

Информированное добровольное согласие клиента на оказание психологических услуг

Перед первой встречей прошу вас ознакомиться с правилами и принципами, которых я придерживаюсь, а также с обязанностями, которые я на себя возлагаю. В этом согласии также содержится информация о ваших правах и обязанностях в процессе проведения сессий. Призываю вас внимательно прочитать этот текст, чтобы ваши ожидания соответствовали тому, что будет на сессиях.

Уровень моей подготовки:

СПбГУ факультет психологии (специалист), СПбГУ факультет философии (магистратура), Санкт-Петербургский Институт Гештальта (2 года). Поддерживаю связь с профессиональным сообществом, участвую в конференциях, публикуюсь в специализированных изданиях.

Принципы организации работы, которых я придерживаюсь:

- Я считаю супервизию и интервизию необходимой частью работы психолога и психотерапевта, поэтому прохожу ее минимум раз в месяц и консультируюсь с более опытными коллегами, по вопросам, возникающим у меня в процессе психологической работы.
- Я прохожу личную терапию в качестве клиента, и считаю это необходимым элементом практики. Личная терапия предотвращает профессиональное выгорание и перенос личных проблем терапевта на клиента.

Принцип конфиденциальности:

Я не имею права рассказывать, или иным способом делать информацию, озвученную на сессии, доступной третьим лицам без вашего письменного согласия. Исключение составляют случаи, когда речь идет об угрозе жизни и здоровью. Я не имею права вести аудио или видеозапись без вашего согласия, и обязана дать подробное объяснение, если считаю, что это необходимо для супервизии или интервизии.

Что важно знать о нашей совместной работе:

- Важно, чтобы вам было комфортно и безопасно на сессиях, чтобы вы чувствовали, что я уважаю вас и забочусь о вашем благополучии. Поэтому в процессе ориентируюсь на вашу обратную связь: если вам не нравится то, что происходит, или не хочется выполнять то или иное упражнение, обязательно заявите об этом.

- В своей работе я основываюсь на теории и методах гештальт-терапии, экзистенциально-гуманистической психотерапии и когнитивно-поведенческой терапии. Было бы полезно, если бы вы ознакомились с основными идеями этих подходов:
 - [Гештальт-терапия](#)
 - [ЭГП](#)
 - [КПТ](#)
- Длительность психотерапии зависит от конкретного запроса, а также от ваших личностных особенностей. Первые сессии (от 3 до 5) направлены на то, чтобы познакомиться друг с другом, установить доверие, а также на сбор информации, погружение в ситуацию, диагностику, уточнение запроса. После 3-5 сессий возможно обсуждение необходимой длительности психотерапии.
- В большинстве случаев рекомендуемая частота сессий: 1 раз в неделю.
- В ходе психотерапии могут возникать эмоции разных модальностей, как положительные, так и отрицательные. Для эффективности психотерапии важно говорить о том, что вы испытываете на сессиях и между ними.

Организационные вопросы (как проходят сессия, адрес, оплата):

- Сессия длится около 60 минут.
- Сессия проходит в формате разговора, также я могу предложить проделать некоторые упражнения.
- Возможно наличие домашнего задания.
- Между встречами задать вопросы, уточнить домашнее задание можно через телеграм или вконтакте.
- Оплатить сессию можно переводом на карту Сбербанк/Тинькофф/наличными после сессии. Стоимость составляет 2500 руб.
- Если по каким-либо причинам вы не можете прийти на назначенную сессию, пожалуйста, сообщайте об этом как минимум за сутки. При отмене менее, чем за сутки, сессия полностью оплачивается.
- Адрес: наб. Адмирала Лазарева 20, кв. 119 (м. Чкаловская). Кабинет находится в обычном жилом доме.

Контакты:

Телефон: +79312626526 (Whatsapp, Telegram)

Email: zaslavskayalizaveta@gmail.com