



Číslo případu: 691

Název případu: Hudec Mikuláš

Datum založení: 14.10.2025

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 691 | číslo formuláře: 9065

Datum schůzky: 14.10.2025

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: navázat spolupráci

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Dřívější/stávající spolupráce:

- Dr. Rýznarová od 20 let
- Dr. Belajev, PhDr. Melichová - s tou se nerozloučil, pauza, pak se styděl (teď je 7 let)
- stacionář

Dg a medikace:

- generalizovaná úzkostná porucha, OCD, sociální fobie, ...
- od 2017 ČID I.stupně
- užíval Asentru, ale po samovolných vysazeních už neměla požadovaný efekt, nyní Velaxin
- PA mívá těsně před obávanou situací

škola a práce:

- ZŠ jakžtakž, "potíže" už tam, ale šlo to, následně plynárenské SOU, následně chtěl maturitní nastavbu, 1.rok nebyl přijat, rok šel na SOU obor kominík, to už se přes ranní rituály nedostal do školy, cca 0,5 roku pracoval v Penny (a to šlo)
- následně se na nastavbu dostal, ale opět, rituály nedovolily dostat se tam, dostal IP, ale ten nepomohl
- následně pomoc Rýznarové a Belajeva
- 3 roky pečoval o osobu blízkou, do dědečkovy smrti (2020)
- zkoušel práci na dálku, takové brigády (v e-sjopech má doposud), ale vnímá, že mu více prospívá fyzická práce venku - např. v lese, sváření
- občas brigádníčil pro Charitu (pracuje tam máma)

rodina:

- starší sestra (o 9let), na rodiče a rodinu má zcela jiné vzpomínky než M., sestra má 2 děti Jeníka - 4 roky a Aničku 0,5 roku (M. se jim věnuje)
- nyní žije v dvougeneračním RD se zahradou spolu s mámou
- rodiče se rozvedli v jeho 11ti letech
- máma zůstala sama, táta měl vztah, který měl již v průběhu manželství, nyní je těsně po rozchodu, máma mu to přeje, T už má další přítelkyni, podle M. se o sebe neumí postarat /ani si uvařit/
- 1x se stěhovali, dřív bydleli v Přelouči na kopci, teď pod kopcem
- s dědou z máminy strany se moc nevidali
- hodně rodinných usedlostí, T bral rád děti na Moravu, kde má chatu, M. měl na místo dlouho averzi (táta ho tam bral za "kamarádkou"), před nedávnem se na místo po 16ti letech vrátil

další info:

- nikdy neměl přítelkyni
- nemá ŘP, ale ráda by si ho výhledově udělal - otevřelo by mu to dveře k zaměstnání (rád by se věnoval např. malířským a zednickým pracím)
- obává se, co si o něm druzí řeknou

volný čas a ŽS:

- chodí do posilovny cca 2-3x týdně
- chybí mu kolektiv, kterému se chtěl v minulosti vyhnout
- přestal kouřit po snu, ve kterém mu byla sdělena smrtelná dg

zabezpečovací rituály a kompenzace:

- rozumí tak, že při porodu škrcen na pupeční šňůře, po narození potíže s ledvinami
- vztah se pro M. = konflikt (nikdy u rodičů nezažil jinak)
- sám hledá alternativní cesty řešení potíží - holotropní dýchání (medikace a jeho dg je kontraindikace u daného Č), akupresura
- masturbace - byla dlouhou dobou jedním z hlavních způsobů, jak snižoval tenzi
- odpoutání pozornosti a koncentrace na něco jiného - pomáhá např. nemoc
- rád by docházel na ketaminem asistovanou terapii v Praze, IT je ale podmínkou (to je jedna z motivací M., proč je tu)

co pomáhá:

- vnitřní zpěv, klidové dýchání, akupresurní body (poklepávání)
- vyhybavé strategie již nepraktikuje, "otužuje se"

Výstupy/domluvy: naše první konzultace s Mikulášem proběhla (vzhledem k potížím, které sem M. přivedly) příjemně. M. byl v první polovině očividně nervózní, to mu ale nebránilo v otevřenosti. Vnímá Mikulášův náhled a sebereflexi. Mikuláš ví, kam by na své cestě rád šel, směrem k sebe-posílení a síle čelit běžným nárpům života a zvládat je (ŘP, práce, vztah). Od spolupráce očekává prostor pro porovnání a pohled jiné nezúčasťené osoby. "Nátroje" už má, o ty nestojí. Domlouváme se na spolupráci ve frekvenci 1x za 14 dní.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 691 | číslo formuláře: 9155

Datum schůzky:	29.10.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	2.IT Úvod: Mikuláš si pár dní před sezením ověřuje termín (píše na různé telefony), stíhám reagovat včas, termín potvrzuje a do budovy přichází cca o 20 minut dřív Dojezd: doznívání a přemítání; těsně po úleva Aktuality: • pocít, že nová medikace (poslední 0,5 rok) zhoršuje paměť • PŘEKONÁVÁNÍ PŘEKÁŽEK: • 5.11. čeká první návštěva Psyonu (už tam byl s tátou, teď pojede sám) • má v plánu jet sám vlakem do Blanska • cesta sem - v Přelouči mírná nervozita, vlak OK, v Pcích už lepší MHD, Grand • nervozitu a úzkost pomáhá rozchodit Témata: • co upracováno v předešlé spolupráci • Dr. Belajev - M. více v roli přijímače, edukace, zrelativizoval význam strachu, významné přijmout, že nikdy úplně nezmizí • Dr. Melichová - role vyvážené, útrpné, že nebyl připraven ke změně, zažíval strach, že terapeutku zklame a co si o něm myslí • vztah s rodiči "otec slaboch, máma despota" • máma - ne tak vřelý vztah, poporodní deprese, dřív ji obviňoval z rozpadu rodiny • táta - citlivější, s každým chce vyjít po dobrém, slabošství po něm • ohradit se v situacích, kdy je to na místě • strach z dehonestace a veřejného ponížení Rozpoložení a prožívání: • úzkosti a strachy • sebereflexe a sebekritika Výstupy/domluvy: Mikuláš se projevuje motivovaně (překonává překážky i při cestě sem), přitom je jeho primární motivace pro léčbu ketaminem. Připomíná mi, co jsme minule nestihli dopovědět (co upracoval v předchozí th spolupráci). I dnes se M. projevuje otevřeně. Pozastavuje se u svého "slabošství po otci" a to pak konkretizujeme a společně si prohlížíme. Mikulášovi se daří objevit, že jeho zdrženlivost projevít se je krmena obavami z dehonestace a veřejného ponížení. Jako zajímavost M. uvádí zprávu z psychologického vyšetření z jeho 10ti let, která je podle něj, pro něho vypovídající i dnes.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	10.11.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: cca hodinu před sezením Mikuláš poslal zprávu z PPP ze svých 11ti let, před sezením jsem ji nestihla přečíst Aktuality: - dnes probíráme zcela okrajově - Morava s taťkou proběhla jinak (táta změnil plány a jelo se autem) - do Psyonu se M. nedostal, nasedl na tramvaj v protisměru, má nový termín Témata: - osobnostní specifika M. - nejistota a stud, neúspěch mrzí, podpora povzbuzuje - jaký přístup jsem v dětství potřeboval a neměl - "jemnější vedení" - místo toho dominantní máma a autoritativní učitel na 1.stupni 1.stupeň ZŠ jako dlouhé období plné traumatizací "jsem v něčem, v čem být nechci a co jsem si nevybral" (tábory, kroužky, ale i samotná ZŠ) - pocit "Tvůrce" se objevil až po zhoršení stavu - přístup k ČID - stud a sklon tajit před vzdálenějším okolím (záleží na názorech vzdálenějších druhých) Rozpoložení a prožívání: "něco je se mnou v nepořádku" - v dětství (PPP) - zranění (že mi máma řekla výsledek vyšetření IQ) - výčitky a pocit křivdy ze strany mámy za to "že jí tak dlouho trvalo, než pochopila a přijala moji a ségry odlišnost" - stud
Výstupy/domluvy:	přirozeně se dnes dostáváme k tématu, čeho se M. v životě (dětství) nedostávalo. Mikuláš popisuje výstupy z PPP, ze kterých bylo možné vyčíst, že potřebuje jemnější vedení. Místo toho na něj máma aplikovala přístup, který se jí osvědčil na 1.dítěti (starší sestře), ten se ovšem rozcházel s potřebami a bytostným založením Mikuláše. M. překvapuje můj dotaz po jeho tehdejších potřebách a vhodném výchovném přístupu. M. následně popisuje, že se domnívá, že patřil mezi děti, které potřebují dostat prostor, aby samy pro něco zahořely a až následně by bylo vhodné podporovat jej v tom. Mikuláš se vrací za starými zraněními (pravdivá informace o výsledku IQ testu) ze strany mámy nebo tlak na účast na volnočasových aktivitách (domnívá se, že máma byla vedena více vlastní potřebou odpočnout si, než zájmem o M.). Tyto zážitky M. mámě již nevyčítá, ale mluví o nich jako o zraňujících s přímým dopadem na sebevědomí. Zdrojově pro něj fungovali kamarádi. K tomu, co je zdrojově dnes se nedostáváme. Sezení je věnováno období ZŠ.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 691 | číslo formuláře: 9333

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: posilovat sebe-uvědomování

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:** M. se ptám na dnešní cestu a aktuální rozpoložení

Aktualita:

- včera Psyon, seznámení s parametry a předběžným harmonogramem programu)
- milá interkce s paní Korbelovou (100letá sousedka, pomohl jí s kolem)

Témata:

- závislostní chování a nutkavost (zná od dětství u sebe i od táty, i od dědy)
- stud za současný stav (ČID, uvězněnost doma, úzkosti)
- podoba "masivní úzkosti" a strach z ní (nechávám si dopodrobna popsat)
- potřeba obstát a anticipační strach z názoru a odsouzení druhými (tendence číst i neutrální reakce proti sobě)
- vztah s rodiči - vzdělenost - dělí je "předsín" - u táty vznikla odloučením fyzickým, u mámy jejím znejišťujícím přístupem, zpochybňováním, direktivitou, potřebou do všeho vstupovat za sebe, rozdmýčávat pochybnosti (kriticky komentuje vše, včetně mého th směru) :-)

My: když M. popisuje, jak je pro něho nesnadné hovořit o těžkých tématech (Psyon), ptám se, jak je to zde, M. odpovídá, že o zde to bývá těžké, dotazuji se, zda by bylo možné, aby M. o svém prožívání mluvil rovnou zde na místě, ve chvíli, kdy nervozitu/napětí/ostychcítí, M. říká, že se o to může pokusit, ale vyjadřuje předpoklad, že to bude snadnější zpětně

Rozpoložení a prožívání:

- trvalá, ale zvládnutelná úzkost
- chuť a odvaha ke změně, odhodlanost

Výstupy/domluvy: dnes pracujeme více s Mikulášovým prožíváním (tělesným i emočním) tady a teď. Mikuláš vypráví o svém **závislostním a zabezpečovacím** nastavení od dětství po současnost. Opět pojmenovává největší výzvu a strach z **VČASNÉ REGULACE EMOCÍ** (aby úzkosti neeskalovaly). A končíme tématem **vztahu s rodiči**, kdy blízkosti brání **předsín**. Mikuláš konstatuje, že "odcizení s tátou je dáno tím, že jsme spolu nežili a odcizení s mámou tím, že jsme spolu žili".

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 691 | číslo formuláře: 9441

Datum schůzky: 10.12.2025

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: posilovat sebe-uvědomování

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Aktuality:

- dnes M. přichází obtěžkán batohem, odsud se chystá za tátou do nemocnice
- další zajímavý zážitek ze střechy (převrácení cisterny) - přiběhl k nehodě, přivolal pomoc

Témata:

- nemocnice - asociace a vzpomínky
- konec života a představy o dobré smrti
- úzkosti v rodině - babička doposud obavy o tátu (volá, aby se ujistila, že je OK)
- specifika různých rodinných příslušníků (2. babička "manipuluje" i když to dobře myslí, strýc proutní, ...)
- **ztráty** - donucen vzdát se kartiček hokejistů (cca ve 12ti letech, v 5ti ztráta plyšáka v OC) - pořídil si náhradníka "rotvajlera" - toho dal pejskovi do hrobu
- **"pustit se toho, z čeho jsem vyrostl"** - výzva
- **separace** - fyzická (má v plánu) - na názorech (velký vliv, **potřeba** "požehnání", které ale nepřichází - na náladě

Rozpoložení a prožívání:

- odhodlanost (viz separace)
- úzkostnost x vůlí řízená stabilizace
- strach z výbuchu - ohrožení života mého x ohrožení života řidiče
- přímo v krizové situaci plynutí a jednání x úzkost o samotě (cesta pro pomoc)

Výstupy/domluvy: dnes Mikuláš vypráví o rodinných příslušnících, vzpomíná na minulé ztráty. Více se zastavujeme u tématu potřeby SEPARACE OD MÁMY. Mikuláš se dotýká matčina vlivu na jeho jednání ... konkrétně potřeby "požehnání" ze strany mámy (to z máminy strany častěji nepřichází).

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	6.1.2026
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat schopnost vypořádat se s úzkostmi
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: • s Mikulášem si píše den před sezením (posunutí začátku kvůli mé návštěvě zubaře) • zuby, návštěvy zubaře jsou úvodním tématem (M. mluví o tom, že má 15 korunek a jeho návštěvy u zubaře jsou poměrně časté) • popisuje konkrétní příhodu, kdy zubaře sdělil, že právě bojuje s úzkostí Aktuálně: • 22.1. čeká Psyon, následně uvažuje o intenzivnější pst - zřejmě stacionář (raději než pobyt) • vzpomínky na Honzu ze stacionáře v Pcích - podobnost v reaktivitě • společná cesta s rodiči do Úval za sestrou náročná, verbální přestřelky mezi nimi, resp. máma útočná vůči tátovi - M. se v kolíně vymezil Témata: • potlačená agrese a kde si ji M. dovoluje (více vůči sobě - výčitky a sebeobviňování) • ... vůči mámě (když dává rady), vůči tátovi - po rozpadu jeho 2. manželství - jakoby o blízkost ve vztahu s tátou přišel zbytečně, navíc zážitek rozpadu pevného bodu (u nich oáza klidu a pohody) Rozpoložení a prožívání: • tendence k potlačování agrese • naděje (Psyon) • odhodlanost k práci na sobě
Výstupy/domluvy:	dnes se s Mikulášem více zastavujeme u tématu POTLAČENÉ AGRESE. Mikuláš si je vědom toho, že má k totmutu sklony a aktuálně se snaží vědomě posilovat sebevymezení a sebevyjádření. Dotýkáme se konkrétních situací, kdy se tak děje. To, k čemu se dnes ještě nedostáváme, je co by se bývalo dělo, pokud by svůj vztek nepotlačoval. Vzpomínky na Honzu (z dřívějšího stacionárního pobytu) Mikuláše vedou k vnímání podobností mezi H. a sebou. Díváme se nejen na podobnosti, ale i na rozdílnosti mezi H. a M.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 691 | číslo formuláře: 9637

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: stabilizovat se

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:** v mezidobí mne kontaktuje M. SMSkou, ve které mne informuje o tom, že se mu natolik přitížilo, že pro tuto chvíli zrušil spolupráci s PSYONem a zvažuje stacionář, M. mne žádal, abych frekvencí jeho návštěv počítala (jako doposud)

Aktuality:

- před započítáním plánovaného začátku spolupráce s Psyonem se vyrojilo několik nových situací, které vyžadovaly bezodkladné kroky (odběry krve, zaplacení peněz) k tomu již dřívější nejistota, co samotná spolupráce s M. "udělá" - to probudilo silné úzkosti
- 14 dní viróza - v tom čase nebyl v kontaktu s okolím (cvičení) - přibyla další překážka, návrat do světa byl/je náročnější

Témata:

- **hledání porozumění úzkostem**, které se před začátkem spolupráce objevily s nebyvalou intenzitou
- volba stacionáře Pha x HK
- **laťka obtížnosti** a práce s ní "HK = laťka obtížnosti, kterou bych (když si pomůžu lékama) mohl přelést" (nikoli skočit)
- kompenzace úzkostí skrze závislosti (nikotin, masturbace, tlak na vyprazdňování,..)
- **strach ze svých reakcí na neznámo** viz nová situace "jako když stojím před zavřenými dveřmi a čekám, co bude za nimi to je pro mě naprostá katastrofa neznámo, to je to nejděsivější, resp. to, jak na to budu reagovat" (klepavka a stavy blížící se šílenství)

Rozpoložení: úzkostné, ale odhodlané hledat pomoc

Výstupy/domluvy: spolupráce s M. je pro mne velmi příjemná v tom, jak ke svým potížím přistupuje. Své potíže přijímá, zodpovědnost nese (nesnaží se jí přesunout na odborníky). V závěru se M. daří pojmenovat strach za strachem - a to **strach ze ztráty kontroly a výzvu poddat se**.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	3.2.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: • paliativní péče - dnes jsou tu koelgové z paliativy v hojném počtu • M. rezonuje - téma péče o umírajícího dědu a odchod psů • "smířování se s něčím, co je neodvratné" x "jinak chci mít razantní vliv nad průběhem věcí" Témata: • význam rituál a chybějící pohřeb v procesu rozloučení s babičkou (nevymazal její tel.) • stacionář Praha - 27.2. informativní schůzka, od března nástup • říkám si o pomoc tam, kde se mi nemůže dostat (přivolávání táty, který sám trpí úzkostmi a šíří je) • vyhnutí se návštěvě u zubařky (a pocit selhání) • postoj k úzkostem "blbě se to přijímá a ještě hlůř se to prezentuje" • podosobnosti v autobuse já (kritik, obhájce) Rozpoložení a prožívání: • sebekritika • stud • pocit selhání
Výstupy/domluvy:	s M. dnes pracujeme s jeho POSTOJEM k jeho úzkostem - stud, pocit selhání. Ty vedou k tabuizaci a znesnadňují otevřeně sdělit okolí (viz příhoda s přebjdnáním u zubařky - která nic nevyřešila, přebjdnán na tentýž "problematický" čas). Hovoříme o možných přínosech TRANSPARENTNOSTI (zejména pro posílení vlastního přijetí a čelení strachu z odsouzení okolím). Téma PŘIJETÍ (či neúplného přijetí) se objevilo i v jiném kontextu - x let po babiččině smrti stále její tel.číslo.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

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:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: • přeloženou páteční návštěvu u zubařky ještě jednou přeložil, zastavil se osobně a domluvil se jako náhradník po 9.hodině • 1x týdně jezdí na dřevo, naposledy přehnal, bolesti těla • M. si nastavil adaptační režim před nástupem do stacionáře - nastavuje se na časnější vstávání • v pátek jel plavat, v sauně potkal kamaráda, ten se nabídl, že M. doprovodí do "mekáče", to byla pro M. situace, se kterou nepočítal, ale neodmítl ji (řekl si "proč ne!"), cesta nakonec byla spojena s návaly úzkosti po cestě, ale M. ji zvládl • hučení v uchu - už týden (zná z minulosti) Témata: • rozbor páteční situace • "strach ze znemožnění se" • stigmata - vidí/vnímá je jen Mikuláš nebo i ostatní? • somatizace Rozpoložení a prožívání: • stud a strach ze znemožnění se • tlak i fyzický • dnes větší psychomotorický neklid před i přímo na sezení • dnes bolest trapézu na sezení
Výstupy/domluvy:	dnes se s Mikulášem věnujeme jeho pátečnímu "náběhu" na PA. Zjišťujeme, že náš pohled na danou situace je výrazně odlišný. M. vyjadřuje nespokojenost, že situaci setkání s kamarádem a akci mimo plán takto prožíval, já velmi oceňuji, že se situaci nevyhnul a naopak jí šel vstříc. Zachycujeme také M. pocit STRACHU ZE ZNEMOŽNĚNÍ SE. Nabízím také sociologický pohled na úzkosti a společenskou toleranci ve smyslu "známosti" úzkostných prožitků pro většinu z nás. S M. se uvidíme před pobytem ještě za týden.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky: 24.2.2026
Forma služby: Ambulantní
Způsob kontaktu: Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta: NE
Počet jednání:
(v zájmu klienta)
Délka schůzky: 60 minut
Zakázka: stabilizovat se
Problematika:
Zápis ze schůzky: **Dojezd:** strach ze znemožnění se

Aktuality:

- Mikuláš přichází po extrakci stoličky, u zubařky strávil 2,5 hodiny, díru po zubu mu i šila a M. krvácel déle, než bývá zvykem, zubařka byla nervózní a "strašila" M. nemocnicí
- tuto protrahovanou situaci provázely úzkosti, které přicházely ve vlnách
- další návštěva zubařky proběhla rychle a bezbolestně
- opakované situace vedly k větší "otužilosti", Mikuláš dále zvládnul nákup i dnešní cestu

Témata:

co vytěžil z psychicky náročné návštěvy u zubařky?

- úzkost může přijít kdykoli, ne jen v situacích, kdy ji očekávám
- oporu našel v sobě (po té, co i nenašel u Dr. která sama znervózňela) větší koncentrace na negativa než pozitiv
- všímáme si i zde, M. má tendenci si na příhodě všímat negativ
- někdy až na sklonku dne přichází hezký pocit, M. si není jistý, zda to není tím, že konec dne je "zárukou", že dnes se už nic dalšího hrozného nestane tady na místě - zachycení pozitiv situace
- vděčnost, že jsem se do situace vydal, i za to, že dobře dopadla
- radost a potěšení, že jsem neuhnul
- fascinace
- slabší odvat hrdosti na sebe, že jsem se nezhroutil

Výstupy/domluvy: dnes proběhlo poslední sezení před Mikulášovým nástupem do stacionáře v Pze. Věnujeme se zejména posledním situacím, kdy M. čelil úzkostem (2,5 hodinový zákrok u zubařky). Jako dominantní téma dnes vyvstává NEDOSTATEČNÉ PROPOJOVÁNÍ SE S EMOCEMI (jinými než je úzkost). Ukazuje se, že je pro M. náročné dát prostor i pozitivním emocím a sebeocenení jako je např. vděčnost, radost, hrdost. (Ty by přicházely, pokud by jim M. poskytl příležitost). V závěru se loučíme, M. se nemá k odchodu. Dnes úzkost cítil i na sezení, když se vracel k situacím, v nichž úzkost prožíval.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	14.5.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: - Mikuláš do budovy přichází o 30 minut dřív, přijímám jej na čas - dnes je v budově rušno (paliativa má vzdělávání) - Mikuláš přichází ozdoben (dva náramky, prsten) Aktuality: - Mikuláš má po 2 měsících ve stacionáři, líčí průběh 6 týdnů "záběh", následující 2 už dobré - v 7mi členné skupině byl jediný muž, ve skupině zažíval blízkost, skupina nešla do konfliktů a konfrontací - navázal přátelské vztahy, jsou si dále v kontaktu Témata: - reflexe pobytu ve stacionáři - přínosy: nácvik odmítnutí, zážitková technika důvěry "aha" - vnitřní potřeba vyhovět druhým, téma vlastních hranic - další plány a jejich proměny v důsledku sebepoznání (např. víc by vyhovovala práce v týmu než o samotě) - rekontraktování a pozitivní ZV k naší spolupráci Rozpoložení a prožívání: "otřkanější" - víc v kontaktu se svojí mužností "vztahovější" ve smyslu ochoten dát důvěru, otevřít se a víra, že to je možné zažít i mimo skupinu - zřejmě sebevědomější (ale to Mikuláš nesděluje přímo) - Mikuláše vnímám jako "rozněžnělého" ze zážitku spolubytí a sounáležitosti
Výstupy/domluvy:	- reflexe pobytu ve stacionáři v Praze - nastínění dalších životních kroků - rekontraktování Mikuláš se dnes projevuje otevřeněji. Dnešní sezení si moderuje sám. Já vstupuji jen mírně. Opakovaně se sem vrací téma "mužské cti", mužnosti apod. Mikuláš rovněž poskytuje ZV i mě, poté, co se jej ptám, jak si představuje spolupráci nyní (rád by pokračoval až do nástupu do dalšího stacionáře, ze kterého by pak rád přešel rovnou do chráněného zaměstnání). Mikuláš mi dává ZV, že mu spolupráce se mnou vyhovuje, poskytuji mu ZV, ale adekvátní a je mu se mnou "příjemno". Oceňuje i útulné prostředí včetně pohodlných křesel.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 691 | číslo formuláře: 10447

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: posilovat sebe-uvědomování

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:** Mikuláš přichází cca o 30 minut dříve, nabízím možnost začít o 15 minut dřív, M. ji využívá

Aktuality:

1. M. bude nastupovat do stacionáře na 3 měsíční pobyt (už ve čt), proto se dnes vidíme na dlouhou dobu naposledy, následně by M. rád pokračoval do zaměstnání
2. byl v Praze, kde se potkal s kamarádkou z předešlého stacionáře - tam v parku nervozita - WC a oxazepam
3. plánování dalších kroků (možná ještě komunitní pobyt a pak už práce), úvahy o otevírání se partnerskému a intimnímu životu
4. na týden vynechal masturbační úlevný rituál a zjistil, že to jde i bez něj, že má víc energie

Témata:

1. aktuální zátěže a jejich zvládání
2. protrahovaná separace od mámy
(komplikovaný příchod na svět, císařský řez, po měsíci znovu v nemocnici, máma poporodní deprese, ... vzpomínky na pohled z okna v MŠ, neplakal, vzpomínky na tábor, kde mu bylo teskno, ...)
1. intimita a sexuální touha (doposud platonická zamilovanost do učitelky nebo zubařky) - úvahy o otevírání se tomuto světu (Badoo a zraje nezávazné vztahy)

Rozpoložení a prožívání:

1. odhodlanost a plánování
2. síla, schopnost čelit zátěži a překonávat překážky
3. růstové a rozvojové

Výstupy/domluvy: s Mikulášem se na dnešním opakovaně dostáváme k tématu SEPARACE a INDIVIDUAČNÍHO PROCESU. Mikuláš ve čtvrtek nastupuje do režimového stacionáře v Praze. V souvislosti s tím se oslovuje právě téma separace i toho, čím byla v jeho životě v předešlých fázích komplikována. Hovoříme také o vztazích, sexualitě a otevřenosti pro partnerský život.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová