno... otec její obtíže bagatelizuje ve smyslu, že si tím jen říká o pozornost a vyhýbá se povinností, nerozumí jí. M. pláče. Jsem bezradná... vím, že to není dobře... ale neumím si pomoci... Exploruji kontakt s Dr. Blažkem - zatím neproběhl, ale přiznává, že už na to myslela. Chce si M. ublížit? To asi ne. Chce umřít? Bylo by to jednodušší... Vyslovuji velké obavy a starost spojenou s dramatickým úbytkem váhy. Popisuji pravděpodobný scénář: buď se dostane do nemocnice nedobrovolně (např. až zkolabuje) nebo si řekne o pomoc z vlastního rozhodnutí. Prezentuji druhou variantu jako důstojnější a dospělejší s nadějí na rychlejší skutečné řešení. M. se brání přijmout představu hospitalizace mj. proto, že by to už potřetí bylo v době bratrových narozenin. Připouští však, že i ji napadá, že je to jediné řešení. Sjednávám s M. dohodu, že Dr. Blažkovi ještě tento týden zavolá, aby si vyžádala urgentní konzultaci a poradila se o možné hospitalizaci a podá mi o tom zprávu. A: Urgentní stav v kontextu dramatického úbytku hmotnosti (9 kg za tři týdny). Vadu M. k přijetí vlastní odpovědnosti za těžký stav, kt. víceméně uznává. Sjednána dohoda o kontaktování Dr. Blažka a projednání hospitalizace, a to ještě tento týden. Probrána alternativa: dojít do nemocnice sama, bez doporučení ambul. lékaře. Předávám kontakt na sebe. P: Sjednán termín a mezitím kontakt ohledně hospitalizace. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	1.4.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	15. Příjem potravy.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: M. přichází upravená, bez vnějších známek strádání, zevní známky úbytku váhy podobné jako minule, v interakci bez nápadností, váhavá. A. je částečně u ní, částečně doma, prý mu to tak vyhovuje, M. to znejišťuje ohledně toho, v jakém stavu je jejich vztah. Chodí na brigádu v oboru, vypomáhá cukrárce několikrát týdně. Ve škole prospívá, praxe jsou náročné (hluk), ale školní výsledky jsou dobré. Nedaří se jí učit na maturitu (druhá pol. v/2026), jak by chtěla. Procházíme reálný plán - zpracovat dvě otázky denně, nejlépe hned ráno, snad dnes a od Pá do Po, kdy má volno. Odměnou by bylo jídlo, ale to by vyzvracela. Ruší ji to, že myslí na jídlo. Týden si myslela, že to zvládne sama, proto Dr. Blažkovi nevolala, přibrala asi 1,5 kg, po týdnu se vrátila k hladovění, dopřeje si jen 300-500 kcal denně, jogurt, žitné či rýžové pečivo, kousek sýru apod. Aktuální váha 51,4 kg. Nyní má znovu pocit, že potřebuje pomoci; sjednáváme, že dnes, kdy má volno, se zkusí v ambulanci PsL stavit osobně. Nabízím, že Dr. Blažkovi zavolám a tel. jí předám, to odmítá. DŌma dost čte, knížky o PPP, inspiruje ji to v tom, že se to dá zvládnout, ale také v tom, jak přesvědčit okolí, že je vše ok... A: Situace se příliš nemění, nezdá se, že by nyní M. ztrácela váhu dramaticky, udržuje si značnou výkonnost, zvládá většinu svých běžných úkolů. Přesto téma PPP zůstává vysoce naléhavé a stav je rizikový. M. má na situaci převážně náhled, připouští, že nad ní nemá kontrolu. P: Sjednán termín 1/1. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	8.4.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	16. Nové cíle.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: M. avizuje, že se nemá dobře (jeví se pobledlá, ale v průběhu sezení se to mění k lepšímu; váha zjevně neklesá, spíše naopak, M. se neváží, ale odhaduje 55 kg). Po min. sezení si sjednala schůzku s Dr. Blažkem, včera proběhla, ale místo něj tam byla Dr. M. Blažková. Ta konstatovala, že stačí, když M. bude užívat léky a bude to dobré, další ko 01.06. To M. zklamalo, pravděpodobně se s PsL minuly, pro M. to dle ní pomoc nebyla. Od min. ko zde se M. rozhodla, že změnění stravování k lepšímu, ale rovnováhu se jí nedaří udržet, nekontrolovaně konzumuje víc jídla, pak zvrací... pak má výčitky svědomí a tento cyklus se opakuje. O víkendu se neplánovaně rozhodla jet za rodiči do Budapešti, s nimi pak zpátky, toto rozhodnutí si chválí, byl to dobrý čas. Podařilo se jí učit se, udělala 6 otázek.... ještě asi sedm jich zbývá. S A. je to nyní trochu lepší, ale M. vadí, že jí všichni říkají, že ho musí brát takového, jaký je... zatímco pro její potřeby nikdo nemá pochopení. Vysoce oceňuji, čeho všeho se podařilo M. dosáhnout. Jaké nové cíle si chce M. stanovit? Pokračovat v učení, sjednat si jídelníček ve spolupráci s výž. poradcem (od býv. přítele), napéct na bráchovu oslavu narozenin. Vyjadřuji přesvědčení, že to M. zvládne a že má své zdroje k tomu. A: Navzdory "neúspěchu" u PsL se zdá M. probuzená k tomu řídit si svůj život, náhled na své chování nadále prokazuje, je naděje, že tuto zkoušku zvládne. P: Sjednána ko opět 1/1. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	14.4.2026
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	17. Podpora v dalším postupu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: M. deklaruje, že se má dobře - povedly se zákusky na br. oslavu, pochvala mistrových za makronky, A. je přímější v komunikaci a vrací se na noc, Jackie je nyní více u M., takže se necítí sama, zvládla včerejší návštěvu u rodičů A., podařilo se jí učit, zbývají jen dvě otázky, daří se jí trochu jíst a zároveň se nepřejídat, zvracela jen jednou, dostala peníze za brigádu... Jaké budou další cíle? Učení, jídlo, Za co může M. sama sebe ocenit? Může to sama sobě říci? To odmítá, odvolává se na to, že by pro ni byl velký nezvyk sedět na druhém křesle, snad někdy jindy. A: M. se jeví podstatně vitálnější, lehce euforická, s chutí pokračovat takto dál. Je to nepochybně z části efekt vnějšího ocenění, kt. přijala. Cílem bude autonomnější stabilnější sebehodnocení. P: Sjednána ko 1/2. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	29.4.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	18. Podpora v směřování k maturitě.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: M. přichází vkusně upravená, jeví se klidná, normoforie, dobrá kondice. Užívá medikaci. Chválí si stravování moc to neřeší, napomáhá tomu to, že víc peče a vaří. To jí zároveň dělá radost. Daří se jí učit, pomáhá to, že ji navštěvuje kamarádka, termín 18.05. snad zvládne. Vynechává někdy školu po dohodě s učiteli, bude to muset dohnat po matur. zkoušce. Kontakt s rodiči uspokojivý, dobrý, bez kolizí. S Adamem vycházejí lépe než dříve, připadá jí vyrovnanější. Pomohlo by jí, kdyby s ním mohla mluvit o tom, co jí zaměstnává - potřebuje naslouchat, neřešit, neutíkat od tématu. Podporuji M, aby si o toto A.ovi řekla. Občas má pokušení rezat se, zatím to zvládá, pomáhá jí pečení, Jackie, pomohlo by moci si víc povídat s A. A: Dochází ke stabilizaci v dříve kritických oblastech (cvičení, anorektický přístup k jídlu), tenze se projikuje do nutkání k sebepoškozování, zatím tomu zvládá odolat. P: M. si říká o doprovod k maturitě. Sjednáno, že poté uvažíme další spolupráci. Jde zejm. o vyjasnění zakázky, indikace ke spolupráci je mimo pochyby. Sj
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky:	12.5.2026
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	19. Příprava na maturitu.
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	D: M. se připravuje na maturitu (příští Po), stav přípravy je vcelku uspokojivý, některé otázky by si vytáhnout nechtěla, je lehce znejištěná, že ji bude zkoušet někdo jiný, než s kým počítala. Dnes absolvovala příj. zk na RaL (FZS UPa), dosáhla o něco menší počet bodů, ale přijetí není vyloučeno, přesto se nastoupit nechystá. Je to společenská hra na přijímačky na VŠ, kterou hrají rodiče a ona? Větší obtíže M. působí nyní opět stravování, má tendenci se vážit a snižovat si dávky jídla. Pomáhá jí jíst s A. Pomohlo by odstranění váhy z domácnosti? Nebo plánování jídelníčku? Kterého "vlka bude krmit"? Oceňuji náhled, zvýrazňuji hlas a roli dospělé části. S A. byli na pěkném výletě; chystají se na zač. prázdnin na dov. do Řecka. A: M. se jeví v normoforii, s náhledem na otázky stravování, s vyjasněným plánem studia, s potřebným sebevědomím. P: Na příští konz. bude projednána dal. spolupráce, zakázka, intenzita spolupráce. SJ
Výstupy/domluvy:	.
Schůzku vedl/a:	Samuel Jindra

Datum schůzky: 26.5.2026

Forma služby:

Způsob kontaktu:

Jednání v zájmu
klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: minut

Zakázka:

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Výstupy/domluvy:

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra

Datum schůzky: 9.6.2026

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: 20. Úspěch.

Problematika:

Zápis ze schůzky: D: M. zvládla maturitu, i rodiče jsou rádi. Návrat do školy nebyl snadný, ale dokončit ročník nebude problém. Je rozhodnutá dál studovat oč. obor, i když byla přijata na RaL na FZS, počítá s tím, že příští rok to zkusí znovu, rodiče to akceptují. Chodí na brigádu, ale obává se prázdnin: šéfová s ní zřejmě počítá víc, než si M představovala. Jak se cítí a co potřebuje? Explorujeme protichůdné emoce a M. si ujasňuje, co by potřebovala s šéfovou vykomunikovat. S Dr. Blažkem cca před 2 týdny projednala svůj stav z konce zimy, jsou dohodnuti na dalším režimu spolupráce, pro ni to znamená nějaké konkrétní vyhlídky, to jí pomáhá. Vysadila již medikaci, nepůsobilo to zásadní obtíže, jako pohot. medikaci ojedinele užije alprazolam. Trápí ji vypadávání vlasů, spojuje to s předchozím obdobím redukované diety.
A: Konz. rekapituluje klidnější a uspokojivé období se zvládnutím úkolu, kt. byl pův. podnětem pro spolupráci. M. se jeví vcelku spokojená navzdory tomu, že por. příjmu potravy zůstává setrvalým rizikem.
P: Sjednáno, že na příští konz vyhodnotíme spolupráci a provedem příp. rekontrakt.
SJ

Výstupy/domluvy: .

Schůzku vedl/a: Samuel Jindra