



COUNSELING.CZ

COUNSELING.CZ

Rozkvetěte do života!

Dominika Čechová, M.A.
Na Poříčí 12 110 00 Praha 1
Palác YMCA, místnost 422
Mob.: 602 735 215
Email: dominika@counseling.cz

Milá klientko, milý kliente, vítejte v praxi COUNSELING.CZ!

V tomto dokumentu naleznete všechny důležité informace o službách Counseling.cz včetně komerčních podmínek spolupráce. Vaším podpisem stvrzujete porozumění a souhlas s níže uvedenými podmínkami. Pokud Vám není cokoliv jasné, neváhejte mě kdykoliv kontaktovat.

Counseling je psychologicko-poradenský proces založený na spolupráci mezi Vámi a counseleorem, jehož cílem je pracovat na oblastech Vaší nespokojenosti a provádět Vás během procesu hledání a dosahování Vašich životních cílů. Aby byl counseling úspěšný, je nezbytné, abyste k procesu zaujal/a aktivní přístup. Do spolupráce s Vámi vstupuji s optimizmem ohledně budoucího vývoje naší spolupráce.

Je důležité, abyste porozuměl/a tomu, jaké máte jako klient **práva a povinnosti**. Já, jako Váš counselor mám vůči Vám také odpovídající závazky. Tato práva a povinnosti jsou popsána v následujících odstavcích.

Proces counselingu přináší klientům jak výhody, tak **rizika**. K rizikům patří např. prožitek nepříjemných pocitů (smutek, vina, úzkost, vztek, hněv, frustrace, osamocení a bezmocnost aj.), protože během setkávání budeme postupně rozkrývat nepříjemné prožitky a zkušenosti z Vašeho života. Nicméně je prokázáno, že terapeutický vztah je pro klienty přínosný. Během terapeutických sezení většinou dochází k výraznému snížení nepříjemných pocitů, zvýšené spokojenosti v oblasti partnerských vztahů, pravdivějšímu náhledu na sebe sama, zlepšení schopnosti čelit stresu a rozuzlení některých dlouhotrvajících problémů. Bohužel však neexistuje žádná záruka na to, co se bude během našich setkání dít a do jakého Vašeho životního období a emočního nastavení naše spolupráce zrovna vstoupí. Counseling vyžaduje velmi aktivní přístup z Vaší strany. Aby byl úspěšný, budete muset na oblastech, které spolu budeme diskutovat, vědomě pracovat i mimo naše sezení.

První 1-3 setkání budeme věnovat tomu, co od našich setkávání očekáváte, a co byste spoluprací se mnou chtěl/a ve svém životě změnit. Během těchto sezení se Vás budu dotazovat na Váš dosavadní život, na Vaše blízké, na prožitá traumata či životní nepříjemnosti. Budu samozřejmě plně respektovat pokud o některých tématech nebudete chtít zpočátku hovořit a budeme je jenom postupně, ve vzájemné důvěře, rozkrývat. Proces máte pod kontrolou a kdykoliv ho můžete zastavit.

Následně Vám nabídnu možnosti, jak bych k Vašemu problému přistupovala a jaké metody spolupráce bychom pro Vás mohli využít.

Doporučuji Vám, abyste si všechny informace a dojmy z našich prvních sezení pečlivě zvažil/a a následně se svobodně rozhodl/a, zda se Vám bude se mnou v horizontu několika týdnů až měsíců dobře spolupracovat. Pokud budete mít jakékoliv dotazy týkající se terapeutických přístupů, které používám, můžeme je ihned diskutovat. Pokud byste se ani po diskuzi necítil/a komfortně a v sezeních nechtěl/a dále pokračovat, ráda Vám doporučím jiné odborníky, kteří se zabývají duševním zdravím a osobním rozvojem.

Čas: Jednotlivá sezení jsou plánována v 50ti minutových blocích. Pokud byste měl/a dorazit na schůzku s více než 20ti minutovým zpožděním, je třeba se přeobjednat. Čas, který věnuji našemu sezení je určen pouze pro Vás. Pokud potřebujete zrušit nebo přeobjednat sezení, udělejte to prosím nejméně 24h dopředu. Pokud to půjde, pokusím se Vám nabídnout sezení ve stejném týdnu. Dále bych Vás ráda upozornila, že jste ve vlastním zájmu zodpovědný/á dorazit na sezení včas; sezení skončí vždy v předem určeném čase i v případě, že se opozdíte.

Zrušení sezení: Pokud je nutné naše naplánované sezení z jakéhokoliv důvodu zrušit, prosím informujte mě 24h předem na telefonu 602 735 215 (stačí sms zpráva). **Pokud na sezení nedorazíte, nebo ho zrušíte s méně než 24h předstihem budu po Vás požadovat úhradu celého sezení tak, jako kdyby proběhlo.**

Mlčenlivost: Součástí terapie je, že se mnou budete probírat velmi osobní záležitosti. Úspěšnost naší spolupráce bude záviset na tom, jak budete otevřen/a hovořit o svých pocitech, hodnotách a životních krocích. Abyste se cítil/a uvolněně a mohl/a se svobodně vyjádřit, jsem ze zákona povinna zachovávat mlčenlivost o všech informacích, které se během terapie dozvím. Psychologii jsem vystudovala na americké univerzitě La Salle (www.lasalle.edu) a proto dobrovolně přistupuji k etickému kodexu Americké Psychologické Asociace (www.apa.org). V České republice jsem členkou České společnosti pro analytickou psychologii (www.csap-cz.eu), a členkou České asociace pro psychoterapii (www.czap.cz) jejímž etickým kodexem jsem také vázána. V souladu s těmito pravidly nezpřístupním informace získané během našich sezení žádné třetí straně bez Vašeho písemného souhlasu kromě výjimky, kdy je takové zpřístupnění nutné,

abych „ochránila Vás nebo někoho jiného od přímého nebezpečí“, nebo kdy je to jinak zákonem vyžadováno (např. v případech zneužívání dětí, seniorů, nebo jinak znevýhodněných občanů nebo na základě soudního příkazu).

Elektronická komunikace: Bohužel není v mé moci zajistit důvěrnost informací přenášených po Internetu, takže pokud se rozhodnete kontaktovat mě emailem, přebíráte na sebe odpovědnost za rizika spojená s porušením důvěrnosti informací takto zaslanych.

Rizika: V průběhu counselingu někdy dochází k významným životním změnám v oblasti rodinných vztahů, partnerských vztahů, pracovního nasazení nebo životního stylu. Tato rozhodnutí zákonitě vyplývají z terapeutické zkušenosti během counselingu, během které si klient často přenastaví svůj dosavadní hodnotový žebříček. Některé symptomy mohou být velmi intenzivní a na přechodnou dobu obtížně zvladatelné. Během našich setkání budete mít prostor se mnou všechny tyto negativní vedlejší příznaky pojmenovat a dále diskutovat.

Záznamy: Ze profesního hlediska mám povinnost zaznamenávat každé naše sezení nebo telefonickou komunikaci. Zaznamenávám si stručné informace o tom, že jste mě navštívil/a, jaký byl Váš hlavní důvod vyhledat counseling, cíle a pokroky, kterých jsme spolu dosáhli, témata, která jsme diskutovali, Vaší osobní historii, podklady, které obdržím od Vašich jiných terapeutů nebo které jim zpřístupním a účetní záznamy.

Supervize: Abych Vám poskytla službu na nejvyšší úrovni, vyhrazuji si právo v případě potřeby Váš případ na anonymní bázi konzultovat s jinými specialisty na oblast duševního zdraví.

Úhrada za služby: Poplatek za služby je splatný v okamžiku poskytnutí služby (kromě případu zvýhodněného „balíčku“, který se hradí předem). Platby přijímám v hotovosti nebo převodem na bankovní účet 107-722 9700 277/ 0100 vedený u Komerční banky, nebo přes benefitový program. Pokud jste členem benefitového programu, který nemám uveden na webu www.counseling.cz, kontaktujte mě, ráda se do Vašeho programu zapojím, pokud to bude možné.

Kontakt: Velmi často nejsem ihned k dispozici na telefonu. Během klientských sezení telefon nezvedám. V takovém případě mi prosím napište SMS zprávu a já se Vám obratem ozvu. Pokud se z nějakého nepředvídatelného důvodu nemůžete se mnou spojit a máte pocit, že potřebujete akutně hovořit s psychologem, kontaktujte prosím linku důvěry krizového centra Psychiatrické léčebny Bohnice 284 016 666.

Vaše připomínky: Pokud nebudete spokojen/a s tím, jak sezení probíhají, prosím Vás o okamžitou zpětnou vazbu, abych mohla Vaše připomínky zpracovat. Zpětné vazby od Vás si velmi cením a беру ji vážně.

Další práva:

- Máte možnost kdykoliv naši spolupráci ukončit; v takovém případě Vám ráda poradím s výběrem jiného specialisty, pokud ho budete potřebovat.
- Máte právo na péči, která bude respektovat Vaše potřeby a nebude Vás jakkoliv znevýhodňovat na základě rasy, etnika, barvy pleti, pohlaví, sexuální orientace, věku, náboženství nebo národnosti.
- Máte právo ptát se na cokoli ohledně terapeutických metod, mého vzdělání nebo mých zkušeností.
- Máte právo očekávat, že se současnými ani bývalými klienty neudržíte společenské ani intimní vztahy.

Vaším podpisem stvrzujete, že jste přečetl/a a byl/a srozuměn/a s výše uvedenými informacemi a že pokud jste měl/a nějaké otázky, byly uspokojivě odpovězeny. Zároveň vyslovujete souhlas s podmínkami counselingu a zavazujete se je dodržovat.

Děkuji a těším se na spolupráci s Vámi!

Dominika Čechová, M.A.