

ПАМЯТКА КЛИЕНТУ, ПРОХОДЯЩЕМУ ИНДИВИДУАЛЬНУЮ ТЕРАПИЮ.

Этот текст выполняет роль памятки клиенту, не являясь при этом официальным документом. Все пункты этой памятки соответствуют мировой практике психологического консультирования и призваны обеспечить оптимальные условия для эффективной работы.

I. Отношения клиента и гештальт-терапевта. Конфиденциальность и обоюдные меры по ее сохранению.

1.1. Отношения между клиентом и гештальт-терапевтом строятся на основе обоюдного уважения и стремления к эффективному сотрудничеству.

1.2. С момента начала терапии не допускается изменений социальных ролей между клиентом и гештальт-терапевтом, выходящих за рамки консультирования. Нельзя вступать с гештальт-терапевтом в дружеские, любовные, семейные и деловые отношения.

1.3. Гештальт-терапевт принимает на себя обязательства лояльности клиенту и его интересам, и не вступает ни в какие отношения с его ближним окружением вне специальных терапевтических рамок (например, парное консультирование в ко-терапии).

1.4. Если клиент, находясь в гештальт-терапии, собирается вступить в иные психотерапевтические отношения или иную психологическую работу (посещение группы, парных или семейных консультаций, психологических интенсивов, консультаций иного психолога или психиатра и пр.) или уже состоит в них на момент начала работы с гештальт-терапевтом, он обязательно обсуждает это с ним.

1.5. Любая информация, сообщённая клиентом гештальт-терапевту, конфиденциальна и не выносится за пределы их общения. Исключение – профессиональная супервизия, которую гештальт-терапевт при необходимости получает на свою работу с клиентом. Однако, согласно законодательству, это соглашение о конфиденциальности аннулируется в случае планирования или осуществления клиентом действий, которые могут поставить под угрозу его жизнь или жизнь других людей.

1.6. Гештальт-терапевт обязательно информирует клиента о любых обстоятельствах, при которых работа может перестать быть эффективной с его стороны, – о недостаточности профессиональной компетенции, изменении собственного состояния, попадании в двойные отношения и пр., а также принимает все меры по восстановлению собственной полезности для клиента.

II. Организация и проведение встреч, условия оплаты.

2.1. Встреча длится 50 минут и происходит раз в неделю – это стандартное время и частота встреч, рекомендованные для гештальт-терапевтов Европейской ассоциацией гештальт-терапии (ЕАГТ). Если у вас острая ситуация и вы нуждаетесь в дополнительных встречах, обсудите их возможность с гештальт-терапевтом.

2.2. Клиент и гештальт-терапевт прилагают все усилия для избегания пропуска встреч, поскольку только регулярные встречи являются основой эффективной работы. Если клиент не может прийти в условленное время, он предупреждает об этом гештальт-терапевта не позднее, чем за 48 часов, и они стараются перенести встречу на другое, подходящее для обоих время, на этой же неделе.

2.3. Если перенос встречи невозможен, и клиент предупреждает об ее отмене более, чем за 48 часов, он не несет никаких финансовых санкций.

2.4. Если клиент договаривается с гештальт-терапевтом о переносе меньше, чем за 48 часов до назначенной встречи, он оплачивает центру дополнительно стоимость аренды за пропущенную встречу.

2.5. Если клиент **по любой** причине пропускает встречу, сообщив о пропуске менее, чем за 48 часов, он оплачивает 100% ее стоимости.

2.6. В случае опоздания по любой причине клиент полностью оплачивает встречу, при этом время окончания встречи не сдвигается. В случае опоздания гештальт-терапевта по любой причине, он обязан возместить клиенту потерянное время.

2.7. Гештальт-терапевт и клиент стараются заблаговременно предупреждать друг друга о перерывах в работе, связанных с отпусками, праздничными днями, личными обстоятельствами, и заранее договариваются о дате продолжения работы после перерыва.

2.8. Нельзя проводить встречу под влиянием веществ, изменяющих сознание – алкоголя, наркотиков или сильных успокоительных, если они не прописаны вам лечащим врачом для постоянного приёма. Психологическая работа в состоянии измененного сознания небезопасна и неэффективна! Если вы принимаете психотропные препараты по назначению врача, обязательно предупредите об этом гештальт-терапевта!

2.9. Гештальт-терапевт несет ответственность перед клиентом за свою работоспособность и принимает все меры, чтобы она

была на достаточном уровне. Это включает поддержание своего хорошего физического, ментального и психического состояния, а также прохождение регулярных супервизий, повышения квалификации и собственной психотерапии при необходимости.

2.10. На время сеанса обе стороны обязуются обеспечить условия для углубленной работы - не отвлекаются на другие дела, отключают мобильные телефоны и т. п.

2.11. Любые изменения изначальных организационных условий, которые обязательно оговариваются в начале терапии, в том числе оплаты, времени, способов контакта, форм терапии, перерывов в работе и пр., обязательно обсуждаются клиентом и гештальт-терапевтом в процессе работы по мере их возникновения.

III. Важные аспекты психотерапевтической работы.

3.1. Клиент имеет право задавать вопросы и получать необходимую ему информацию о методах работы, опыте гештальт-терапевта, образовании, мнении по важным для него вопросам, его реакции на клиента, смысле происходящего на сессии и пр.

3.2. Гештальт-терапевт ответственен за то, чтобы быть внимательным, исследовать, что происходит с клиентом и предъявлять ему свои наблюдения, мнения, гипотезы и предложения. За все остальное - выводы, решения, действия и изменения в своей жизни - ответственность несет клиент.

3.3. Для того, чтобы встреча была эффективной, клиенту нужно максимально включаться в работу. При этом не важно, что именно вы говорите, важно, чтобы это было про вас и настолько честно, насколько это возможно для вас в данный момент. Вы также сами отслеживаете свои состояния и сообщаете о них, поскольку никто не сможет догадаться, что с вами, если вы не скажете. Вы можете останавливать адресованные вам высказывания и вопросы, можете отказаться от любого предложения гештальт-терапевта, можете обращаться к нему во время сеанса за помощью. Все, что вы скажете, важно, и ничто не является бессмысленным или глупым. Если вы не знаете, что сказать или не хотите говорить, просто скажите об этом - это тоже важно.

3.4. Самораскрытие ускоряет работу. Но у каждого собственный ритм и темп психологической работы, собственный стиль и трудности. Поэтому вы сами регулируете глубину своего самораскрытия.

3.5. Кризисы, как небольшие, так и серьезные, – обычная и при этом весьма значимая часть глубинной психологической работы. Поэтому, если вам непонятно, что происходит, что-то не нравится или задевает, вы испытываете напряжение или дискомфорт, как можно скорее скажите об этом вашему терапевту – это поможет сделать вашу работу эффективнее.

3.6. Завершение – одна из важнейших фаз любых отношений, и поэтому оно рассматривается в гештальт-терапии как хорошая возможность для клиента многое понять о себе и своем способе действий. Также очень важно различать подлинное завершение и преждевременный обрыв работы. Подлинное завершение – постепенно, и обе стороны понимают, что работа подходит к концу. Поэтому, если клиент решает, что хочет закончить работу по любой причине (полное удовлетворенность или неудовлетворенность результатом, временные житейские трудности и пр.), он должен лично в начале ближайшей встречи сообщить об этом терапевту и прийти затем еще на одну встречу. Это делается для избегания обрыва работы под влиянием ситуационных эмоций, что позволяет либо продуктивно пройти кризис и продолжить работу, либо завершить ее с ясным осознанием причин завершения и сохранением уважения к друг другу.

3.7. Если вы завершили отношения с гештальт-терапевтом, то при вашем желании и наличии у гештальт-терапевта такой возможности, вы можете вернуться в терапию, заключить с ним новый контракт и возобновить работу.

3.8. Если гештальт-терапевт по своим причинам не может продолжать работу, он обязательно предупреждает об этом клиента заранее и, в случае необходимости, рекомендует ему кого-то из своих коллег для продолжения работы.

3.9. Гештальт-терапевт имеет право прекратить действие контракта при несоблюдении клиентом его пунктов. При этом изложенная в п. 3.6. процедура завершения по возможности соблюдается.