

## KONTRAKT TERAPEUTYCZNY

Zawarty w dniu:

Pomiędzy:

- Psychoterapeuta: Marcin Mąka –My Own Way-
- Pacjent:

### **Czas trwania**

Czas trwania terapii ustalony może być na początku terapii lub w trakcie jej trwania.

Wstępny czas zakończenia terapii: \_\_\_\_\_

### **Częstotliwość sesji**

Sesje odbywają się raz w tygodniu (\_\_\_\_\_ godz. \_\_\_\_\_). Ich czas trwania to 50 min.

Co czwarta sesja odbywa się w trybie zdalnym (on line).

### **Odpłatność za sesje**

Koszt sesji psychoterapeutycznej to \_\_\_\_\_ – płatny po zakończeniu spotkania.

Terapeuta zastrzega sobie prawo zmiany cennika spotkań podczas trwania terapii z miesięcznym okresem poprzedzającym taki stan.

### **Tryb odwoływania sesji**

O każdej swojej nieobecności pacjent jest zobowiązany poinformować terapeutę najpóźniej 48 godzin przed spotkaniem (najpóźniej do \_\_\_\_\_, godz. \_\_\_\_\_).

Jeśli ten czas jest krótszy od wymienionego, pacjent zobowiązany jest do pokrycia całości kosztów wizyty, która się nie odbyła na kolejnym spotkaniu.

Wyjątkiem od tego są sytuacje niemożliwe do przewidzenia (wypadek, choroba-zwolnienie L4).

Zasada dot. odpłatności za nieobecność pozwala chronić relację terapeutyczną, przed różnymi zakłóceniami, które mogą nastąpić zarówno po stronie pacjenta jak i terapeuty.

W pewnych okolicznościach, nieobecność może wiązać się z negatywnymi uczuciami Pacjenta do terapii, np. niechęcią lub rozczarowaniem i tym samym przyczynić się do ich przemilczenia zamiast omówienia, co jest niekorzystne dla przebiegu procesu terapeutycznego.

Odwoływanie sesji, które ma charakter powtarzalny i wynika z planowego wyboru innej aktywności przez p-ta wiąże się z pełną odpłatnością za spotkanie.

Pacjent zobowiązany jest niezwłocznie poinformować terapeutę o odwołanym spotkaniu za pomocą e-maila, podczas rozmowy telefonicznej, sms-em.

### **Kontakt między sesjami**

Jest możliwy w wyjątkowych sytuacjach w formie:

- e-maila: 1 mail/tydz.
- telefonu: Rozmowa w godzinach 9-21  
Rozmowa telefoniczna znacząco przekraczająca 10 min. traktowana będzie jako konsultacja zdalna i zostanie rozliczona proporcjonalnie do stawki godzinowej.
- sms: Krótka informacja dotycząca odwołania lub potwierdzenia spotkania

Terapeuta zobowiązuje się do odpisania (krótka forma, zachęcająca do rozmowy na spotkaniu o treści wnoszonych przez Pacjenta) lub oddzwonienia w sytuacji kiedy będzie to możliwe.

### **Zerwanie psychoterapii**

Następuje w sytuacji nie przyjscia na spotkanie i braku informacji co do dalszej chęci spotykania się. Decyzja o kontynuacji terapii po takim zdarzeniu wiąże się z oczekiwaniem na kolejny wolny termin. Wyjątkiem od tego jest inna decyzja terapeuty.

### **Sposób kończenia terapii**

Kończenie terapii jest procesem zawierającym się w określonym przedziale czasowym. Zazwyczaj jest to kilka spotkań. Czas ten jednak powinien być ustalony wspólnie z terapeutą, ponieważ jest zależny od wielu czynników (długości trwania terapii, podatności pacjenta na zmiany itp.)

**Informacje o superwizji terapeuty**

Terapeuta zobowiązuje się do superwizowania swojej pracy u wykwalifikowanego superwizora.

**Informacje o metodzie terapii**

Terapia prowadzona jest w nurcie terapii poznawczo-behawioralnej (CBT) oraz terapii schematu.

**Prawa i obowiązki Pacjenta**

- Pacjent ma prawo do poszanowania jego godności, poglądów religijnych, politycznych, itp.
- Ma prawo do dyskrecji i zachowania tajemnicy zawodowej przez terapeuta.
- Pacjent ma prawo zadawać pytania dotyczące kwalifikacji terapeuty, jego wykształcenia, doświadczenia, długości sesji oraz procesu terapii jako całości.
- Ma również prawo oczekiwać rzetelnych i wyczerpujących informacji w odpowiedzi na zadawane pytania.
- Pacjent może nie zgadzać się ze zdaniem terapeuty, odmówić odpowiedzi na pytania lub odmówić określonej techniki terapeutycznej.
- W każdym momencie Pacjent ma prawo zrezygnować z terapii lub poprosić o zmianę terapeuty, o czym powinien powiadomić terapeuta.
- Obowiązkiem pacjenta jest aktywne angażowanie się w proces terapeutyczny.

**Klauzula reakcji na kryzys**

Jeśli Pacjent oceni, że nie jest w stanie zapanować nad swoimi emocjami lub zachowaniem, zobowiązuje się do kontaktu telefonicznego ze swoim terapeutą, lekarzem psychiatrą lub jeśli Ci są niedostępni, do kontaktu z SOR (szpitalny oddział ratunkowy) lub inną placówką doraźnej pomocy psychologicznej/psychiatrycznej.

**Prawa i obowiązki terapeuty**

- Obowiązkiem terapeuty jest zachowanie tajemnicy zawodowej oraz pełnej dyskrecji dotyczącej przebiegu terapii oraz danych osobowych Pacjenta.

Z tajemnicy zawodowej terapeuta zwolniony jest tylko w przypadku, jeśli Pacjentowi lub komuś z jego otoczenia grozi niebezpieczeństwo utraty zdrowia lub życia.

- Terapeuta zobowiązuje się do rzetelnej pracy i stosowania skutecznych form terapii i metod pracy terapeutycznej.
- W przypadku konieczności zmiany terminu spotkania, obowiązkiem terapeuty jest poinformować o tym Pacjenta i ustalić nowy termin spotkania.
- Terapeuta ma prawo odmówić terapii w sytuacji, gdy Pacjent w sposób rażący narusza jego dobro osobiste, napastuje, obraża lub w rażący sposób łamie postanowienia kontraktu (m.in. systematycznie nie przychodzi na sesje, nie odwołuje ich lub odwołuje w ostatniej chwili, nie wykonuje systematycznie zadań osobistych). Terapeuta może również odmówić terapii, jeśli uzna, że jego kompetencje są w danym przypadku niewystarczające, aby należycie pomóc Pacjentowi - jest w takiej sytuacji zobowiązany do poinformowania o tym Pacjenta i zaproponowania mu innego terapeuty.

Wszelkie zmiany wymagają renegotjacji i zawarcia aneksu do kontraktu lub nowego kontraktu.

Kontrakt sporządzony jest w dwóch identycznych egzemplarzach, dla każdej ze stron.

Postanowienia kontraktu wygasają z dniem zakończenia terapii.

Podpis Pacjenta

Podpis Psychoterapeuty

.....

.....