

ПРАВИЛА ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ

Ці правила визначають основні принципи та організаційні умови індивідуальної психотерапевтичної роботи. Детальні умови співпраці, зокрема порядок оплати, перенесення або скасування сесій, конфіденційність, межі відповідальності сторін та інші істотні умови, визначаються при укладенні психологічного контракту на індивідуальну роботу

1. Принципи професійної практики

1.1. Психотерапевтична робота здійснюється з дотриманням професійної етики, поваги до гідності клієнта, його особистих меж, темпу та індивідуальних особливостей.

1.2. У своїй роботі я, як фахівець у сфері психічного здоров'я, дотримуюся принципів професійної етики, конфіденційності, безпеки, поваги до гідності клієнта та меж своєї професійної компетенції.

1.3. Психотерапевтичний процес будується на принципах добровільності, особистісної свободи та безпеки. Клієнт має право ставити запитання, уточнювати незрозумілі моменти, відмовлятися від окремих вправ або тем, до яких наразі не готовий.

1.4. Усе, що обговорюється в межах психотерапевтичної роботи, є конфіденційним, за винятком випадків, передбачених законом або умовами безпеки.

1.5. Професійна практика здійснюється в межах компетенції спеціаліста та передбачає постійне навчання, супервізію, інтервізію і професійну саморефлексію.

2. Організація роботи

2.1. Тривалість однієї психотерапевтичної сесії становить 50 хвилин.

2.2. Робота проводиться або в очному, або в онлайн-форматі, за попередньою домовленістю сторін.

2.3. Частота зустрічей визначається індивідуально відповідно до запиту, стану клієнта та домовленостей сторін.

2.4. Запис, перенесення або скасування сесії здійснюються через погоджений канал зв'язку.

2.5. У разі запізнення клієнта час сесії не подовжується.

2.6. Умови оплати, перенесення, скасування зустрічей та інші організаційні умови визначаються у психологічному контракті.

3. Умови онлайн-роботи

3.1. У разі онлайн-формату клієнт самостійно забезпечує стабільне інтернет-з'єднання, справність технічних засобів та можливість перебувати під час сесії в приватному просторі без сторонніх осіб.

3.2. Онлайн-сесія потребує такої самої включеності, пунктуальності та дотримання меж, як і очна зустріч.

3.3. У разі технічних збоїв сторони узгоджують продовження сесії, її перенесення або інший прийнятний спосіб завершення зустрічі.

4. Комунікація поза сесіями

4.1. Листування поза сесіями використовується переважно для організаційних питань, зокрема запису, перенесення, скасування зустрічі або коротких уточнень.

4.2. Повідомлення в месенджерах не замінюють психотерапевтичну сесію та не є окремим форматом постійного терапевтичного супроводу, якщо це не було погоджено окремо.

4.3. Відповідь на повідомлення надається в межах робочого часу та в розумний строк, але не передбачає постійної доступності спеціаліста.

4.4. Комунікація поза сесіями не є екстреною або кризовою допомогою.

5. Рамка поваги та безпеки

5.1. Психотерапевтична робота відбувається в атмосфері поваги, уважності та дотримання особистих меж.

5.2. У процесі роботи не допускаються образи, погрози, приниження, агресивна або інша деструктивна поведінка.

5.3. Під час сесії клієнт має бути у тверезому стані. Проведення сесії у стані алкогольного, наркотичного або іншого вираженого токсичного сп'яніння не допускається.

5.4. Клієнт має право говорити про свій дискомфорт, просити про паузу, уповільнення темпу або додаткове пояснення.

5.5. Перед глибинною або емоційно інтенсивною роботою, за потреби, застосовуються техніки стабілізації, саморегуляції та закриття «аварійних люків».

5.6. Клієнт має право не виконувати окрему вправу або відмовитися від певного формату роботи, якщо відчуває, що наразі не готовий до нього.

5.7. Безпека в умовах воєнного стану

- Фізична безпека клієнта та спеціаліста має пріоритет над продовженням сесії.
- Якщо під час онлайн-сесії виникає повітряна тривога, обстріл, загроза безпеці або інша надзвичайна ситуація, клієнт має право перейти в безпечніше місце або тимчасово перервати участь у сесії.
- Бажано повідомити про це спеціаліста, наскільки це можливо в конкретних обставинах.
- Якщо безпекова ситуація унеможлиблює продовження зустрічі, спеціаліст може зупинити, перенести або завершити сесію з подальшим погодженням наступних кроків.
- Питання перенесення, компенсації або продовження роботи в умовах воєнного стану вирішується з урахуванням конкретних обставин, формату роботи, тривалості вже проведеної частини сесії та попередніх домовленостей.

6. Конфіденційність

6.1. Усе, що повідомляється клієнтом у процесі психотерапевтичної роботи, зберігається в межах професійної конфіденційності.

6.2. Конфіденційність поширюється на зміст сесій, факт звернення, листування в межах робочого контакту, а також професійні записи, що стосуються роботи.

6.3. Винятки з принципу конфіденційності можливі у випадках прямої загрози життю, здоров'ю або безпеці клієнта чи інших осіб, а також в інших випадках, передбачених законом, професійною етикою та психологічним контрактом.

6.4. Супервізія та професійний розгляд матеріалу

- Супервізія є професійною формою підтримки, аналізу та підвищення якості роботи психолога / психотерапевта.
- У супервізії розглядається не особистість клієнта, а терапевтичний процес: запит, терапевтичний фокус, робочі гіпотези, складні моменти, етичні питання, динаміка контакту та можливі напрями подальшої роботи.
- Матеріал для супервізії подається лише в анонімізованому та узагальненому вигляді, без персональних або ідентифікаційних даних клієнта.
- У супервізійному або навчальному розгляді не зазначаються ім'я, контакти, місце роботи чи навчання, точне місце проживання, унікальні біографічні деталі, дані третіх осіб або будь-яка інша інформація, яка може прямо чи опосередковано ідентифікувати клієнта.
- Фото-, аудіо-, відеозаписи, документи, листування або інші матеріали, за якими можна ідентифікувати клієнта, не використовуються без окремої чіткої згоди клієнта.
- Матеріал для супервізії використовується виключно з професійною та навчальною метою, з дотриманням конфіденційності, професійної етики та принципу анонімності.

7. Звернення до інших спеціалістів

7.1. У разі потреби я можу рекомендувати клієнту звернення до суміжних спеціалістів, зокрема лікаря-психіатра, невролога, ендокринолога, сімейного лікаря або інших фахівців.

7.2. Якщо клієнт планує паралельне звернення до інших психотерапевтів, проходження гіпнотерапії, інтенсивних психопрактик або інших впливів, що можуть змінювати хід психотерапевтичної роботи, це бажано попередньо обговорити.

7.3. Таке обговорення потрібне для збереження цілісності процесу, недопущення перевантаження нервової системи та змішування суперечливих рекомендацій або методів.

8. Дії в разі гострої кризи

8.1. Психотерапевтична робота не замінює невідкладної медичної або психіатричної допомоги.

8.2. У разі гострої кризи, різкого погіршення стану, високого ризику завдання шкоди собі чи іншим клієнту необхідно звернутися до екстрених служб, профільної медичної допомоги або психіатричної служби.

8.3. Якщо стан клієнта потребує іншого формату допомоги, я можу рекомендувати додаткову консультацію або скерування до відповідного спеціаліста.

9. Завершення роботи

9.1. Психотерапевтична робота може бути завершена за ініціативою клієнта або спеціаліста.

9.2. За можливості, рішення про завершення роботи бажано обговорювати в межах окремої завершальної сесії, щоб підбити підсумки, зафіксувати зміни та коректно завершити процес.

9.3. Робота може бути завершена у зв'язку з досягненням цілей, зміною запиту, переходом в інший формат допомоги / підтримки, неможливістю продовження співпраці або з інших причин, що впливають на подальший перебіг психотерапевтичного процесу.

9.4. У разі систематичного порушення домовленостей, правил безпеки, умов оплати, повторюваних неявок без попередження або інших обставин, що унеможливають ефективну та безпечну співпрацю, спеціаліст має право призупинити або завершити роботу.

9.5. У разі потреби клієнту може бути рекомендовано звернення до іншого спеціаліста або в інший формат допомоги.

9.6. Детальні умови призупинення або завершення психотерапевтичної роботи визначаються в психологічному контракті.