



Warszawa, .....

## **Kontrakt terapii indywidualnej w Ośrodku Terapeutyczno-Rozwojowym HOLIPSYCHE prowadzonych przez mgr Tomasza Kościelnego**

Poniżej znajdują się informacje o prowadzonej psychoterapii psychodynamicznej. Proszę je przeczytać i podpisać się na dole, w celu potwierdzenia, że zrozumiał(a) Pan(i) te informacje i zgadza się na podjęcie terapii w oparciu o nie.

- Osobę prowadzącą terapię (terapeuta) obowiązuje tajemnica zawodowa, nie może dzielić się informacjami, w posiadanie których weszła w związku z wykonywaniem psychoterapii, poza sytuacjami określonymi w kodeksie etycznym psychoterapeuty i prawie polskim.
- Terapeuta posiada odpowiednie kwalifikacje i uprawnienia do wykonywania zawodu, podlega superwizji zawodowej. W swoich działaniach prezentuje uczciwość i szacunek wobec światopoglądu, orientacji seksualnej, przekonań religijnych osób, z którymi pracuje.
- Sesje psychoterapeutyczne trwają 45 min. Zmiany czasu wizyty mogą być zastosowane w porozumieniu z osobą prowadzącą terapię. W przypadku spóźnienia na spotkanie sesja nie może być przedłużana. Nieobecności i spóźnienia mogą być sygnałem przeżywanymi trudnościami związanymi z procesem terapeutycznym i powinny być omawiane. Opłata za sesję wynosi 240 zł.
- Wszystkie sesje są płatne, także te, które zostają odwołane przez osobę podejmującą terapię. Jest to motywowane zarówno dbaniem o efektywność procesu psychoterapii, więc i dobrostanu pacjenta, ale także dbaniem o terapeuta, którego praca jest niezwykle wymagająca i obciążająca emocjonalnie. Psychoterapia jest procesem, który opiera się o wzajemną dwustronną umowę pacjenta oraz psychoterapeuty. Psychoterapia, inaczej niż wizyta u lekarza, nie jest jednorazową usługą, a procesem, w którym psychoterapeuta zobowiązuje się do zarezerwowania danego terminu dla pacjenta. Sesja terapii jest czasem w grafiku zarezerwowanym tylko i wyłącznie dla danego pacjenta. Można zatem tę usługę porównać bardziej do abonamentu, który wykupujemy lub np. płatności za kurs.
- Płatność za terapię odbywa się z góry na początku każdego miesiąca lub przed każdą sesją. Opłaty realizowane są na konto Ośrodka, kartą lub gotówką w recepcji Ośrodka.
- Regularność sesji terapeutycznych jest warunkiem skuteczności psychoterapii. Psychoterapia jest metodą leczenia, a więc każda nieobecność pacjenta wpływa na proces psychoterapii. Regularność sesji pozwala pacjentowi się otworzyć, a więc przeciwdziała tzw. oporowi, czyli zjawisku, które utrudnia zmianę, do której pacjent dąży.
- Psychoterapeuta bierze na siebie odpowiedzialność za pracę z pacjentem, ale pacjent także jest odpowiedzialny za swoje leczenie i odpowiada m.in. za regularne przychodzenie na sesje. Terapeuta nie jest w stanie pomóc pacjentowi, który opuszcza sesje, bo proces terapii jest wtedy zachwiany.
- Dlatego sesje odbywają się z częstotliwością minimum raz w tygodniu w gabinecie. Jeżeli nie ma możliwości odbycia sesji w gabinecie, może się ona odbyć online (Skype, Messenger) w tym samym terminie. Warunkiem odbycia sesji w takiej formie jest przesłanie potwierdzenia przelewu przed sesją i zawiadomienie recepcji lub terapeuty z co najmniej 4-godzinnym wyprzedzeniem. W przypadku choroby, również prosimy o odbycie konsultacji online (Skype, Messenger).

- Terapeuta ma prawo odmówić prowadzenia sesji w gabinecie w przypadku choroby pacjenta lub gdy nie ma on przynajmniej maseczki ochronnej.
- Sesje, które mają się odbyć w okresie planowanej wcześniej nieobecności pacjenta, mogą zostać przeniesione na inny termin w przypadku, gdy zostanie to zgłoszone terapeutce na 14 dni wcześniej. Terapeuta proponuje zastępczy termin w obrębie miesiąca. W przypadku urlopu lub planowanej nieobecności terapeuty, terapeuta zgłasza to na 14 dni wcześniej i wskazuje zastępczy termin w obrębie miesiąca, aby w miesiącu odbyły się minimum 4 sesje.
- Gdy termin spotkania wypada na dzień świąteczny, terapeuta wskazuje zastępczy termin w obrębie miesiąca, aby w miesiącu odbyły się minimum 4 sesje.
- Nieobecność dłuższa niż 3 sesje pod rząd jest równoznaczna z przerwaniem terapii. W takiej sytuacji odbywa się 1 lub 2 sesje kończące, aby podsumować cały proces terapii. Powrót na terapię jest możliwy po okresie 3 miesięcy.
- O planowanym wzroście opłat za terapię terapeuta informuje nie później niż miesiąc przed terminem ich wprowadzenia. W przypadku braku akceptacji nowych stawek w okresie tego miesiąca proces terapeutyczny zostanie domknięty.
- Długość terapii jest określana orientacyjnie przez terapeutę w momencie rozpoczęcia terapii. Może ona być krótsza lub dłuższa w zależności od postępów terapii i osiągnięciu określonych celów. Zakończenie terapii następuje w porozumieniu z terapeutą. Okres kończenia terapii trwa zazwyczaj 2-4 sesje.
- Osoba podejmująca terapię nie powinna być jednocześnie w innych procesach terapeutycznych. Powodem tego zalecenia jest to, aby wszystkie sprawy, emocje, myśli mogły być omawiane i rozumiane w obrębie danego procesu terapeutycznego. Wyjątkiem może być równoczesne uczestnictwo w psychoterapii rodzinnej lub par. Informacja o tym powinna zostać przekazana psychoterapeucie.
- Terapia może być przerywana przez osobę podejmującą terapię w każdym momencie. Prosimy wtedy o zgłoszenie tego terapeutce i omówienie warunków zakończenia terapii. W takiej sytuacji odbywa się 1 lub 2 sesje kończące, aby podsumować proces terapii. Terapia może być przerywana też przez terapeutę z powodu: nieprzestrzegania kontraktu, częstego odwoływania wizyt, niepłacenia za sesje.
- Objawy somatyczne i psychiczne często oddziałują na siebie nawzajem. W uzasadnionych przypadkach psychoterapeuta może zachęcić osobę podejmującą terapię do skonsultowania się z lekarzem, w tym także z lekarzem psychiatrą. Może również poprosić o udzielenie zgody na kontakt z tym lekarzem, aby móc efektywniej współpracować z lekarzem na rzecz osoby podejmującej terapię.
- Wszelkie kwestie dotyczące przebiegu terapii powinny być omawiane na bieżąco w gabinecie. Kontakt telefoniczny lub e-mailowy do terapeuty służy umawianiu, odwoływaniu lub przekładaniu sesji.

Osoba prowadząca terapię:

Tomasz Kościelny

Imię i nazwisko

.....  
Podpis

Osoba podejmująca terapię:

.....  
Imię i nazwisko

.....  
Podpis