ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИЙ КОНТРАКТ
про умови індивідуальної психотерапевтичної роботи

Психотерапевтка: Оксана Мосийчук

Цей контракт визначає основні умови організації індивідуальної психотерапевтичної роботи, права та відповідальність її учасників, а також домовленості, які допомагають підтримувати послідовність і передбачуваність психотерапевтичного процесу.
Контракт є домовленістю між клієнтом і психотерапевткою. Його положення можуть обговорюватися та уточнюватися за взаємною згодою.

1. Загальні засади психотерапевтичної роботи

Психотерапія є спільним процесом, у якому клієнт і психотерапевтка мають різні, але взаємопов'язані ролі та відповідальність.
Психотерапевтка відповідає за професійне ведення процесу, дотримання етичних принципів, створення умов для роботи та підтримання професійних меж.
Клієнт бере участь у роботі відповідно до власних можливостей, готовності та актуального стану. Він може ставити запитання, висловлювати сумніви, незгоду або незадоволення тим, як відбувається робота.
Психотерапевтична робота не передбачає гарантованого результату. Її перебіг і тривалість залежать від багатьох обставин, зокрема від запиту, життєвої ситуації клієнта та особливостей самого процесу.

2. Формат і регулярність зустрічей

- Тривалість однієї індивідуальної зустрічі – **50 хвилин**.
- Зустрічі відбуваються один раз на тиждень, якщо інший графік не узгоджений окремо.
- Формат роботи: онлайн або очно в Одесі.
- День і час зустрічей узгоджуються індивідуально.
- За домовленістю сторін може бути змінена частота зустрічей або формат роботи.
-

Регулярність зустрічей допомагає підтримувати послідовність психотерапевтичного процесу. Якщо виникає потреба змінити встановлений графік, це обговорюється заздалегідь.

3. Оплата

Вартість однієї індивідуальної зустрічі становить 3 000 грн.
Оплата здійснюється **безготівково, шляхом переказу коштів на рахунок ФОП**. Реквізити для оплати надаються окремо.
Зустрічі оплачуються за попередньою оплатою.
У процесі психотерапевтичної роботи порядок оплати або її розмір за потреби можуть бути переглянуті за взаємною домовленістю. Про зміну вартості психотерапевтка повідомляє клієнта завчасно.

4. Скасування та перенесення зустрічей
Якщо клієнт не може бути присутнім на зустрічі, він повідомляє про це не пізніше ніж за 24 години до її початку.
У разі скасування зустрічі менш ніж за 24 години або відсутності без попередження зустріч оплачується в повному обсязі.
Якщо зустріч скасовує психотерапевтка, оплата за неї не стягується. Інший час для зустрічі узгоджується з клієнтом.
Перенесення зустрічі можливе за попередньою домовленістю та за наявності вільного часу в розкладі.
Якщо виникають непередбачені обставини, які унеможливлюють проведення зустрічі, сторони обговорюють можливі варіанти її перенесення або скасування.

5. Запізнення та стан клієнта під час зустрічі
Якщо клієнт запізнюється, зустріч завершується у попередньо узгоджений час. Час запізнення не додається до тривалості сесії.
Якщо виникає запізнення психотерапевтки, питання компенсації часу або іншого способу врегулювання ситуації обговорюється окремо.
Якщо клієнт приходить на зустріч у стані алкогольного або іншого сп'яніння, зустріч не проводиться та оплачується в повному обсязі. Подальша можливість продовження психотерапевтичної роботи обговорюється окремо

6. Контакт між зустрічами та професійні межі

Основна психотерапевтична робота відбувається під час запланованих зустрічей.
Для організаційних питань, зокрема узгодження часу, перенесення або скасування зустрічей, сторони використовують попередньо погоджені канали зв'язку.
Контакт між зустрічами використовується для вирішення організаційних питань: узгодження часу, перенесення або скасування зустрічей. Повідомлення, які не стосуються організаційних питань, не опрацьовуються, відповіді на них

не надаються. Питання, що потребують психотерапевтичного обговорення, розглядаються під час зустрічей

7. Відповідальність та участь у психотерапевтичному процесі

Клієнт має можливість відкрито говорити про свої переживання, очікування, сумніви, незгоду або труднощі, пов'язані з психотерапевтичною роботою. Клієнт не зобов'язаний погоджуватися з усіма пропозиціями психотерапевтки або виконувати вправи, які йому не підходять. Важливо повідомляти про дискомфорт або небажання брати участь у певній частині роботи, щоб це можна було обговорити.
Психотерапевтка зі свого боку зобов'язується уважно ставитися до запиту клієнта, враховувати його стан і можливості, пояснювати пропоновані способи роботи та обговорювати питання, які виникають у процесі.

8. Обговорення перебігу психотерапевтичної роботи

У процесі роботи сторони можуть періодично повертатися до обговорення того, як відбувається психотерапія: що є важливим для клієнта, що допомагає, що викликає труднощі або не відповідає його очікуванням.
Таке обговорення може відбуватися за ініціативою будь-якої зі сторін і не передбачає обов'язкового графіка чи встановленої кількості зустрічей.
Клієнт може у довільній формі висловлювати незадоволення, критикувати окремі аспекти роботи, говорити про свої сумніви або незгоду. Такі питання можуть бути обговорені безпосередньо під час психотерапевтичної зустрічі.

9. Конфіденційність, супервізія та робочі записи

Питання конфіденційності, її меж, ведення робочих записів, участі психотерапевтки в індивідуальній і груповій супервізії, а також можливого використання матеріалів психотерапевтичної роботи визначені в окремому документі – *Інформованій згоді на отримання індивідуальної психотерапевтичної допомоги*.
Ці положення застосовуються разом із цим контрактом.

9. Онлайн-формат роботи

Онлайн-зустрічі проводяться за допомогою попередньо узгодженого відеозв'язку.
Для участі у зустрічі кожна зі сторін забезпечує можливість перебувати в приватному просторі, де сторонні особи не можуть чути розмову.

Сторони намагаються забезпечити стабільне інтернет-з'єднання та належну роботу технічних засобів.

10. Кризові ситуації та термінова допомога

Якщо між запланованими зустрічами клієнт опиняється у складній кризовій ситуації та потребує додаткової підтримки, він може звернутися до психотерапевтки.
За можливості психотерапевтка може запропонувати додаткову зустріч. Її проведення залежить від наявності вільного часу та можливості психотерапевтки.
Звернення до психотерапевтки між зустрічами не означає, що вона може забезпечити негайну відповідь або цілодобову кризову підтримку.
Якщо клієнт потребує термінової психологічної підтримки, він також може звернутися до відповідних служб:

- **7333 — Lifeline Ukraine.** Цілодобова безкоштовна гаряча лінія підтримки людей, які переживають кризу або мають суїцидальні думки. Сайт: https://lifelineukraine.com
- **0 800 100 102 — Національна психологічна асоціація.** Безкоштовна психологічна допомога щодня з 10:00 до 20:00.
- **112 — єдиний номер екстреної допомоги.** У разі безпосередньої загрози життю чи здоров'ю необхідно звернутися до екстрених служб. Також можна телефонувати **103** для виклику екстреної медичної допомоги.

Якщо існує безпосередня загроза життю або здоров'ю клієнта чи іншої людини, необхідно звернутися по екстрену допомогу, не очікуючи відповіді психотерапевтки або можливості призначити додаткову зустріч.

11. Перерви, відпустки та непередбачені обставини

Про заплановані перерви у роботі, відпустки або інші обставини, які впливають на регулярність зустрічей, сторони повідомляють одна одну за можливості завчасно.
Якщо психотерапевтка через хворобу або інші непередбачені обставини тимчасово не може проводити зустрічі, вона повідомляє про це клієнта та, за можливості, узгоджує орієнтовний час відновлення роботи.
Якщо продовження роботи стає неможливим, психотерапевтка обговорює з клієнтом можливі варіанти подальшої допомоги.

12. Завершення психотерапевтичної роботи

Клієнт має право завершити психотерапію за власним рішенням.
Бажано, щоб рішення про завершення роботи обговорювалося під час зустрічі завчасно. За можливості проводиться завершальна зустріч, під час якої можна підсумувати пройдений шлях, обговорити результати та переживання, пов'язані із завершенням психотерапії.
Психотерапевтка також може ініціювати обговорення завершення роботи, якщо виникають професійні або інші обставини, що унеможливлюють її продовження.
У такому разі питання обговорюється з клієнтом, а за можливості надаються рекомендації щодо подальшого звернення по допомогу або перенаправлення до іншого фахівця.

13. Зміна умов контракту

Умови цього контракту можуть бути переглянуті або змінені за взаємною домовленістю сторін.
Якщо виникають питання щодо окремих положень або обставини, які потребують уточнення, сторони обговорюють їх і погоджують подальші дії.

14. Підтвердження домовленостей

Підписуючи цей документ, клієнт підтверджує, що ознайомився з умовами індивідуальної психотерапевтичної роботи, мав можливість поставити запитання та обговорити незрозумілі положення.
Сторони підтверджують готовність дотримуватися погоджених умов і за потреби обговорювати питання, які виникають у процесі психотерапії.

ПІБ клієнта: _____

Дата: _____

Підпис: _____

Психотерапевтка: Оксана Мосийчук

Дата: _____

Підпис: _____