|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Skype Messenger Whatsapp Zoom Osobní Jméno na soc.s. /číslo: | | | Diagnóza/zakázka: | | |
| Email: | | | Tel: | | |
| Moje jméno a role | Kde našel poradenství? | | Mlčenlivost a porušení/ Platby /Rušení/GDPR | | |
| **Jaký** problém Vás sem přivedl?Jaké jste měl/a v minulosti psychické problémy?  **Jak problém začal a kdy?**  Jak často a jak dlouho to trvá? | | | | | |
| **Autonomic -fyzické** | | **Behavioral-chování** | | | **Cognitive-myšlenky** |
| **Kde** se problém vyskytuje, kde se zhorší-v jakých situacích? | | | | **S kým** se může problém zhoršit/zlepšit? | |
| **Co problém spouští?** Čím to typicky začne? V současnosti (ne v minul.)  Vzpomenete si na situaci, kde jste se tak cítil/a?  Je tato situace typická – stává se to takto vždy nebo jinak? | | | | **Kdy se problém vyskytuje/zhoršuje?** Ráno, večer, nesouvisí | |

|  |
| --- |
| **Co Vám brání v tom, abyste si život užíval/a** (a vzkvétal/a**,** vedl/a život smysluplný, naplněný, vitální)**?**  **Kromě psychického stavu, je ještě něco, co tomu zabraňuje?** Vnější překážky (na rozdíl od psychických překážek), bránící bohatému, plnému a smysluplnému životu – např. právní, sociální, zdravotní, finanční, v zaměstnání:  **Máte obavy ohledně financí, bydlení, vaši bezpečnost?** Jak často? |
| **Jaké máte vztahy s přáteli a blízkými lidmi?**  **Jsou takové, jaké byste je chtěl/a mít?** |
| **Co jste zkoušel/a na řešení Vašeho problému a funguje to?**  **Co jste vyzkoušel/a a nefunguje?** |
| **Identifikované HODNOTY:** co je pro klienta důležité? |
| **Co očekáváte od terapie?** S čím doufáte, že Vám to pomůže? Jak bude Váš život jiný, co se změní? |
| Předešlé terapie? Které pomohly/nepomohly/proč?  Proč jste se rozhodnul/a pro terapii teď? Co je jiné? |
| **Fyzické zdraví:**  **Léky**, které v současnosti užíváte:  a zdrav. problémy:  Drogy Alkohol Kafein |
| Ještě byste něco chtěl/a dodat? Sebevražedné myšlenky, pokusy?  Co mne (teraputa) zarazilo, překvapilo/jak n mne klient působí, na co se ho příště chci zeptat…. |

|  |
| --- |
| Vysvětlení KBT Dotazy? Příští konzultace |

Domácí úkol: