

## Информированное добровольное согласие клиента на участие в психотерапевтической группе

Перед участием в психотерапевтической группе просим вас ознакомиться с правилами и принципами, которых мы (Заславская Елизавета Алексеевна и Зыков Алексей Александрович), ведущие группы, придерживаемся, а также с обязанностями, которые мы на себя возлагаем. В этом согласии также содержится информация о ваших правах и обязанностях в процессе проведения сессий. Призываем вас внимательно прочесть этот текст, чтобы ваши ожидания соответствовали тому, что будет на сессиях.

Уровень нашей подготовки:

Лиза Заславская - СПбГУ факультет психологии (специалист), СПбГУ факультет философии (магистратура), Санкт-Петербургский Институт Гештальта (3 года). Поддерживаю связь с профессиональным сообществом, участвую в конференциях, публикуюсь в специализированных изданиях. Прохожу регулярную супервизию, личную терапию и участвую в интервизорских группах.

Леша Зыков - СПбГУ факультет психологии (специалист), супервизор, соучредитель психологического центра "12 Коллегий". Прохожу регулярные супервизии, личную психотерапию и участвую в интервизорских группах.

Принципы организации работы, которых мы придерживаемся:

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

Кому подойдет эта группа:

Группа подойдет тем, кто хочет исследовать себя и расширить свою зону осознания.

Кому не подойдет эта группа:

Для участия в группе есть ряд ограничений, поэтому предварительно необходимо пройти собеседование. В некоторых случаях возможно сочетание участия в группе с прохождением индивидуальной психотерапии.

Правила группы:

В группе существует три правила, за нарушение которых назначаются санкции (вплоть до исключения из группы):

1. Правило конфиденциальности.

Все участники группы, включая ведущих, не имеют права рассказывать, или иным способом делать информацию, озвученную на группе, доступной третьим лицам без письменного согласия задействованных в разговоре лиц. Исключение составляют случаи, когда речь идет об угрозе жизни и здоровью. Обратите внимание! Группа проходит под супервизией ректора СПбИГ Лебедевой Н.М.

2. Запрет на любую физическую агрессию по отношению к участникам группы.

3. Запрет на общение участников группы друг с другом между встречами.

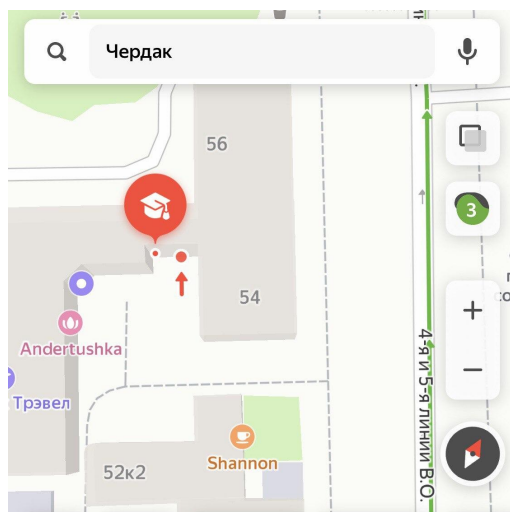
Ведущие группы оставляют за собой право попросить участника покинуть группу, если посчитают, что участие в психотерапевтической группе на данный момент для него не эффективно.

Организация встреч:

- Встречи состоят из обсуждений, обмена мнениями, мыслями, чувствами, а также из специально подобранных или созданных упражнений.
- Между встречами в отдельном чате будут представлены материалы по теме группы, домашние задания, обозначены организационные моменты (предупреждения об опозданиях, перерывах и т.п.)
- Встречи проходят по понедельникам с 19:00 до 22:00, территориально м.Василеостровская. 5-ая линия ВО, дом 54 (Метачердак).
- Оплата за курс (15 встреч) составляет 30000 руб (2000 руб./встреча). Оплата за следующую встречу вносится сразу после прошедшей. Для бронирования места в группе необходимо осуществить предоплату в оговоренном размере.
- Оплата за встречу производится заранее наличными или переводом на банковскую карту Сбербанк/Тинькофф по номеру 89312626526.
- Если вы предупреждаете об отсутствии на встрече менее, чем за 24 часа, встреча полностью оплачивается.
- За весь цикл встреч допускается максимум два пропуска без оплаты встречи.

Схема прохода:

Карта:



Дверь в подъезде:



Контакты:

Лиза Заславская

Телефон: +79312626526 (Whatsapp, Telegram)

Леша Зыков

Телефон: +79213490912 (Whatsapp, Telegram)

Рекомендации, которые сделают участие в группе максимально полезным:

- Будь сосредоточен(а). Чаще думай о том, чего хочешь от группы. Перед каждой встречей группы найди время спросить себя, чего ждешь от этой встречи.
- Будь гибким(ой). Даже четко представляя, чего ждешь от этой встречи, будь готов(а) принять и то, что не входит в твои планы.
- Будь "жадным(ой)" к работе. Успех группы зависит от твоего желания работать на пользу себе. Если постоянно будешь ждать "своей очереди" или попытаешься прикинуть, на какую часть времени на занятии имеешь право, будешь подавлять свою спонтанность, то вскоре с разочарованием увидишь, что твое время так и не приходит.
- Чаще вспоминай о чувствах. Важно делиться мыслями, но еще важнее говорить о чувствах. Реже начинай со слов "по моему мнению...", "я думаю...", а чаще – "я чувствую".
- Больше выражай себя. Часто мы не осмеливаемся выражать свои мысли и чувства, потому что боимся показаться глупыми. Однако не следует забывать, что группа является идеальным местом, где можно увидеть, что происходит, когда выражаешь то, что чувствуешь. Если что-либо

чувствуешь по отношению к группе или к некоторым участникам, обязательно выскажи. Ведь существует большая разница между мыслями про себе и высказанными вслух.

- Не жди. Чем дальше будешь откладывать активное участие в группе, тем труднее будет начать.
- Не молчи. У молчащего(ей) значительно меньше шансов получить от других участников важные сведения о себе, кроме того, они нередко думают, что ты только наблюдаешь и оцениваешь их. Своим молчанием ты лишаешь других возможности поучиться у тебя.
- Экспериментируй. Группа является местом, где можешь свободно и безопасно разносторонне показать себя. Попытавшись здесь, кое-что сможешь затем перенести в жизнь.
- Не жди, что все изменится внезапно. Дай себе время изменить себя и свою жизнь в нужном направлении. Ничто не происходит сразу.
- Избегай советов. Твои мысли и чувства, высказанные другому, ценнее любого совета.
- Обращайся прямо. Не говори о других в группе в третьем лице. К каждому всегда обращай непосредственно.
- Не торопись с помощью. Если кто-то говорит о своих наболевших проблемах, не спеши прерывать и утешать его. Человек совершенствуется, переживая боль, – позволь ему иногда это.
- Реагируй. Если кто-нибудь говорит что-либо о тебе, реагируй – неважно, положительной или отрицательной будет твоя реакция. Это повышает доверие в группе.
- Будь открытым(ой) на реакции других. Принимай любые реакции других на тебя, а не только приятные для тебя. Однако не спеши слишком быстро со всем соглашаться или сразу все отвергать.
- Реагируй на терапевта(ов). Делая это, сможешь лучше понять свои реакции на авторитеты вообще. Не навешивай ярлыки ни на себя, ни на других. Сразу реагируй, если кто-либо смотрит на тебя слишком односторонне.
- Решай сам(а), насколько раскрываться.
- Используй опыт группы. Постарайся применять в жизни то, что узнал и чему научился в группе.

Участник группы:

\_\_\_\_\_ \ \_\_\_\_\_  
(ФИО) (Подпись)

Ведущие группы:

\_\_\_\_\_\

(ФИО) (Подпись)

\_\_\_\_\_\

(ФИО) (Подпись)