

## Психологический контракт

Модальность – психоаналитическая терапия.

Такой подход предполагает внимательное и постепенное исследование глубинных причин психологических трудностей, в том числе бессознательных процессов, внутренних конфликтов и повторяющихся жизненных сценариев.

Терапия предполагает длительное сотрудничество — от 6 месяцев, с регулярными встречами 1–2 раза в неделю.

1. Психолог предоставляет пространство для осознания, переосмысления и внутренней трансформации, но не даёт прямых советов или готовых решений. Ответственность за процесс изменений и смысловую работу лежит на обеих сторонах — и на клиенте, и на специалисте.
2. Клиент имеет право говорить на любую тему, отказаться от обсуждения любой темы, предложенной психологом, и отказаться отвечать на любой вопрос.
3. Клиент может делиться с психологом любыми чувствами и переживаниями, даже если эти чувства негативные или неприятные, в том числе мыслями и чувствами относительно самого психолога.
4. Психолог рекомендует не принимать жизненно важные решения без предварительного обсуждения их на ближайшей сессии или нескольких сессий во время терапии.
5. Терапевтический процесс является совместной работой, где психолог несет ответственность за свой профессиональный уровень, соблюдения правил и принципов проведения психотерапии, соблюдения Этического Кодекса, анализ происходящего в сессии, а клиент несет ответственность за конструктивное использование (или неиспользование) времени сессии, готовность (или неготовность) переживать дискомфорт, связанный с необходимостью изменений, использование своего энергетического, психического и интеллектуального потенциала для решения обозначенных трудностей в процессе совместной работы.
6. Психолог и клиент не имеют права на взаимодействие вне рамок психотерапии. Любые бытовые, коммерческие и иные отношения, кроме терапевтических, между психологом и клиентом запрещены. Клиенту рекомендуется не подписываться (или отписаться) на социальные сети психолога на всё время совместной работы. Психолог соблюдает чёткие профессиональные границы: не вступает с клиентами в личные отношения, не общается вне терапевтического контекста, не взаимодействует в социальных сетях. Это необходимо для сохранения фокуса на внутренней работе клиента и безопасности аналитического пространства.
7. Психологу запрещено брать в психотерапевтическую работу или консультировать друзей, знакомых и близких людей клиента. В случае необходимости предоставления психологической поддержки знакомым или близким клиент может попросить порекомендовать другого психолога для передачи контактных данных с целью последующей обособленной работы.
8. Психолог обязан соблюдать принцип конфиденциальности. Материалы работы ни с кем не обсуждаются и никому не разглашаются. Исключением являются:
  - случаи необходимости раскрытия информации, согласно закону РФ (в случае возбуждения уголовного дела против клиента или неотложном направлении клиента в психиатрическую больницу);
  - случае реальной угрозы жизни/здоровья клиента или третьего лица;

– супервизии/интервизии, в отношении которых психолог обязан соблюдать инкогнито клиента, а информация о клиенте искажается настолько, чтобы он был неузнаваем.

9. Продолжительность сессии - 50 минут.

10. Сеттинг психотерапии (количество встреч в рамках одной недели) - 1 раз в неделю. Количество сессий может быть изменено в большую сторону, переход на сеттинг в большую частоту обсуждается заранее.

11. При опоздании клиента, сессия не продлевается, а заканчивается в обычное время. При опоздании психолога время продлевается на время, равное опозданию.

12. Сторонам запрещено делать видеозапись сессии без предупреждения и получения согласия другой стороны.

13. Оплата производится в течение календарного дня в день проведения сессии.

14. Изменение стоимости одной сессии может пересматриваться (но не обязательно меняться) психологом каждые 12 месяцев и обсуждается заранее, психолог обязан предупредить клиента об изменении оплаты за 2 месяца.

15. Если возникают обстоятельства, препятствующие присутствию клиента на очередной сессии, независимо от причины пропуска, сессия оплачивается. Исключением является госпитализация клиента и п.16 данного контракта. Опозданием считается задержка начала сессии более чем на 15 минут.

16. В случае пропуска сессии психологом, сессия проводится в дополнительное, удобное для клиента, время. Данная сессия подлежит оплате в условиях стандартных договоренностей.

17. У клиента есть возможность пропустить/взять отпуск в общем количестве 4 сессий в год (при сеттинге 2 раза в неделю – 8 сессий). В случае использования данных сессий в качестве отпуска с пропусками более 2 раз подряд клиент обязан предупредить психолога за 1 месяц, в случае данных сессий в качестве перерыва на 1 неделю клиент обязан предупредить психолога за 24 часа до ближайшей сессии.

18. Психолог имеет право взять отпуск на время ежегодного отпуска 30 календарных дней; Психолог обязан предупредить клиента о ежегодном отпуске за 2 месяца до его наступления.

19. График проведения сессий (день, время) устанавливается психологом и клиентом при совместном обсуждении. Сессии не проводятся в выходные и праздничные дни, в том числе если они совпадают с днем проведения сессии.

20. Сеттинг психотерапии может быть увеличен и обсуждается заранее. Психолог имеет право рекомендовать клиенту увеличение сеттинга в рамках гарантий обеспечения качества проведения психотерапии.

21. Изменять график проведения сессий (день, время) желательно не более 2 раз в год, статичность помогает в анализе динамики состояния. Решение изменить график важно, в первую очередь, обсуждать с точки зрения эмоций клиента, возможно он что-то чувствует, но существует сложность это определить и метод свободных ассоциаций может в этом помочь.

22. В случае невозможности проведения психологом дальнейших психотерапевтических сессий психолог обязан рекомендовать клиенту другого специалиста, квалификация и специализация которого соответствует необходимой клиенту помощи.

23. Клиент имеет право завершить терапию в любое время. Однако желательно заблаговременно обсудить это решение, чтобы подвести итоги, осмыслить процесс и завершить работу экологично и в безопасных условиях. Если желание завершить терапию возникает внезапно на фоне сильных эмоций, это также становится темой обсуждения ближайших нескольких сессий.

Начало терапии означает согласие клиента с изложенными условиями.

Психолог бережно относится к каждому, кто выбирает путь психоаналитической работы, и обеспечивает пространство, где возможно глубокое исследование, постепенное восстановление и движение к большей внутренней свободе.

Все пункты психотерапевтического контракта могут быть обсуждены в любой момент проведения психотерапии. В отдельных случаях в данный контракт могут быть добавлены дополнительные пункты при условии их предварительного обсуждения на сессии.