



Číslo případu: 657

Název případu: Krajslová Michaela

Datum založení: 8.7.2025

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky:	8.7.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	mapování zakázky
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: mapování Klientka působí nervozně, nejistě, hovoří o sestře s OCD, která ji dělá starost a obavy. Sestra má na Míšu výrazný vliv, neboť její nezvládnutá agrese se promítá do fungování v rodině. U sestry došlo ke změně v loni v září, kdy nesložila maturitu, začala být agresivní, což trvá doposud. Sestra se loni vrátila zpět k rodině z Olomouce. Míša studuje Hotelovou školu v HK. Hovoří o sobě jako o snadno manipulovatelné. Míša má dyslexii, činí jí to občasné potíže s některými učiteli. Nyní se potýká s cholerickou třídní učitelkou, což ji asociuje podobné pocity jako se sestrou. Míša hovoří o paranoiditě, hlídá si soukromí, bojí se před spolužáky o něčem hovořit, aby nikdo neslyšel, co říká. Cítí rozpaky, nechce se ztrapnit. Míša má kamarády ze ZŠ. Míšu ve škole baví historie, nejde jí chemie, obava, že něco zkazí, nevěří si.
Výstupy/domluvy:	Z vyprávění klientky mám pocit velké nervozity, nejistoty, výrazné úzkostnosti, která je patrná na pohled i poslech.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 657 | číslo formuláře: 8657

Datum schůzky:	5.8.2025
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	podpora, sebevědomí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: kamarádství Míša přichází s tím, že sestra užívá antidepressiva, která zabírají a začala se opět chovat normálně, příjemně. Na Míše je znát zklidnění. Nyní je smutná, neboť ji blízká kamarádka ze ZŠ napsala sms zprávu s tím, že se loučí, nechce dál být s Míšou v kontaktu. Míše nic neobjasnila, odmítla se sejít a probrat to. Dříve učinila něco obdobného i druhé ikamarádce, je možné, že se znovu ozve. Míša situaci nerozumí, může to být i zátěží, kterou na ni hrnula.
Výstupy/domluvy:	Druhá šance s vysvětlením a limitováním.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Datum schůzky:	27.8.2025
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	podpora k asertivitě
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: práce s úzkostí Míša hovoří o úzkosti ze setkání s kamarádkou, která jí odmítla. Raději sedí doma, nikam nechodí a strach z kamarádky roste. Začátek školního roku, obava z češtinářky, která nenese libě Míšinu dys.. Prezentace, zvládne přednést, ač se necítí dobře.
Výstupy/domluvy:	Možnosti, jak se o sebe postarat ve škole (sama, rodič). Práce s úzkostí, překonání, důsledky.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 657 | číslo formuláře: 9087

Datum schůzky:	17.10.2025
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	podpora k asertivitě
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: sociální úzkost Míša hovoří o prohlubující se sociální úzkosti. Každou přestávku odchází ze třídy, při návratu hledí do mobilu. Má obavy z natáčení spolužáky, hovoří o vědomí své paranoi ve více situacích. Edukace sociální vyhýbavosti, možnosti změny. Kamarádku, o níž byla minule řeč neřeší. Ozvala se jí, ale Míša ji ignorovala. Nyní již nepanuje strach ze setkání.
Výstupy/domluvy:	Edukace, mapování možností práce se sociální fobií.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 657 | číslo formuláře: 9422

Datum schůzky:	3.12.2025
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	překonávání úzkostí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: silná úzkost Míša hovoří o značné zátěži ve škole, kterou nyní vnímá. Vyhýbání kolektivu pokračuje. Vyzkoušela vydržet ve třídě, dařilo se an poté nastal zlom, rozhodila ji učitelka a Míša ze třídy opět odešla. Téma studu x ztrapnění, sjednocuje, ale přikládá zvýšený význam chybně. Některé učitelky Míšu podporují, Míša k jedné o přestávkách utíká.
Výstupy/domluvy:	Míša zažívá silné úzkosti, které se mi nezdají standardní. Hovoříme o aplikacích na zvládání stresu a zmiňuji do budoucna i možnost antidepressiv. Míša se lékům velmi brání.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Datum schůzky:	21.1.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	překonávání úzkostí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: posun Míša se rozhodla přehodnotit některé své postoje. Stres kvůli učení z větší míry zanechala ve starém roce. Povedlo se kom unikovat se spolužačkami ve třídě, snížit úzkost ze snahy zesměšnit ji. Dokáže setrvat ve třídě o přestávkách. Nyní chodí pozdě spát, v průběhu dne prokrastinuje, poté nestíhá poivinnosti. Rodina, matka ji dříve kritizovala, že je stejně divná jako babička, na tom se shodovlala se sestrou. Otec byl vždy bokem těchto výroků. Rodiče se Míšu snažili vždy držet bokem od všech akcí přiléhavých věku, proto přispěli ke zvýšení Míšiny úzkostnosti.
Výstupy/domluvy:	Úprava režimu. Náhled na rodičovské chyby a práce s důsledky.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 657 | číslo formuláře: 9720

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:	překonávání úzkostí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: dovolit si jednat svobodně Míša hovoří o svých obavách, aby se někomu něco nestalo, proto se brzdí při sportu atd. Míša učinila pokus, oslovila dívky ve třídě, o nichž měla představu, kterou si vyvrátila. Míša hovoří o svých omluvách za nic, které její okolí (přátelé) dráždí.
Výstupy/domluvy:	Náhled na nesvobodu, kteoru pěstovali rodiče, není funčkní. Podpora v získávání korektivních zkušeností s okolím.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Datum schůzky:	25.3.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	překonání úzkosti
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: stres z průměru Míša hovoří o velkém stresu a talku, který zažívá ze strany školy na výsledky. Škola si nastavila studijnín limit 2,30, do něhož se žáci musí se známkami vejít, pokud ne, budou škole hradit 5 tisíc. Míše vychází průměr 2,11 a dělá si hlavu, jak to zvládne, když ji čeká ještě tolik testů. Míša se potřebuje uklidnit, málo spí, věnuje se studiu, je dylsektik, proto se cítí o to více zatížená. Míša absolvovala ples maturantů, na který ji pozvaly spolužačky. Učitelé ji fandili, měli radost z Míšiny socializace.
Výstupy/domluvy:	Rozmluva s rodiči a podpora případného zajištění v podobě poplatku škole, aby si Míša byla schopná v klidu zajistit přípravu do školy.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 657 | číslo formuláře: 10082

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:	překonání úzkosti
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: obavy z propadnutí Míša se cítí v úzkosti, je to na ni fyzicky patrné. Čeká ji důležitý test z účetnictví, na který se necítí připravená a má obavu, aby si špatnou známkou nezhoršila průměr. Míša se učí do večera, poté je unavená a nepřináší to zisk v podobě lepšího ohodnocení. Možnosti doučování? Rodiče uklidnili Míšu, že pokud by měli platit poplatek školy za horší průměr, nevadí jim to.
Výstupy/domluvy:	Práce se stresem, "kouzelná propiska".
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Datum schůzky:	6.5.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	překonání úzkosti
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: práce s úzkostí Míša nakonec nepsala test, neboť jí bylo fyzicky zle. Nyní ji čeká ho dopsat. Zítra píše z účetnictví, v něm si věří, jde o teorii. Míša má v létě v plánu odjet na tábor, kam jezdí pravidelně. Ráda by s kamarádkou vyrazila někam sama, ale nemají nic domluvené. Míša je plná nedůvěry vůči pozitivním signálům od okolí. Primárně je vůči nim kritická a neumí je přijímat, i když nakonec přijme. Hovoří o spolužačkách, které s ní oslavily narozeniny, pozvaly ji na kávu, Míša v těchto gestech stejně jako v pozvání na ples stále nevidí projev přátelství, drží se v bezpečné vzdálenosti. Vše propojuje s minulou zkušeností.
Výstupy/domluvy:	Náhled na reálné vztahy, jejich nedokonalost, ale rovněž přijetí pozitivních gest, které naznačují sympatie.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 657 | číslo formuláře: 10344

Datum schůzky:	20.5.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	překonání úzkosti
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: postarat se o své potřeby Míša hovoří o doučování z AJ, které ji nevyhovuje, cítí se stresovaná, před hodinou zvrací, nemá k doučující důvěru, setrvává pouze proto, že nechce ublížit doučující tím, že ji připraví o výdělek. Míša se během konzultace vrací k několik bolestným vzpomínkám z dětství, u nichž se třese. Míša je silně úzkostná, má nezpracované zážitky, které ji ohrožují i nyní, ač již nemají dosah na současnost.
Výstupy/domluvy:	Podpora se postarat o své potřeby i přes možné "ublížení", odchod, kritiku.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová

Datum schůzky:	24.6.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	překonání úzkosti
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Téma: Míša ukončila doučování, reakce byla přijatelná. Míša odjíždí na tábor, příští rok by se ráda stala praktikantkou. Míšina paranoia je ve fázi obav ze sebe, aby z hrůzy nepronásledovala kamarádku na táboře, za kým jde, co komu sděluje, zda Míšu nepomlouvá. Potřebuje se zaměstnat, aby to nečinila. Míša má utkvělou představu, zkušenost ze ZŠ, že Ti co ji znají ji ublíží, i přesto, že se na SŠ nic podobného neodehrává. Paralela se sestrou, jejím psychickým stavem.
Výstupy/domluvy:	Míša je výrazně paranoidní, dříve odmítla návštěvu psychiatra. Prozatím své stavy překonává svépomocí.
Schůzku vedl/a:	Lenka Linhartová