

## ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ КОНТРАКТ МЕЖДУ ПСИХОЛОГОМ И КЛИЕНТОМ

Устное или письменное согласие с Контрактом подтверждает готовность клиента осознать и взять свою долю ответственности за процесс и результат работы с психологом.

Сам контракт является частью терапии. Его заключение и соблюдение оказывает позитивное влияние на ход терапии.

1. Контракт помогает преодолеть сопротивление терапии изменений.
2. Контракт создает безопасную атмосферу для работы, так как устанавливаются границы между терапевтом и клиентом, а также границы терапии.

А тем клиентам, которые привыкли разрывать отношения при малейшей тревоге, контракт помогает удерживаться в терапии и дает возможность осознать свое поведение и изменить его.

3. Данный контракт заключается только с теми, кто желает пройти долгосрочную психотерапию. Он состоит из правил, в соответствии с которыми проходит психологическая работа.

**Задача специалиста** во время процесса консультирования заключается в том, чтобы давать качественную информацию по вопросам психологии, обеспечивать доверительную атмосферу, соблюдать правила сотрудничества и конфиденциальности, соблюдать структуру занятий, соблюдать режим встреч с клиентом, давать поддержку клиенту, предупреждать об этапах процесса, наблюдать, что происходит с клиентом во время встреч, анализировать полученную информацию, сообщать о своих наблюдениях, мнениях, чувствах, переживаниях, версиях и гипотезах на основании своих профессиональных компетенций.

**Клиент несет ответственность** за выводы, решения, изменения в своей жизни.

1. Я, Фомин Алексей Александрович – психолог (гештальт-терапевт), Вы – клиент.
2. Время встреч должно быть удобным для обоих участников. Продолжительность сеанса составляет 55 минут, **с частотой один раз в неделю**. Более редкие встречи, как правило, менее продуктивны. Количество сессий зависит от динамики изменений в процессе психотерапии.
3. Работа проводится очно и/или онлайн. Я не консультирую по телефону, смс, электронной почте или письменно. Исключения составляют случаи, когда: а) Вы находитесь в тяжелом кризисном состоянии, и мы заблаговременно договорились о поддержке вне сессий; б) необходимо обсудить организационные моменты, касающиеся наших клиент-терапевтических отношений.
4. В течение всего срока нашей работы оплата производится на условиях 100% предоплаты следующей сессии по оговоренной заранее стоимости. **Размер и способ оплаты может меняться ежегодно, и я обязуюсь сообщать об этих изменениях не позднее, чем за 2 недели.**
5. Любые изменения обговариваются между нами, в том числе оплата, время, место, способ контакта, форма терапии и пр. Не допускаются изменения социальных ролей между клиентом и терапевтом, выходящих за рамки терапии на период действия контракта. До тех пор, пока мы с Вами находимся в клиент-терапевтических отношениях, мы не можем быть друзьями, коллегами, любовниками или в каких-либо других социальных ролях.
6. Самораскрытие ускоряет работу. При этом психологическая работа – это не вынуждающая исповедальня. У каждого свой собственный ритм и темп психологической работы, собственный стиль и трудности. Я уважаю Ваши особенности. Вы сами можете регулировать глубину своего самораскрытия.
7. Отменить нашу встречу Вы можете не позднее, чем за 24 часа. В случае, если Вы отменяете сессию за один день, вы оплачиваете 50% стоимости консультации. При отмене день в день Вы оплачиваете полную стоимость сессии. Также, если Вы не явились на консультацию без предварительного предупреждения – Вы оплачиваете полную ее стоимость, которая покрывается за **счет предварительной оплаты**. Это правило обеспечивает Вашу ответственность за присутствие в нашей работе. То же правило касается и меня.

**Исключением являются форс-мажорные ситуации, к которым относятся обстоятельства непреодолимой силы, повлиять на которые мы не можем. Например, землетрясение, внезапная остановка транспорта в связи с масштабной аварией и пр. Болезнь, аврал на работе и прочие аналогичные ситуации, не являются форс-мажором.**

8. Если Вы опаздываете к назначенному времени, наша встреча сокращается на то время, на которое вы опоздали.

9. Если Вы хотите досрочно завершить психотерапевтическую работу, Вам нужно обсудить это с психологом минимум за одну встречу до ее завершения. Как показывает практика, желание закончить психотерапию продиктовано сложностью прохождения «тупика».

10. Конфиденциальность. Правило полной конфиденциальности соблюдается мною во всех случаях, кроме тех, где Вы сообщаете о фактах педофилии, намерении и подготовке убийства, нанесения серьезного ущерба другим людям, организациям, сообществам.

11. Противопоказано совмещать терапию у двух (и более) терапевтов или одновременно обращаться к разного рода целителям, астрологам, ясновидящим, парапсихологом, гадалкам и т.д. Если Вы в данный момент проходите психотерапию и желаете обратиться к другому психотерапевту, то Вам следует сначала завершить отношения с одним терапевтом, а затем начинать с другим. Исключением являются ситуации сочетания индивидуальной терапии и групповой терапии. Прохождение одновременной терапии у нескольких специалистов в разных подходах, может усугубить ситуацию и «расшатать» Ваше психологическое состояние.

12. На консультации нельзя приходить в состоянии алкогольного опьянения, похмелья или под влиянием веществ, изменяющих сознание.

13. Вы обязуетесь во время сессий не наносить физический ущерб себе и мне, не портить имущество.

14. Завершающая встреча заранее планируется как последняя. Мы подводим итоги работы, завершаем незавершенные темы, обмениваемся впечатлениями о пройденном пути. Даже если в Вашем представлении Вы собираетесь вернуться к работе со мной через полгода или два года, **завершающая встреча обязательна.**

#### **ВОПРОСЫ В КОНТРАКТЕ, ПОМОГАЮЩИЕ ВАМ ПРОЯСНИТЬ ЗАПРОС:**

Каких изменений в жизни Вы хотите в результате работы с психологом?

---

---

Как Вы поймете, как Вы увидите, что достигли в процессе работы с психологом результата, то, чего Вы хотели?

---

---

Я, \_\_\_\_\_, принимаю условия психотерапевтического контракта.

«\_\_» \_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_

Я, \_\_\_\_\_, принимаю условия психотерапевтического контракта.

«\_\_» \_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_