



Číslo případu: 699

Název případu: Horáková Jana

Datum založení: 12.11.2025

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky:	12.11.2025
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	úvodní setkání, administrativa, zakázka
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Přichází, zná prostor, dochází sem cca 2 roky k párové terapii s manželem (JW + PK). S terapií má zkušenost - byla již cca u 2 terapeutů (rogerián + KBT). Nikdy "nesedlo". Apeluji na dobrou péči o sebe (bezpečí, "sednutí si"). To je cíl dneška, ošahat si situaci + zkušebně cca 2-3 setkání, po kt. můžeme říci, zda půjdeme do intenzivní spolupráce či nikoliv. Admin. a pravidla - vzdáleně, kl. je soc. prac., již během konzultace prokazuje dobré povědomí o termínech zakázka, cíl, atd. S manželem usilují o založení rodiny, pracuje jako soc. prac. ve sl. s dětmi a mladistvými (6,5 roku praxe), změna práce není aktuální, ač by mohla být jistým vysvobozením (nekomfort s kolegyní). Současně frekv. koučovacího výcviku. Diabetes II. typu, přiznává, že sama mohla přispět ke vzniku onemocnění. PPP - bulimie, dochází do PA s úzkostmi (nikoliv PPP). Akt. ji přivádí zhoršení situace - zejména PPP, až cestou sem jsem si uvědomila spojitost. Děje se "jen doma", manžel podporou, historický kontext, ze 4 dětí. Běžně přejídání, alkohol, zvracení (bulimie). Cíl: pohled nehodnotící, sdílení, kroky s úkoly pro plnění mezi sezeními Vzhledem k zařazení, zkušenostem, je mou snahou zejména být a zajistit bezpečí. Rámovat. Uvidíme, jak si kl. příště uvědomí, co ji 1. setkání dalo.
Výstupy/domluvy:	dále za 3 tý
Schůzku vedl/a:	Olga Blabolilová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 699 | číslo formuláře: 9407

Datum schůzky: 4.12.2025

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: navázání spolupráce

Problematika:

Zápis ze schůzky: Dnes druhé setkání. Táži se na dozvuky - ano, byly, zejména uvědomování (pojmenovává již při příchodu na 1. schůzce).
Apeluji na otevřenější komunikaci v PA, kde je medikována pro úzkost, nicméně problematika je mnohem širší - PPP (bulimie), což PA neví - kl. zahlíží, přitakává. Nastávající čas adventu - více bytí doma. Doma se "to" děje. Vzbuzuje to obavy...přitakává, "je to rizikové". Vymlouvá se na diabetes. "Práce s hladem je otravná". Zapomíná inzulinovou léčbu. Hodně spí (doma i 3 h odpoledne)!, říká tomu "napík", což je úsměvné, ale metaforicky odpovídá na tlak/napětí (práce, těhotenství)-úleva (spánek, ..) v různých podobách.
Úkoly: spíš KBT, nikoliv já. Nicméně mne napadá, zda by bylo užitečné si psát "propady" a jejich okolnosti, včetně těl. vjemů. Resp. napětí vs. úleva = těl. vjemy. Fr. preferuje 1x3 tý. hm....

Výstupy/domluvy: dle plánu

Schůzku vedl/a: Olga Blabolilová

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: spolupráce

Problematika:

Zápis ze schůzky: Dnes 3. setkání, včetně velkých prodlev (á 3 tý, vč. Vánoc) - kl. hovoří o chuti pokračovat, zatímco jiné zkušenosti ji nesesdly. Během Vánoc přitakává, že prožívala "krizové období" - týkající se jídla, pobytu "doma", kt. je spouštěčem problémů. Sledovala doporučené napojení na tělo, spojení napětí vs. úleva, ale nevyjadřuje se blíže (vrátit se).
Těžké navazování po svátcích.
Kl. přitakává na možnost frekv. setkání 1x 2 týdny.
Problematika široká - jídlo - sebehodnota - úzkost - dětství - párová terapie - mateřství - studium - práce - diabetes - koučink.
Zmiňuji "case managera", kterým je dle vl. slov ona sama. Řízení péče - vč. zmínky nikoliv úzkosti v PA, ale PPP.
Sebezacházení?
Jsem ráda, že chce pokračovat. Je ráda, že jde spíš o dialog. Hurá do práce :)

Výstupy/domluvy: dále dle domluvy

Schůzku vedl/a: Olga Blabolilová

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 699 | číslo formuláře: 9649

Datum schůzky: 28.1.2026

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

Jednání v zájmu klienta: NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: PPP

Problematika:

Zápis ze schůzky: Přichází s radostí, že se jí již 30 dní (zvykla si na úzus) daří zapisovat jídelní zvyky. Pozitivní pro diabetes (sledování hladiny cukru), negace u PPP - min. týden si jednou vyvolala zvracení. Již ne několikrát týdně. Dále nese téma menstr. cyklu - očekává menses, ale zpoždění. Plánuje bližší průzkum fungování těla - odkazují na možnost zjištění podrobností k ovulaci (a spojitosti s možným otěhotněním), podrobnosti k hormonálnímu profilu (uvažují -li nad diabetem jako výstupem hormonální nerovnováhy). Zapomněla v PA sdílet souvislosti nejen úzkostné, ale též PPP. Apeluji. Zde dochází od cca 2019. Původně nespavost, pak COVID, medik. citalopram, později fobie a soc. úzkost. Hodně moc všeho. Lékaři. Kéž bych jednou mohla být celý týden jen v práci! Hodně všeho, tedy frekv. tady cca 1x3 týdny. Co mi přijde stěžejní - "venku" má masku, sebekontrolu, aby "vypadala", krásná, úspěšná. Doma pak si dovolí být autentická, odhodí masku sebekontroly, může i být "ošklivá" na muže. Co mi ale nejde do hlavy - proč tady, v bezpečí domova, se odehrává destrukce? S touto otázkou odchází. (odkazuje mne též na film "substance" ale žel nejsem filmový typ).

Výstupy/domluvy: dále za 3 tý

Schůzku vedl/a: Olga Blabolilová

Datum schůzky:	19.2.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	zacházení se sebou
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Přípravou si připomínám kl. příběh - maska venku, doma autenticita a destrukce, soustředění na těl. vjemy (PPP). Kl. přichází s příběhem z práce - konfliktní situace, SPVZ, kolegialita, nástroje řešení. Zde se odehrává něco, co mnohé vypovídá o její osobnostní charakteristice - má více vrstev, kl. na tématu pracuje a za léta se úspěšně posouvá. Jídlo - zapisuje méně (uf). Trvá práce s jídelníčkem, vařením, nakupováním - baví se v manželství, tmelí to vztah. Velká pozornost směrem k "jak vypadám" - vzor matky "upravená", navenek vypadat dobře, hrůzu vzbuzuje podívaná na matky s kočárky, které jsou venku v legínách - vždy si najde 20 minut na učešání, nevyšla by jinak ven. Porovnávám s maskou - co by se dělo, kdyby šla nenamalovaná? Bylo by to nepříjemné - blíž? Nedostupné. Mou velkou zvědavost má, proč může věnovat tolik péči o zevnějšek a vnitřně nikoliv...? Proč má vzhled takovou péči? Jediné, co ji trápí, je nadváha.
Výstupy/domluvy:	dle domluvy
Schůzku vedl/a:	Olga Blabolilová

Datum schůzky:	11.3.2026
Forma služby:	Ambulatní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	náročnost životní situace
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Kl. přichází s informací, že se událo hodně od našeho posledního setkání - uvádí, že započala léčbu nadváhy v souvislosti s diabetem lékem Ozempic, kt. si hradí (vedle toho léčba inzulinem + hlídání hladiny cukru). Náročnost nespočívá pouze ve financování, ale též ve vedlejších účincích - nevolnost, nauzea. Z těchto důvodů byla odložena snaha založit rodinu, fyzický stav má teď prioritu. Jsem lehce překvapena, že za 3 týdny (od posledního setkání) mohlo uběhnout takto vážné rozhodnutí - zvážila kl. vše dostatečně? Minule hovořila o dítěti s velkou touhou. Velká nárokovost. Setkání funkční, kl. chce pokračovat, pociťuje úlevu, že může prohovořit všechny své strasti.
Výstupy/domluvy:	dále dle domluvy, cca 1x tři týdny
Schůzku vedl/a:	Olga Blabolilová

Datum schůzky: 2.4.2026

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: Olga Blabolilová

Datum schůzky:	23.4.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vztahování (k jídlu, k lidem)
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Kl. přichází, prodleva způsobená virovým onemocněním činí obrat v pojmenování změn - aktuálně změna v medikaci týkající se léčby obezity, s novým lékem nové podmínky. Dnešek věnován zejména pracovním vztahům - nekomfort. Zahlížím, jak kl. přebírá kompetence vedoucího (?), doporučuji držet se svých povinností a nepřejímat, ač je služebně nejstarší. Hlídat si hranici v prac. vztazích stejně jako si hlídá hranici v jídle (akt. díky lékům). Dnes dle vl. slov odložila část prac. napětí a je ráda, lehčí.
Výstupy/domluvy:	Dále za 3 týdny
Schůzku vedl/a:	Olga Blabolilová

Datum schůzky:	13.5.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	PPP
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Hranice v jídle a ve vztahování. Kontrola versus svoboda. Kl. sdílí příběh, kdy jeli s kamarády na chalupu do hor, zde hotelová strava - kl. zde neměla kontrolu nad svým jídlem a opakovala se epizoda zvracení. Ponaučení - lépe brát si svou získanou kontrolu nad jídlem kdekoliv s sebou, i kdyby do hotelu. Dává to kl. řád, kt. umožňuje hlídat si své podmínky.
Výstupy/domluvy:	dále dle domluvy
Schůzku vedl/a:	Olga Blabolilová

Datum schůzky:	4.6.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	hranice
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Kl. přichází s tematy hranice ve vztazích, hranice s jídlem. Oceňuje vůni kávy v kuchyňce, sama si svou nestihla dát - má omezený přístup, nikdo z těch, kdo mohou odemknout, tam ještě v 7:30 nebyl. Mne to velmi popuzuje, sdílím toto popuzení, jak je možné, že je omezena na kávu?!? Vyjadřuje spokojenost s faktem, že již cca 50 dní zapisuje jídlo a cvičí, ačkoliv už s menším nadšením (cvičení). Mne to toliko spokojenosti nepřináší, hledám spíš svobodu. Dále hovoříme o vztazích na pracovišti, kl. uvádí rozmanitost vztahů, zejména mezi 3 vedoucími ženami - závěrem jest postarat se o svůj nekomfort, nikoliv o tým/slужbu/kamarády. Vlastní pozice v týmu? Postarat se o svou vlastní hranici. Jak Vám v tom je? Fajn, nicméně podpora lepšího bytí nasnadě.
Výstupy/domluvy:	podpora v hledání vl. komfortu, plán setkání až do září.
Schůzku vedl/a:	Olga Blabolilová

Datum schůzky:	25.6.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	vztahování na ukázce pracovních vazeb
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Nosné téma - hranice ve vztazích a jídle. Drží váhový úbytek (minus 10 kg), pokračuje v léčbě, cvičí. Dramatické změny v práci - nervové zahlcení - aktuální téma. 2 kolegyně Bára a Anet. Dnes porada, která pravděpodobně změní některé věci, vyvolává kl. sama pro své potřeby. Dobré je držet se "já" potřebuji a vnímám, nikoliv vy se po mě vozíte....Novinkou, která mne dnes překvapila je, že kl. bydlí s mužem u svého šéfa - nadstandartní vazby v práci s některými kolegy. Hranice.
Výstupy/domluvy:	dále dle domluvy
Schůzku vedl/a:	Olga Blabolilová

Datum schůzky:	15.7.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	stav
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Kl. sdílí výstupy z porady po min. setkání - je ráda, že porada byla, kl. měla potřebu, kt. saturovala - takový vzorec bych ráda viděla všude jinde. Akt. v léčbě ATB (angína, již zaléčena, dobírá). Pozitří letí sama do Řecka - těšení, manželova touha to není, její ano, plán, kroky v tematice jídlo a kontrola nad věcí. Zdá se, že o věci a zacházení se sebou přemýšlí jako o celku, což mne těší.
Výstupy/domluvy:	dle plánu
Schůzku vedl/a:	Olga Blabolilová