



Číslo případu: 692

Název případu: Chlupová Kristýna

Datum založení: 16.9.2025

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky:	16.9.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Telefonní hovor
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	40 minut
Zakázka:	zreflektovat náročné období
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Úvod: - dnes jsme se s Kristý měly setkat poprvé pod záštitou Enka - Kristý ale onemocněla, kontaktuje mne tak alespoň telefonicky, ráda by probrala poslední období Situace: - v průběhu posledních 2 let školní úzkost, která vedla k časté absenci ve škole - v minulosti PPP, sebepoškozování a suicidální myšlenky, 1x úmysl zemřít (včetně pokusu) - napjaté vztahy s tátou a epizodicky i mezi rodiči - s přítelem Vojtou závislý typ vztahu (V. žárlí, neschvaluje, aby K. chodila s kamarádkami na zábavy, pokud jde, je to "velké téma") - častá nemocnost Aktuality: - Kristý dělala v průběhu prázdnin 7 zkoušek z předmětů, ve kterých neměla dostatek klasifikace, všechny zkoušky zvládla - nejtěžší pro ni byly laborky - může pokračovat ve studiu se svým ročníkem (což se ke konci školního roku jevilo jako velmi nepravděpodobné) - dnes onemocněla, podezření na mononukleózu - má přislíbený tablet (i pro studijní účely) Témata: - reflexe náročného období - zvědomění "utíkat před něčím, co mě stejně dožene, nemá cenu" Rozpoložení a prožívání: - sebepotvrzení (zvládnout dostat do hlavy velké množství učiva) - úleva
Výstupy/domluvy:	Kristý se dnes nevidíme osobně, ale alespoň se slyšíme. Tel. konzultace má ponejvíce charakter reflexe náročného období. Kristý rovněž zdůrazňuje uvědomění si významu překonávání překážek. Svým úspěchem při zkouškách je značně posílená. Je zjevné, že dnes je víc v kontaktu se svým sebevědomím a vírou ve své schopnosti. Vyjadřuje obavu z nemoci, která by ji mohla vyřadit na delší dobu z "provozu".

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství
Evidenční číslo případu: 692 | číslo formuláře: 9114

Datum schůzky:	17.10.2025
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:	Aktuality: • nová učitelka na laborky • škola nyní není zdroj potíží • třídní je ostražitá vůči K. absenci • těsně před návštěvou psychiatra (napětí) • K. povzbudil úspěch u zkoušek a změna přístupu některých učitelek, opora v třídě • unesla stres bez řezání, jen s úzkostmi • dnes ve stesu před návštěvou gynekoložky (nejhorší v čekárně) • Rozárka má nového přítele a chce s ním trávit víc času (nahlíží tak na chování Kristý, které ji dříve měla za své) • Rozárka s Val spolu jely v létě k moři a Kristý nic neřekly • v létě měla brigádu ve stánku s limonádami a setkala se s přetvářkou a zákeřností • s Vojtou se teď vidá denně a cítí jej ze všech lidí nejbliž Témata: • rozpoložení před návštěvou psychiatra • "nechce se mi nahlas vyslovovat to, že mi není dobře" • "nechci působit jako někdo, kdo chce v druhých vyvolat lítost" • proměna pocitů v souvislosti se školou • proměna pocitů doma "nevadí mi tam být" • strach z nezmázaného • návrat babičky do života rodiny • máma táty (z Březové), táta se s ní 5 let nebavil, za tu dobu se viděly asi 1x • táta se teď pro změnu nebaví s dědou Rozpoložení a prožívání: • pocit zrady (Valča s Rozárkou) • zadostiučinění a pocit úlevy (škola) • radost za tátu, že se začal opět stýkat s mámou • strach z neznáma • úzkosti a jejich únosnost (už nesahá k úlevným strategiím a vyhýbavosti)
Výstupy/domluvy:	S Kristý se dnes poprvé osobně setkávám pod záštitou encentra. Připomínám pravidla (o kterých jsme již mluvily při rozhodování se o změně docházení ze soukr. praxe pod encentrum). Po dlouhé době K. sdílí úlevu. Proměňuje se její prožívání v souvislosti se školou i s domovem. V obou místech jí teď nevadí být. Změn dostávají i vztahy kamarádské, ale v jiném smyslu. Kristý citlivě prožívá, jednak to, že spolu její 2 nejbližší kamarádky jely na dovolenou bez ní, ale také to, že jí o tom neřekly. Kromě toho se dnes ukazují některé strachy a stesy spojené s návštěvou gynekoložky (čeká první "opravdové" vyšetření a psychiatra).
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	11.11.2025
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:	Aktuality: • po obávané návštěvě u psychiatra • úvahy o tom, zda nemá ADHD • jedna spolužačka teď taky nechodí do školy, K. se jí snaží pomoci • týden s Vojtou byl náročnější, než čekala, ponorka a napětí ohledně jídla Témata: • snaha porozumět svým stávajícím i minulým těžkostem • hledání zdravého středu - hledá jej Kristý i Vojta, aktuálně každý na opačné straně od něj (Kristý v jídle "prasí"), Vojta je úzkostlivě striktní - chybí respekt z V. strany Rozpoložení a prožívání: • stud za chyby minulosti (pití a rebelie cca ve 12-13ti letech) - i dnes K. pláče, při vzpomínkách na toto období - výčitky • snaha udělat něco navíc pro druhé • bolest z nerespektu ze strany V.
Výstupy/domluvy:	v dnešním vyprávění Kristý vnímám nově a pozitivně její sílu vnímat, kdy se odchyluje od sebe a schopnost postavit se za sebe i před Vojtou (kterého obvykle idealizuje a "kryje" racionalizacemi). Dnes připouští jeho projevy nerespektujícího přístupu vůči ní, popisuje i jeho následnou křehkost (rozplakal se, že nechce K. uzurpovat apřítom to dělá). Ve vyprávění K. jsem slyšela, že byla navnímána na sebe, na své potřeby a pravidleně je ventilovala. To zachycuji a oceňuji.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	9.12.2025
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: • chodím do školy, i když motivace i energie slábne • návštěva u psychiatra a rozhovor o řešení ADD • obavy užívat příliš léků (antikoncepce, antidepresiva a pohotovostní léky) • proběhl rozhovor s mámou o tátovi a jejich vzájemném vztahu (otevřela jej K, ne máma) • byla na oslavě narozenin kamarádky v Praze, nespala tam, vrátila se podle plánu, přesto Vojta po návratu nemluvil, pak zmínil, že "tohle nemá rád" Témata: • ADD symptomatiky • sociální izolace a deptání - a zvýšená tolerance vůči němu - hranice • aktivity a pohyb, dříve sport - šalování, gymnastika - touha po úspěchu (stát na bedně) • pocit výjimečnosti (když byla vybraná do reprezentace na MS) Rozpoložení a prožívání: • touha po zážitku a uznání vlastní výjimečnosti • lítost z nenaplněného potenciálu • strach o tátu (z jeho případného zhroucení, křehkosti, nesamostatnosti)
Výstupy/domluvy:	Kristý dnes sdílí rozhovor s psychiatrem o ADHD a případném řešení. Dostala dotazník, skrovala jako ADD. Otevíráme téma aktivity a pohybu, přes které se K. dostává ke svému pocitu NENAPLNĚNÉHO POTENCIÁLU (gymnastika). Je to první situace, ve které vnímám K. ambicióznost. Snažím se pozdržet K. u poznání její hlubší motivace ... vyvstává "pocit výjimečnosti". Pracujeme také s tématem VZTAHŮ MEZI RODIČI a jak je K. prožívá. V závěru pak pracujeme s tématem hranic ve vztazích, vyšší tolerance vůči závislým způsobům chování (máma "toleruje" tátovi, Kristý Vojtovi). Limitování obou žen je velmi jemné až nesmělé. U toho se pozdržujeme.
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:	Aktuality: • v mezidobí Kristý dosáhla plnoletosti • 2x byla na horách na snowboardu • má za sebou pololetní přezkušování (absence tentokrát výhradně ze zdravotních důvodů), přezkoušení nebylo zdrojem stresu • začala užívat mediakci na ADD, zatím nevidí dopad na pozornost • doma je momentálně "přelidněno" (ségra s přítelem a jejich pes) - hluk Témata: • "Je mi 18 a já toho vůbec nevyužiju" - možnosti plnoletosti (alkohol nepiju, auto nemám, na odstěhování se nemám prostředky) • přístup k přítomnosti a budoucnosti (Vojta větší orinetaci na budoucnost, Týna preventivně raději na přítomnost - viz strach ze zklamání) Rozpoložení: • výrazně méně stresu spojeného se školou, téměř až klid • naštvanost na ségru (nechává po sobě nepořádek) • strach ze zklamání • stres z hluku a přemíry lidí doma
Výstupy/domluvy:	Kristý přichází posdílet radosti a posuny tohoto období. Vyjmenovává úspěchy a drobné pokroky, které ji posilují. Přichází také se ZV a postřehy na systém SŠ a jeho přístup k péči o duševní zdraví (na jedné straně přednášky a psycholožka, na straně druhé bagatelizace potíží, moralizování, strašení a "předporozumění" ze strany učitelstva). K. přemýšlí o budoucím poskytnutí ZV. Tematem je také její plnoletost.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 692 | číslo formuláře: 9971

Datum schůzky: 24.3.2026

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání: (v zájmu klienta)

Délka schůzky: 90 minut

Zakázka: stabilizovat se

Problematika:

Zápis ze schůzky: Úvod: Kristý začíná plakat brzy o dosednutí

- Děni:
- nemoc a po ní náročnější chodit opět do školy
 - dnes chtěla spolu s K. přijít i mamka, K. ji "ubrzdila"
 - po pauze proběhl rozhovor s třídní, zítra se chystá k Dr. Zelenkovi, ze strany školy se otevírají možnosti, které dříve nebyly (IP)
 - vyhýbavost se netýká testů ani známek, naopak, když se mají psát testy, je větší pravděpodobnost, že K. do školy dorazí, to co je ji nejvíc nepříjemné, jsou řeči některých učitelů
 - K. mamce jednou nevzala telefon (4 zmeškaná volání) a máma už ji hledala a bála se o její život

- Témata:
- tlak a obavy ze strany mamky x zlehčování potíží ze strany táty a některých učitelů
 - vyhýbavé strategie** - škola, zaspávání, emocím (otevřenějšímu rozhovoru s mámou)
 - co pomáhá a co nepomáhá**
 - ne: tlak ze strany mamky, kontrola, koncentrace pozornosti na těžké chvíle
 - ano: ranní probuzení mamkou, úklid, čas se psem venku, cvičení s Rozárkou, vaření
 - pozitivní motivace sebe samé, proč chci dostudovat, jak je to pro mne nejsnazší, ..
 - "řeči" učitelů - kam míří, co dělají - **oddělení toho, co je o mně a moje** (a za co jsem zodpovědná já) **od toho, co je druhých a o druhých** (za co jsou si zodpovědní sami)
 - zastat se sama sebe

- Rozpoložení a prožívání:
- pochybnosti o sobě (slabost)
 - lítost, pocit selhání, resp. selhávání
 - strach ze shazování, zlehčování, ...
 - naděje (Zelinka, IP)

Výstupy/domluvy: Kristý se dnes přichází vystabilizovat. Žije těžké období, kdy opět přestala chodit do školy. Kromě toho čelí tlaku a kontrole ze strany mamky (sdílení polohy, kontrolní telefonáty) a bagatelizace a porovnávání ze strany táty a některých učitelů. Díváme se s Kristý na možnosti **pozitivní motivace sebe samé**, na vědomí hranic zodpovědnosti (nenese za chování a přístup učitelů, kteří shazují a ponižují - to vypovídá o nich, ne o ní). Pracujeme také s oblastmi, které fungují preventivně (chození do přírody se psem, cvičení, vaření, úklid, ..). Maminka projevila zájem o společné sezení, K. by ráda, aby neproběhlo, to otevírá prostor pro otevřenější komunikaci s mámou, které se K. vyhýbá.

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Datum schůzky:	21.4.2026
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	90 minut
Zakázka:	posilovat sebe-uvědomování
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	-
Výstupy/domluvy:	silné sezení, natahujeme o půl hodiny. Kristý hodnotí jako seberozvojové. zachycujeme ústředí téma Kristý " kladu důraz na to, aby si o mě druzí mysleli jen to nejlepší " " obešla bych každého jednoho ". Kristý se vrací k nedostatečné sebedůvěře, kterou si spojuje jednak s nedostatečnou empatií ze strany táty, ale i s rannými zážitky z vrstevnických kolektivů (už v MŠ vysmívaná). Pracujeme dnes také se střetem výkonového světa Vojty a prožitkového světa Kristý.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	12.5.2026
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 a sebe-vědomí
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Aktuality: - květen praxe, ne škola - na praxe není problém se dostat - brigády - u mamky v práci (mamka HR, Kristý dělá admin. výpomoc), obsluha v občerstvení na hokeji - šetření na letní dovolenou - taťka je přesvědčený o tom, že má rakovinu, zvýšeně se pozoruje, obvolává celou širokou rodinu Témata: - atmosféra, kterou šíří taťka "otravnej jak svítiplyn" - osobní preference pro budoucí pracovní uplatnění (s lidmi, ne o samotě v laboratoři) - témata druhých x moje poloha - co mohu a mám ovlivnit já Rozpoložení a prožívání: - úleva, pohoda "bez školy mi je dobře" - pocit spokojenosti se sebou (ocenění od laborantky na praxi) - zatíženost přístupem táty - soucítění s mámou - plánování (krátkodobé, dlouhodobé)
Výstupy/domluvy:	s Kristý dnes pracujeme zejména na tématu nepřebírání rodinných vzorců a zaměření se na věci a oblasti, které mohu ovlivnit já sama (a naopak na odbřemenění se od těch, které jsou mezi rodiči). Pojmenováváme rovněž větší shovívavost Kristý vůči mámině překračování hranic, když s ní sdílí vztahové těžkosti s tátou. Dnes používáme úsměvnou metaforu "svítiplynu", kterou Kristý zmiňuje v souvislosti s tátovým hypochondrickým nastavením, se kterým obtěžuje celou širokou rodinu (všem volá). Odlišování toho, co je oblast Kristý a co už oblast rodičů, považuji za stěžejní přínos dnešní konzultace. Také jsme pracovaly s uvědomováním posunuté normy ohledně citového vydírání a manipulací, které patří do běžné rétoriky táty.
Schůzku vedl/a:	Irena Kučerová

Datum schůzky:	17.6.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	posílit vědomí sebe sama a nadhled
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Dojezd: 1. odcházela s doporučením a odhodláním "nezachraňovat rodiče, ale doporučit jim odbornou péči", to i udělala, ale tatka věc uzavřel s tím, že na to on nemá čas a má Krristý Aktuality: 1. dnes řekla obávané učitelce (na dotaz) o zdravotních, ale jiných než fyzických důvodech své časté absence - prožívala emotivně - dostalo se jí podpory 2. za sebou nejnáročnější týden v roce, mnoho zkoušek a přezkoušení - komisionální 3. změnila ale přístup - už "tak nehrotí", ví, že pokud by neuspěla, není to poslední naděje, má další možnosti (to si připomínala) 4. o víkendu čeká odlet do Egypta 5. byla svědkem rvačky na ledě - rozplakalo jí to 6. o týden později Vojta zbit na ledě - řešila, zda dal ránu i on (nedal), pokud by dal, bojí se, že by jí to od něj oddálilo Témata: silné emoční reakce na fyzické násilí 1. K. nikdy nebyla bita 2. vzpomínka na agresivního tátu (vůči jiným mužům, když byl pod vlivem - strkání a verbální agrese) 3. soucit a mírnost ve vztazích jako základ jejího nastavení - "nechápu, že člověk dokáže záměrně ublížit jinému člověku" Rozpoložení a prožívání: 1. napětí a blížící se úleva 2. hrdost, že obstála, že prošla (i tím, že zvládla fungovat po té, co spala 3 hodiny) 3. strach z agresivity druhých (tátovy, Vojtovy) 4. touha vyhnout se rodinnému vzorci 5. přání umět se zastat sama sebe

Výstupy/domluvy: s Kristý se dnes dotýkáme jejich posunů v náhledu na pozici zachránce, ve které často vystupuje (i vůči svým rodičům). To se stalo naposledy po posledním sezení, kdy k ní přišel táto pro útěchu v čase, kdy se potýkal s panikou (manželka nebyla doma, tak se nechal "ošetřit" od K.). Kristý nahlíží na to, co se v dynamice děje. Vnímá mámin podíl na tátovo setrvávání ve své roli oběti. Reflektujeme posuny a její náhled a díváme se spolu na možné varianty jiného než zachraňujícího přístupu (o jeho podstatě jsme hovořily v minulosti, dnes ne).

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 692 | číslo formuláře: 10666

Datum schůzky: 21.7.2026

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 a vědomí vlastní s

Problematika:

Zápis ze schůzky: **Úvod:** přichází v čase prázdnin, po jedné dovolené a před další, její rozpoložení je ale "nic moc"

Aktuality:

1. prožívání prázdnin bez prožitků radosti (vidí, co ji čeká, pocit, že už brzy bude konec prázdnin, škola,)
2. brigáda
3. čeká ještě dovolená
4. konec prázdnin bude věnován škole
5. strach z maturitního ročníku
6. již citlivěji rozlišuje, která komunikace a přístup ze strany Vojty je "toxická" a vůči ní se vymezuje - poskytuje ZV, vrací se k tomu
7. o víkendu pojede na akci s přáteli bez Vojty (připravuje se na to, že nebude na příjmu - vloni celou dobu SMSkovali)
8. pocit našťvanosti na tátu a na jeho poznámky, kdy upozorňuje na náhodná opomenutí K.

Témata:

1. moc a bezmoc v blízkých vztazích
na co "má cenu" se zaměřit a co by bylo žádoucí nechat být

1. "můj největší strach je, že si najdu někoho, jako je můj táta"

Rozpoložení a prožívání:

1. skepse, nenaladěnost, pesimističtější vyladění
2. nespravedlnost, nedocenění (táta)
3. bezmoc (táta)

Výstupy/domluvy:

1. reflexe vlastního vývoje v oblasti uvědomování svých práv (přístup k žárlivosti Vojty) - už se nebojí konfrontace, je si vědoma míst, kde se dotýká osobních témat Vojty, nesnaží se jednat tak, aby se vyhnula nepříjemnostem (naopak následující den se vrací k SMS konverzaci)
2. reflexe posunů v přístupu Vojty (někdy ex-post sebereflexe a snaha o autokorekci)
3. zastavení se u pocitu bezmoci (doma - táta) jako nejvíce skličujícího a frustrujícího vůbec
4. práce s tím "co můžu" a s tím "za co nesu já zodpovědnost" (jak mohu poskytnout ZV, mluvit o svých pocitech a prožívání ...)

Schůzku vedl/a: Irena Kučerová