Marzena Pietrusińska
psycholog · psychoterapeuta
PSYCHOTRANS Marzena Pietrusińska · Prywatna praktyka psychologiczna i psychoterapeutyczna
Siedziba: ul. XXI Wieku 21/14, Józefosław 05-509 · Gabinet: ul. Świętojańska 5, Piaseczno 05-500
NIP 7361184574 · Regon 013145174 · tel. +48 501 000 652 · marzena@pietrusinska.pl

Kontrakt terapeutyczny CBT

Imię i nazwisko Pacjenta:

Imię i nazwisko Terapeuty:

Marzena Pietrusińska

Kontrakt terapeutyczny jest formą uzgodnienia zasad regulujących relacje Pacjent – Terapeuta. Kontrakt ma na celu ochronę interesów obu Stron. Zostaje sporządzony w dwóch egzemplarzach i jest oświadczeniem woli uczestnictwa w terapii oraz oświadczeniem wiedzy, z czym ta decyzja się wiąże.

1. Terapia odbywa się jeden raz w tygodniu. Sesje trwają do 50 minut stacjonarnie w gabinecie lub zdalnie za pomocą komunikatora internetowego (z kamerą). W przypadku spóźnienia się Pacjenta sesja trwa krócej. W przypadku spóźnienia się terapeuty sesja jest przedłużana lub ustalany jest dodatkowy bezpłatny termin. Strony zobowiązują się do wzajemnego informowania o możliwym opóźnieniu. Bez takiej informacji terapeuta czeka 15 minut. Po tym czasie uznaje się, że Pacjent zrezygnował ze spotkania.
2. Praca w czasie sesji terapeutycznej polega na swobodnej rozmowie, która ma stworzyć przestrzeń do analizy i zrozumienia myśli, uczuć i mechanizmów zachowania, wpływających na Pacjenta. Celem terapii jest zmiana ujęta jako lepsze rozumienie i akceptacja siebie, poczucie dobrostanu psychicznego, umiejętność samoregulacji zachowania oraz bardziej dojrzałe funkcjonowanie społeczne.
3. Cele terapii ustalane są każdorazowo indywidualnie w dialogu z Pacjentem. Ich osiągnięcie zależy w takim samym stopniu od zaangażowania każdej ze Stron. Cel terapii może ulec zmianie w trakcie procesu terapeutycznego, po omówieniu i zaakceptowaniu zmian przez Strony.
4. Narzędziami pracy terapeutycznej są dialog, obserwacja, samoobserwacja, eksperyment poznawczo – behawioralny, odgrywanie ról. Wymagają one spontanicznej aktywności Pacjenta. Jego zaangażowanie i wola uczestniczenia w procesie terapii są warunkiem skuteczności, dlatego ważne jest otwarte i szczere wnoszenie na sesji pojawiających się myśli i emocji.
5. W przypadku, kiedy problemy Pacjenta dotyczą działań agresywnych wobec innych, działań autoagresywnych (w tym tendencji samobójczych i

samookaleczeń), Pacjent zobowiązuje się informować o tym terapeutę na bieżąco.

6. Cena za usługi terapeutyczne jest płatna z góry (przed sesją, przelewem na konto podane na stronie www). Spotkanie niezrealizowane z przyczyn leżących po stronie Pacjenta podlega pełnej opłacie. Regularna obecność na sesjach oraz samodzielna praca między kolejnymi sesjami sprzyja rozwojowi procesu terapeutycznego. **Zamiar odwołania sesji w wyjątkowych sytuacjach należy zgłosić najpóźniej 24 godziny przed ustalonym terminem kolejnego spotkania. W przypadku zgłoszenia po terminie lub braku zgłoszenia sesja podlega pełnej opłacie.** Dwie kolejne niezgłoszone nieobecności będą traktowane jako przerwanie terapii. Tym samym Pacjent traci rezerwację kolejnych terminów spotkań, ustalanych z Terapeutą na początku terapii. Pacjent może kontynuować przerwaną terapię po uzgodnieniu nowego harmonogramu spotkań i uiszczeniu opłat za nieodbyte sesje. Zakończenie procesu terapeutycznego odbywa się podczas sesji podsumowującej.
7. **Terapeutę obowiązuje tajemnica zawodowa, która może być uchylona na wniosek osób oraz instytucji do tego uprawnionych jedynie w przypadku zagrożenia zdrowia lub życia Pacjenta.**
8. Obowiązkiem terapeuty jest praca pod stałą superwizją, przejście terapii własnej, stałe podwyższanie kompetencji zawodowych. Pacjent wyraża zgodę na zapis audio wybranych sesji celem omówienia przypadku podczas superwizji.
9. Pacjent wyraża zgodę na kontakt terapeuty z innymi specjalistami z dziedziny zdrowia psychicznego, którzy byli lub są zaangażowani w proces leczenia Pacjenta.

Data i podpis Pacjenta

Podpis Terapeuty