

ПАМЯТКА КЛИЕНТУ, ПРОХОДЯЩЕМУ ИНДИВИДУАЛЬНУЮ ТЕРАПИЮ

Этот текст выполняет роль памятки клиенту, не являясь при этом официальным документом. Все пункты этой памятки соответствуют мировой практике психологического консультирования и призваны обеспечить оптимальные условия для эффективной работы.

I. Отношения клиента и гештальт-терапевта. Конфиденциальность и обоюдные меры по ее сохранению.

- 1.1. Отношения между клиентом и гештальт-терапевтом строятся на основе обоюдного уважения и стремления к эффективному сотрудничеству.
- 1.2. С момента начала терапии не допускается изменений социальных ролей между клиентом и гештальт-терапевтом, выходящих за рамки консультирования. Нельзя вступать с гештальт-терапевтом в дружеские, любовные, семейные и деловые отношения.
- 1.3. Гештальт-терапевт принимает на себя обязательства лояльности клиенту и его интересам, и не вступает ни в какие отношения с его ближним окружением вне специальных терапевтических рамок (например, парное консультирование в ко-терапии).
- 1.4. Если клиент, находясь в гештальт-терапии, собирается вступить в иные психотерапевтические отношения или иную психологическую работу (посещение группы, парных или семейных консультаций, психологических интенсивов, консультаций иного психолога или психиатра и пр.) или уже состоит в них на момент начала работы с гештальт-терапевтом, он обязательно обсуждает это с ним.
- 1.5. Любая информация, сообщенная клиентом гештальт-терапевту, **конфиденциальна** и не выносится за пределы их общения. Исключение — профессиональная супервизия, которую гештальт-терапевт при необходимости получает на свою работу с клиентом. Однако, согласно законодательству, это соглашение о конфиденциальности аннулируется в случае планирования или осуществления клиентом действий, которые могут поставить под угрозу его жизнь или жизнь других людей.
- 1.6. Гештальт-терапевт обязательно информирует клиента о любых обстоятельствах, при которых работа может перестать быть эффективной с его стороны, — о недостаточности профессиональной компетенции, изменении собственного состояния, попадании в двойные отношения и пр., а также принимает все меры по восстановлению собственной полезности для клиента.

II. Организация и проведение встреч, условия оплаты.

2.1. Встреча длится 60 минут и происходит раз в неделю — это стандартное время и частота встреч, рекомендованные для гештальт-терапевтов Европейской ассоциацией гештальт-терапии (ЕАГТ). Если у вас острая ситуация и вы нуждаетесь в дополнительных встречах, обсудите их возможность с гештальт-терапевтом.

2.2. Клиент и гештальт-терапевт прилагают все усилия для избежания пропуска встреч, поскольку только **регулярные встречи** являются основой эффективной работы. Если клиент не может прийти в условленное время, он предупреждает об этом гештальт-терапевта не позднее, чем за **24 часа**, и они стараются перенести встречу на другое, подходящее для обоих время, на этой же неделе.

2.5. Если клиент по любой причине пропускает встречу, сообщив о пропуске менее, чем за **24 часа**, он оплачивает 100% ее стоимости.

2.6. В случае опоздания по любой причине клиент полностью оплачивает встречу, при этом время окончания встречи не сдвигается. В случае опоздания гештальт-терапевта по любой причине, он обязан провести следующую сессию **бесплатно**.

III. Важные аспекты психотерапевтической работы.

3.1. Клиент имеет право задавать вопросы и получать необходимую ему информацию о методах работы, опыте гештальт-терапевта, образовании, мнении по важным для него вопросам, его реакции на клиента, смысле происходящего на сессии и пр.

3.2. Гештальт-терапевт ответственен за то, чтобы быть внимательным, исследовать, что происходит с клиентом и предъявлять ему свои наблюдения, мнения, гипотезы и предложения. За все остальное — выводы, решения, действия и изменения в своей жизни — ответственность несет клиент.

3.3. Для того, чтобы встреча была эффективной, клиенту нужно максимально включаться в работу. При этом не так важно, что именно он говорит, важно, чтобы это было о нем и настолько честно, насколько это возможно для него в данный момент. Вклад клиента состоит в отслеживании своих ощущений, мыслей, чувств, включая удовольствие, неудовлетворение, возражения и т.п. и озвучивании этих наблюдений за собой терапевту.

3.4. Самораскрытие ускоряет работу. Но у каждого собственный ритм и темп психологической работы, собственный стиль и трудности. Поэтому клиент сам регулирует глубину своего самораскрытия.

3.6. Завершение — одна из важнейших фаз любых отношений, и поэтому оно рассматривается в гештальт-терапии как хорошая возможность для клиента многое понять о себе и своем способе действий. Также очень важно различать подлинное завершение и преждевременный обрыв работы. Подлинное завершение — постепенно, и обе стороны понимают, что работа подходит к концу. Поэтому, если клиент решает, что хочет закончить работу по любой причине (полное удовлетворенность или неудовлетворенность результатом, временные житейские трудности и пр.), он должен лично в начале ближайшей встречи сообщить об этом терапевту и прийти затем еще на одну встречу. Это делается для избегания обрыва работы под влиянием ситуационных эмоций, что позволяет либо продуктивно пройти кризис и продолжить работу, либо завершить ее с ясным осознанием причин завершения и сохранением уважения к друг другу.

3.7. Если клиент завершили отношения с гештальт-терапевтом, то при желании клиента и наличии у гештальт-терапевта такой возможности, клиент может вернуться в терапию, заключить новый контракт и возобновить работу.

3.8. Если гештальт-терапевт по своим причинам не может продолжать работу, он обязательно предупреждает об этом клиента заранее и, в случае необходимости, рекомендует ему кого-то из своих коллег для продолжения работы.

3.9. Гештальт-терапевт имеет право прекратить действие контракта при несоблюдении клиентом его пунктов. При этом изложенная в п. 3.6. процедура завершения по возможности соблюдается.