

Контракт на долгосрочную психотерапию

Правило конфиденциальности.

Все, что происходит во время консультаций или терапии строго конфиденциально!

Исключение:

если жизни клиента угрожает опасность
если клиент собирается нарушить уголовный кодекс
и я об этом узнаю - я вынуждена буду сообщить в полицию или
вызвать скорую помощь, чтобы организовать клиенту помощь

Правило 'Стоп'

В любой момент нашей встречи, если возникают непонятные или болезненные чувства, Вы имеете право сказать слово 'стоп' и мы останавливаемся.

Данный контракт состоит из пунктов, которые, на мой взгляд, в полной мере описывают процесс психотерапии у меня:

1. Консультация.

Разовые или несколько независимых одна к другой консультаций. Это может быть разовая консультация или серия консультаций на разные темы до 10 встреч.

Продолжительность одной такой встречи 50 минут + 10 мин на оргмоменты)

Консультирование носит поверхностный характер.

Я вас выслушаю, задам дополнительные проясняющие вопросы, иногда дам домашнее задание и минимальные рекомендации.

За такими рекомендациями можно обращаться когда у вас возникнет желание или необходимость снова прийти ко мне на консультацию.

2. Психотерапия.

Терапевтическое консультирование происходит с частотой один раз в неделю для эффективного психотерапевтического процесса, самопознания и желаемых изменений в качестве жизни.

Продолжительность одной сессии 50 минут.

3. Вначале терапии рекомендовано посещение 10 сеансов еженедельно без пропусков, для более точного обозначения запросов и формирования доверия.

Затем возможны пропуски или переносы встреч по предварительной договоренности, но не позднее чем за сутки до визита, в противном случае пропущенная консультация оплачивается в полной мере.

4. Иногда есть необходимость более частых встреч или экстренная поддержка вне графика, и это возможно, по запросу клиента и в согласовании со мной.

5. Для удобства мы фиксируем одно и то же время и день недели, но если есть необходимость и возможность, можем иногда менять данную договоренность

6. Важно понимать, что если вы опаздываете к назначенному времени, наша встреча укорачивается на длину вашего опоздания.

Зачастую, изменить время консультации в тот же день не получится, так как запись всех клиентов идет один за одним. Поэтому, приходите пожалуйста вовремя.

Сотрудничество в работе

7. Я пользуюсь разными методами в работе. Арт-терапия, диалоговая гештальт - терапия, нарративные письменные практики, коучинговые техники, телесная терапия, игры, эксперименты.

У вас всегда есть возможность не делать что-то, что вам по каким-то причинам не подходит, или же попросить использовать то, что ранее понравилось и было эффективным для ваших процессов самопознания.

8. Если Вы еще ходите к одному или нескольким терапевтам, я не несу ответственность за вашу динамику в терапии, это в любом случае ваша ответственность.

9. Но, если вы принесёте данную тему в сессию, то это нам поможет прояснить ваши глубинные потребности и понять мотивы сопротивления. Если у вас есть психиатр или любой другой врач, и нужна поддержка психолога, то я могу и поддерживаю такое сотрудничество.

10. Иногда в ходе терапии чувства настолько сильны, что клиент принимает поспешные или опрометчивые решения в своей жизни. Прошу обращать на это внимание и давать себе время и место подумать и взвесить все 'за' и 'против', прежде чем что-то кардинально менять.

11. Если вы решили закончить терапию, нужно заранее предупредить и мы проведем 1-2 завершающих сессии. Если вы резко бросаете

терапию, это может быть все то же сопротивление, о котором я писала в пункте 9, что правильнее бы было оговорить в сессии.

Оплата сессий

Консультации оплачиваются перед встречей, что бронирует за Вами время.

Длительная терапия оплачивается за первую и последнюю встречу после первой консультации и оплата за последнюю консультацию выступает гарантией ответственности присутствия клиента на завершающей сессии для целостного процесса терапевтических взаимоотношений.

Отмена ближайшей встречи может быть не позднее чем за 24 часа до вашего времени сессии. В этом случае оплата автоматически переносится на следующую встречу, если Вы опоздали или предупредили позже, чем за сутки, то оплата не возвращается и в следующий раз Вы оплачиваете 2 консультации - текущую и предыдущую.

На наши встречи клиент приходит без алкогольного или какого-либо опьянения, если клиент пьет медикаменты, то нужно поставить меня в известность, так, чтобы я сопоставляла Терапевтический процесс с действием других веществ на клиента и для экологичной работы меня и клиента.

Просьба иметь свободные руки и удобное месторасположение, чтобы не держать телефон в руке, так как это делает невозможным терапевтические эксперименты для работы с переживаниями и телесными ощущениями.

Если у вас есть вопросы, вы можете написать мне, я с удовольствием вам отвечу.

Если Вы ознакомились и все подходит, просто напишите «ознакомилась, мне подходит» в чате.

Буду Вас ждать на встрече.