



Číslo případu: 716

Název případu: Culková Lenka

Datum založení: 17.2.2026

Datum ukončení:

Typ schůzky: Individuální konzultace

Typ případu: psychologické poradenství

Poznámky:

Datum schůzky:	17.2.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	70 minut
Zakázka:	1. setkání - Mapování, rodičovství
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Přichází sportovně upravená žena v produktivním věku. Celou schůzku se snaží vypovědět její příběh, s kterým přichází, i dilema, zda když čeká na naší čekací době již ¾ roku, zda má „zabírat místo“. Očekává těžší období, pro to si řekla, že by chtěla chodit. Vyplňuje vstupní dotazník, předávám jí kontakt i na sebe. Zaměstnání (dříve, nyní) pracuje ve spořitelně Manžel/ka - partner/ka: 2016 – rozvod, Nyní partner Pavel, spolu již skoro 10 let (on má 2 děti z předchozího partnerství) Děti: Lucka (18 let), Monika (15 let) – popisuje že je v „echt pupertě“ – „hlučná puberta“ Rodinné zázemí a vztahy: Paní L. bydlí s dětmi a přítelem v bytě Životní styl/rytmus: sportovkyně (Badminton), kamarádky Po rozvodu v roce 2016 byla na dcery sama. Popisuje „stalking“ tchýně. Tchýně o ní špatně o mluvila před dětmi. Poté si našla přítele Pavla, popisuje ho jako občasného morouse, který ji ale v důležitých situacích vždy podrží. Méně mluví, více činí. Je více ochranný vůči ní (nelíbí se mu, když s ní dcery mluví nepříjemně, ale jinak do výchovy dcer nezasahuje. Spolu jsou již řadu let cca 10 let. Její exmanžel byl flegmatik. V období kolem rozvodu se hodně hádali – zpětná vazba od dětí, i když ona to tak sama nevnímala. Nyní má exmanžel novou rodinu, holky mají polovlastní sourozence – dva bráchy. O situaci starší dcery není plně obeznámen. Kl. většinu rozhovoru popisuje potíže se starší dcerou Luckou. Po rozvodu byly děti více ve střídavé péči. Kl. popisuje, že chtěla vystoupit ze vztahu, který již neplnil funkci manželskou, ale spíše rodičovskou. V tomto období byla velmi vzteklá, nechtěla být nepříjemná na děti, občas jim „nařezala“ a ví, že byla přísná. Přichází v období, kdy starší dcera navštěvuje denní stacionář pro DBT Centrum Přerov, který ji bude končit na konci února. Dcera má suicidální chování, sebepoškozuje se, má hraničně laděnou osobnost. Její první pokus o sebevraždu proběhl během přespávání u její kamarádky a její maminky lékařky, která včas zavolala záchranku. Poslední dva roky kl. líčí jako náročné. Od roku 2024 zaregistrovala potíže dcery s jídlem (nechodila na obědy, konfrontaci „ušila“ na přeplatky za stravu). Dcera potajím pije alkohol, to také zjistila až z lékařských zpráv, nepoznala to na ní. Nyní bere řadu léků, které ji utlumují. Chodí k psychiatrovi do Skutče. Zároveň byla na půlročním pobytu v Opařanech. Zajímal se i pobyt v Kaleidoskopu, a zvažovala pobyt na terap. farmě v Litvínově. Po návratu z Přerova bude v péči Mgr. Zuzany Pokorné z Medeory. Dcera navštěvuje 8 l

Výstupy/domluvy: Domluvily jsme se na další schůzce 3.3. v 7:00, první tři schůzky poznávací a domlouvání spolupráce.

Schůzku vedl/a: Tereza Panušková

Datum schůzky:	3.3.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	65 minut
Zakázka:	2. setkání: Jak méně kontrolovat dcery, více
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Na začátku schůzky ještě doladujeme oslovování a časový rámeček sezení. Shodujeme se na oslovování křestními jmény a dodržování vykáni. Nyní rodinu čeká stěhování do nového domu za Pardubicemi, pozastavuje se i nad prodejem staré chalupy a vztahu k místu. Kl. se ráda odreagovává na zahradě. Kl. popisovala, že dříve chodila hodně do práce – byla první kdo přicházela a odcházela poslední, neměla moc času na holky. Potřebovala věci plnit, dotahovat. Kl. se zamýšlela nad svým rodičovstvím a zda tam pro ně byla „dost“. Rozporuplné názory dcer. Nyní si uvědomuje, jak pod tíhou strachů o dceru je nadbytečně kontroluje a jak se musí brzdit, aby jim pořád nevstupovala do prostoru. Kl. se popisuje jako cholerická, hodně na sobě za celý čas 2 let pracovala. Bavili jsme se o tom, kam vkládá energii – hodně do sportu. „Mám ráda jídlo, tak musím sportovat“. Vzpomínala na období, kdy byla sama v pubertě – hodně četla, byla ve světě fantazie. Uvědomuje si, že má stále děti zařazené jako ty malé a tím je víc kontroluje. Kl. se v průběhu hodně vrací k dceři Lucii. Po návratu dcery se jí učí důvěřovat. Dcera si i pochvalovala, že se naučila nové techniky, jak zvládat svoje obtíže. Opět se pozastavuje nad tím, zda jí málo neobjímala, občas mlátila, dceři bylo předkládáno, zejména od tchýně, že se „musí se postarat o tatínka“. Vraceli jsme se k tomu, co se děje, že u přítele a babičky zahání černé myšlenky. „tam si to nedovolí, s přítelem jí to funguje, vzájemně se doplňují“. Zastavujeme se u jejího prožívání situací – slyším popisný příběh. Kl. na to reaguje, že se v tomto hodně je jak dcera – moc toho namluví, ale nepouští člověka blíže. Verbalizuje si sama úkol, že se bude pozorovat, co se jí to děje, když je v kontaktu s dcerami. Normalizujeme období adolescence, kdy dcery chtějí vlastní soukromí a pozornost rodiče. Kl. popisovala, jak se snaží navázat vztah a zároveň uhájit i nějaký prostor pro sebe. Kl. se snaží pro rozptýlení – snaží se držet čas si i pro sebe. Jezdí do práce na kole, chodí na badminton, taichi.
Výstupy/domluvy:	Výstup Domluvily jsme se na další schůzce 17.3. v 7:00.
Schůzku vedl/a:	Tereza Panušková

Formulář vedení schůzky - psychologické poradenství

Evidenční číslo případu: 716 | číslo formuláře: 9969

Datum schůzky: 24.3.2026

Forma služby: Ambulantní

Způsob kontaktu: Osobní schůzka

**Jednání v zájmu
klienta:** NE

Počet jednání:
(v zájmu klienta)

Délka schůzky: 60 minut

Zakázka: 3. Rodičovství, sdílení

Problematika:

Zápis ze schůzky:

Kl. přichází s drobnějším zpožděním.

Schůzku začínáme sdílením spojeným se stěhováním a problémem s ječným okem.

V průběhu schůzky kl. zmiňuje, že po návratu dcery Lucky bylo náročnější období, než se stabilizovala. V tuto chvíli ji vnímá jako stabilizovanou. Snaží se dohánět školu, kl. akceptuje, že nechodí na všechny předměty, ale dodělává si zkoušky. Vnímá, jak jí to pomáhá řídit si vlastní čas. Ráda by pokračovala na právnické škole. Bavíme se, i jak jsou holky nastavené na stěhování. Starší dcera v tom vidí příležitost mít kočku, máma příležitost, že nebude mít vše v dochází vzdálenosti a pomůže jí to posouvat se k větší samostatnosti. Mladší sestra jezdí do Holic, tu popisuje jako v mnoha věcech samostatnější. Opět se vracíme k normalizaci dospívajícího období. Podpory a domluvy ze strany terapeutky dcery, kdyby potřebovala s mámou konzultovat zhoršení zdravotní stav.

Kl. se těší na přestěhování, je to její záměr. Plánují již rok, před epizodou dcery. Kl. se zastavuje i u dalších svých zdrojů příroda, pohyb, jídlo.

Kl. se chvíli zastavuje u svých rodičovského nastavení, ohlédla se za propojkou ve svém dětství, vzorců chování. Popisovala svoje rodiče. Byli velmi mladí, když ji měli, maminka byla čerstvě po škole, velmi společenská, tatínek to měl spíš rád doma. Mamka byla uvězněná ve vícegeneračním domě, kde probíhala striktní výchova. Rodiče s kl. netrávili čas, nebyli vřelí. Kl. nastavena naopak, velmi se dětem věnovala, ale cítí určitý odstup. U nás doma se vždy mluvilo jenom info na povrchu. Kl. si četla články, zda dcera to nemůže mít spojené i s neléčeným ADHD. Opět vracením se k příčinám.

Zakonzervování emocí – vždy funguje, prožívání odsouvá, její nastavení je ustát situaci.

Příběh, jak to měla s rozchodem přítele, s kterým chvíli žila v Číně a který ji podváděl. Kl. popisuje období, kdy ji bylo těžce z neukončeného vztahu a jak jí pomohl „očistný rituál a vyvztekaní se“. Mohla se potom posunout dál.

Kl. si od minula všímala svých reakcí. Všimá si, jak velmi citlivě reaguje na houkající sanitku, tělo se jí zastaví, je v napětí. Potom si racionalizuje, nemůže se týkat její dcery.

V rámci schůzky shrnujeme, zda chce ve spolupráci pokračovat. Kl. zmiňuje, že ji pomáhá říct si věci nahlas „bez obalu“.

Kl. oceňuje, jak velmi se zamýšlí nad svými kroky vůči dcerám, už jen jako rodič, že si to verbalizuje, může pomoci k jejímu uvědomělému posouvání k samostatnosti.

Zároveň ji žádám, zda by schůzka mohla být př&i

Výstupy/domluvy:

Další schůzka domluvena po Velikonocích 13.4. v 7:00.

Schůzku vedl/a:

Tereza Panušková

Datum schůzky:	13.4.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	4. Kontrola versus volnost a samostatnost dce
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Kl. přichází včas. Toto setkání i monitoruju tok času v průběhu. Kl. přichází s podepsaným souhlasem k účelu výcviku, instaluji kameru a setkání natáčím. S kl. se vracím k poslednímu setkání a otevření témat na konci. Ptám se, zda je něco z toho aktuální, k čemu by se ráda vrátila. Znovu si normalizujeme situace ohledně záchranky. Klientce se zvuk záchranky propojuje pouze s rychlou myšlenkou, obavou na dceru, vzápětí potom racionalizuje. V jejím zaměstnání se dokáže od myšlenek odchýlit. Zakousne se do kognitivní práce. Nepociťuje ani žádné psychosomatické symptomy. Hlavní tématem byly opět dcery a nastavování soukromí versus kontroly z její strany. Kl. má obavu o mladší sestru, aby na sebe nepřenesla odpovědnost za starší sestru. Zamýšlí se, jak ji podpořit. Popisuje jejich vztah, a dcery povahu, že jsou si vzdálenější. Mladší dcera Moniku popisuje blíže k otci, že po sobě nechává negativní věci sjet a zdánlivě si je nepřipouští. Sebe vnímá, že je blíže ke své starší dceři – vnímá mnoho podobností – například jak nad věcmi uvažuje do hloubky, v období adolescence měla také myšlenky na smrt. Připodobňuje období, kterým si prochází k metafoře „horské dráhy“, kterou neřídí, zároveň, co pro ni je bezpečné, co ji dělá ty bezpečné pojistky. Bavíme se o podpůrných osobách okolo jí – přítel, rodiče – bezpečné místo u nich, kde může vypnout obavou o dceru, klientka velmi pomáhá taiči – jediný sport, u kterého vypíná myšlenky. Kl. se opakovaně vrací k obavám a příčinám, proč onemocnění dcery mohlo vzniknout. Zároveň se potřebuje podpořit, jestli je pro ně podpůrná nyní a kdy potřebuje „být tvrdá“ (viz domácí povinnosti, školní povinnosti). Mladší dceru popisuje jako v kolektivu extrovertku, bavičku kolektivu, velmi otevřenou ve zpětné vazbě učitelům, když se ji něco nelíbí. Dostala zpětnou vazbu od blízké osoby, že tam je podobnost v ní. Kl. v průběhu schůzky popisuje, že dcera byla hospitalizována na záchytce – kombinovala alkohol a léky. Kl. v průběhu schůzky působila strnuleji, stáhnutěji, opět velmi silně v příběhu.
Výstupy/domluvy:	Kl. by vyhovovalo se vidět po 3 týdnech. Společný termín 7.5. v 7:00.

Schůzku vedl/a: Tereza Panušková

Datum schůzky:	7.5.2026
Forma služby:	Ambulantní
Způsob kontaktu:	Osobní schůzka
Jednání v zájmu klienta:	NE
Počet jednání: (v zájmu klienta)	
Délka schůzky:	60 minut
Zakázka:	5. Dostat pod kontrolu obavy a strachy o dcer
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Kl. před příchodem posílá smsku, že bude mít zpoždění. Přichází na čas s velkou omluvou. Domlouváme se, že když do 10 minut po začátku nepřijde, že mi napíše o zpoždění. Kl. opět přichází s tématem dcery Lucie. Shrnujeme si, jak se jí osobně daří po 3 týdnech. Velmi akcentuje obavy a strachy, které ji přicházejí a vzbuzují pnutí ke kontrole dcery. Normalizujeme. Svoji nejistotu si ověřuje i u blízkých lidí, učitelky, ráda by poruchu více pochopila racionálně. Dochází k určitému přijetí, že nemoc dcery má svoji trajektorii a jak ji dlouhodobě zvládnout, když to může být na roky. Dospěla i k porozumění, že co se může jevit v jejích očích jako lenost, jsou techniky dcery, která se snaží zahnat sebedestruktivní myšlenky. Sdílela i společné hezké povídání s dcerou. Kl. si velmi vědomě říká v průběhu sezení o techniku, která by ji pomohla ke zklidnění. Procházíme si společně 3 kroky z EA. Klientce dávám návod s sebou. Kl. bude zkoušet. Bavily jsme se i minimalistické verzi EA na pracovišti. Silný introjekt: musí vše dělat podle pravidel. Viz trvalé bydliště ve starém bytě, aby mohla parkovat v centru a zajistit dceru pro sos situace. Znovu se objevuje témat vlastní odpovědnosti dcery versus obava o ni.
Výstupy/domluvy:	Podívat se na funkci vzteku/naštvaní a zmíněný introjekt, bude-li téma. Navázání na odborníka na HPO. S kl. hledáme společný termín.
Schůzku vedl/a:	Tereza Panušková

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:	6. Dostat pod kontrolu obavy a strachy o dcer
Problematika:	
Zápis ze schůzky:	Kl. přichází v první části schůzky líčí všechny povinnosti, které ji v tomto čase tíží a s vidinou června, který bude ještě rychlejší. Velmi svižně popisuje vše co v nastávajícím čase řeší. Hodně se zastavuje u domácích prací, podpora dcer, stěhování, drobných úkolech a hodně se zastavuje u své práce. Popisuje svoji výkonnost, potřebu plnit úkoly, co ji na tom uspokojuje. Proč se vydala do oboru analýzy. Zastavujeme se u toho, co se děje, když to nestíhá, jak to pozná. Kl. popisuje svoji podrážděnost v práci, když přichází nesmyslný tlak na její výkon, který není využit dál. Popisuje kontakt s kolegou, na kterého je nepříjemná, protože ji odvádí od práce a překračuje hranice. Zastavujeme se u funkce hněvu, které ty situace doprovází. Kl. zmiňuje že využívá techniku EA na to, aby se zejména v práci zklidnila a hranice kolegovi nastavuje až po tomto zastavení. Popisuje vývoj u sebe, že dříve byla velmi proaktivní, chtěla neustále plnit úkoly. Nyní již dělá určitý „trychtýř“ pro úkoly, která zvládá. Zmiňuje, že ji to pomáhá prioritizovat zadání pro ostatní. Kl. mluví o „Alzheimerovi“ pár situací, kdy neví, co se přihodilo (např. zapomenuté kolo). Otevíráme téma přetíženosti.
Výstupy/domluvy:	Další schůzka domluvena na 23.6. od 7:00.
Schůzku vedl/a:	Tereza Panušková