

Информированное добровольное согласие клиента на психологическое консультирование

Психологическое консультирование и психотерапия (в понимании психологической традиции) — это особый вид отношений, которые строятся по определенным правилам. Я прошу вас прочитать текст ниже, где я рассказываю о правилах терапии со мной.

Здесь и далее «психотерапия» используется, имея в виду и психотерапию, и психологическое консультирование.

Я работаю в модели IFS (Internal Family Systems, Внутренние семейные системы), подробнее про подход можно почитать [здесь](#).

Уровень моей подготовки

1. Я окончила Санкт-Петербургский институт гештальта (филиал в г. Самара) в 2015 году. Первая и вторая ступень (600 часов). Непрерывно практикую с 2014 года. Всё это время прохожу личную терапию и супервизию.
2. В 2014-15 году я прошла ряд семинаров по недирективной игровой терапии, а также курс «Детская нейропсихология: диагностика и коррекция».
3. В 2015-2018 окончила трёхлетний курс «Лечебная педагогика» (1054 часа), получила сертификат повышения квалификации, признанный Международным Советом по образованию (Кассель, Германия) /Der Internationalen ausbildungskreis für Heilpädagogik und Sozialtherapie (Kassel, Deutschland). Кроме работы со взрослыми также несколько лет работала игровым терапевтом с аутичными детьми (в том числе в школе).
4. В 2019 прошла 5 воркшопов и длительную супервизионную группу по IFS-терапии. А также курс «Нейробиология депрессии и травмы» от Екатерины Винник (и его апдейт в 2021).
5. В 2021 году прошла курс "Somatic IFS" от Susan McConnel (июнь-ноябрь), семинары «Сострадание в работе с зависимостями в IFS» от Сеце Cykes, "Sexual abuse" и "IFS в работе с парами. (IFIO)" от Nancy Wonder, "Self-Led sexuality" от Pat Rich, супервизионную группу Olya Walker. А также курс ""Работа с сексуальностью в паре" от Инги Грин и семинар "Нейробиология тревоги" Екатерины Винник.
Участвовала в нескольких обучающих мероприятиях по IFS в качестве ассистента (семинары от Igina Diyankova и Marina Hazan).
- 6/ Работаю только в IFS с 2019. Личную терапию прохожу тоже в нем, она немало изменила мою жизнь. Регулярно участвую в супервизионных и интервизионных группах.

Конфиденциальность

I. Нераскрытие вашей личности

Я не вправе раскрывать вашу личность в качестве моей клиентки (клиента) никому и ни при каких обстоятельствах. Исключения – те ситуации, что предписываются законами РФ (защита вашей жизни и жизни окружающих вас людей). В таком случае я веду записи своих действий.

Прошу обратить внимание, что так как я не вправе раскрывать факт вашего посещения психотерапии, то если я сталкиваюсь с вами в обычной жизни, я не здороваюсь первой (чтобы вам не пришлось объяснять, кто я такая, своим спутникам). Вы же имеете право по вашему желанию подойти ко мне и сделать факт вашего знакомства и работы со мной публичным.

II. Запрет на stalking

Следуя этическому кодексу, я не интересуюсь вашей личностью, вашей жизнью или вашим окружением за пределами терапии. Я не изучаю ваши профили в социальных сетях или профессиональных сообществах и не комментирую ваши публичные высказывания доступные мне для просмотра. (Таким образом вы можете не опасаться, что ваш психолог случайно ляпнет что-то лишнее и личное на вашей публичной странице).

III. Условия раскрытия случая

Психологическая помощь подразумевает то, что я, будучи вашим психологом, обсуждаю свои затруднения при работе с вами в профессиональном кругу психологов на супервизии (обсуждение работы со старшими и более опытными коллегами).

На супервизии не раскрываются личности клиентов и подробности, которые могут позволить узнать клиента в реальной жизни, случай описывается в общих чертах.

Если я пожелаю опубликовать описание нашей работы, то я свяжусь с вами дополнительно, и вы примете решение о том, могу ли я это сделать, а если – да, то на каких условиях.

IV. Запрет двойных отношений

Наши отношения ограничиваются только терапией. Я не оказываю вам никаких иных услуг кроме психологических, не получаю от вас никаких услуг и подарков, не вступаю в намеренное общение с вами вне психотерапии, не вступаю в сексуальные или романтические отношения с вами в период терапии (и после).

Кроме того, я не могу работать как психотерапевт с вашими близкими родственниками и друзьями.

Принципы моего поведения в социальных сетях

Я использую социальные сети как для личного общения, так и для профессиональной самопрезентации. Я призываю вас не изучать мои личные профили в социальных сетях, не читать мои посты (включая публичные) или статьи на других ресурсах во избежание двойных отношений. (Выбор остаётся за вами, но встречаться только в пределах терапевтических сессий - безопаснее и проще).

Из тех же соображений я стараюсь не добавлять в друзья людей, с которыми работаю, чтобы не втягивать вас в личное пространство редких подзамочных постов.

Принципы моего поведения на сессиях

1. Внимание к стереотипам, дискриминации и насилию

Я никогда не буду говорить ни о женском предназначении, ни о «мужчина должен», ни о каких-либо ещё гендерных стереотипах.

А также о том, что если с вами кто-то плохо обращается – то вы сами виноваты. Если вы находитесь в трудной и опасной внешней ситуации, я не буду утверждать, что психотерапия решит все проблемы – и внешняя ситуация обязательно изменится после внутренней «проработки». Иногда стоит начать с помощи и поддержки извне, а потом уже работать с внутренней системой. В этом случае постараюсь порекомендовать службы поддержки.

Я не очень люблю формулировку «ЛГБТ+ френдли» – потому что она размыта и иногда означает всего лишь толерантность или любопытство. Лучше скажу, что я работаю с небинарными и трансгендерными людьми, дополнительно обучаюсь в этой области и не буду вас экзотизировать или самообразовываться на сессии за ваш счёт. Внимательна к языку и к процессам системной дискриминации. Гарантирую, что буду обращаться к вам в том роде, и тем именем, которое вы предъявите.

2. Медикаменты и врачебная помощь

Я не выписываю рецептов на медикаменты и не имею на это права, но очень хорошо отношусь к медикаментозной поддержке в некоторых ситуациях – это несколько не вредит процессу терапии, наоборот.

Я не буду говорить, что «все проблемы от нервов» и обращать внимание только на психосоматические процессы, игнорируя соматопсихические. Упадок сил может дать множество процессов, кроме эмоциональных (а потом на них реагирует еще и психика). Иногда нужна консультация эндокринолога, анализы на дефициты. А иногда стресс так сильно влияет на телесные процессы – что телу можно дополнительно помочь.

Я не буду отговаривать вас от антидепрессантов или препаратов, рекомендованных специалистами. В случае необходимости медикаментозной поддержки я могу порекомендовать для её подбора кого-то из коллег, за чью квалификацию могу ручаться.

Документирование встреч и ваше право на записи

В процессе нашей работы я веду записи, в которых описываю ход встречи, замеченные части и свои мысли. У вас есть право на получение этих записей. Я храню записи на протяжении 5 лет после окончания терапии.

Во время сессии я не веду скрытой или явной видео- и аудиозаписи, свои записи я делаю явно на бумаге, или по памяти.

Завершение консультирования / психотерапии

Вы вправе закончить терапию, как только сочтете нужным, без каких-либо дополнительных условий. После первой встречи я всегда предлагаю походить и подумать - комфортно ли со мной и хочется ли продолжать. Очень важно выбрать себе терапевта, с которым комфортно.

При наличии возможности и желания я предлагаю посвятить одну встречу завершению процесса психотерапии и подведению итогов - это поможет свериться со всеми вашими частями для большей ясности и безопасности процесса. Но это не обязательно.

Предъявление претензий

Если вы сочтете что я недолжным образом повела себя по отношению к вам, была невнимательна или нарушила правила этики, я прошу вас обсудить ваши претензии сначала со мной и прямо.

Тем не менее, вы имеете полное право на публичное выражение претензий, обсуждение хода терапии с любыми лицами, в любом ключе и в любое время.

Правила коммуникации

1. Для согласования или отмены встреч я прошу вас использовать сообщения Whatsapp на мой мобильный телефон (номер указан на последней странице этого документа). *Я не всегда могу сразу ответить на сообщение, прошу заранее меня извинить, но если я в течение суток не отвечаю — напишите, пожалуйста, еще раз. Иногда бывает так, что случайно прочитанное сообщение улетает вниз и я не вспоминаю, что кто-то писал. Звонки я не принимаю, это очень неудобно.*
2. Если у вас возникнут вопросы по процессу терапии в промежутки между сессиями – используйте Whatsapp или электронные письма, мой электронный адрес указан на последней странице.
3. Лучше не использовать для общения со мной социальные сети и мессенджеры, кроме указанного (тогда я не потеряю часть нашей переписки, она вся будет в одном месте).

Порядок оплаты сессий и ваша ответственность как клиентки/клиента

Мы договариваемся, что наши встречи (сессии) будут оплачиваться по цене _____ рублей за каждую 55 минутную сессию.

В начале каждого года (в сентябре) я пересматриваю стоимость сессии, о чем я сообщаю заранее, чтобы мы могли обсудить новые условия.

Вы, будучи клиенткой/клиентом в терапии, обязуетесь не пропускать сессии и не опаздывать (вы имеете на это право, но закончить мне нужно вовремя). Я прошу отменять сессии не позже, чем за 24 часа до встречи. В случае более поздней отмены прошу оплатить сессию целиком. Со своей стороны в таком случае – следующую сессию провожу бесплатно. Переносы и форс-мажоры обсуждаются отдельно.

Отмена сессии возможна по смс или whatsapp (с учетом, что вы получили от меня подтверждение, что я видела ваш запрос на отмену сессии).

Встреча оплачивается переводом на мой расчетный счет (реквизиты в конце документа).
Лучше всего до сессии, хотя бы за пять минут - или в течение первых суток после. При этом
банковская комиссия уплачивается вами. По запросу я предоставляю чек (как самозанятый).

Контактная информация и принятие договоренностей

Подписывая данный документ, вы выражаете свое согласие с условиями, описанными выше.
Если у вас появились вопросы - ваша обязанность обсудить их со мной.

Ваше полное имя _____

Ваша подпись _____

Ваш e-mail _____

Ваш мобильный тел. _____

Анна Алашеева

мобильный тел. +995 555 314807 (whatsapp)

e-mail: ann.alasheeva@gmail.com

Skype ann.alasheeva

Реквизиты:

Тинькофф .

Карта номер .

Раурал heebie7@gmail.com

Дата: 30/05/2022