



Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej
w Górze Kalwarii
Ul. Ks. Sajny 2A
05-530 Góra Kalwaria
Tel.: /22/ 757-68-20

USŁUGA PORADNICTWA
SPECJALISTYCZNEGO –
TERAPII PSYCHOLOGICZNEJ
DŁUGOTERMINOWEJ DLA OSÓB
DOROSŁYCH¹

ŚWIADCZONA W POWIATOWYM
OŚRODKU INTERWENCJI KRYZYSOWEJ

Góra Kalwaria,

¹ Tj. Osób które ukończyły 18 rok życia.

Spis treści

Spis treści.....	2
1.Zasady i wartości.	3
2.Dostępność usługi.	4
3.Procedura przyjęcia na terapię długoterminową.....	5
4.Sesje terapii długoterminowej.	6
5.Umawianie spotkań.....	6
6.Zachowania terapeutyczne	7
7.Zakończenie terapii	9
8.Kwestie organizacyjne.....	10
9.Załączniki	11

1. Zasady i wartości.

Świadczenie poradnictwa specjalistycznego powinno być oparte na następujących zasadach i wartościach:

Centralna rola pacjenta rozumiana jako:

- 1) **niezależność** –pacjent ma prawo wyboru instytucji lub podmiotu świadczącego usługi poradnicze zgodnie z indywidualnymi potrzebami i oczekiwaniami;
- 2) **bezzstronność** –poradnictwo bierze pod uwagę wyłącznie potrzeby pacjenta; nie dyskryminuje nikogo ze względu na płeć, wiek, narodowość, pochodzenie społeczne, kwalifikacje, talenty, itd.;
- 3) **poufność** –klienci mają prawo do traktowania, jako poufne informacje o charakterze osobistym, jakich udzielają w ramach procesu terapeutycznego;
- 4) **równość szans** –poradnictwo specjalistyczne przestrzega zasady równych szans, wszystkich osób chcących korzystać z poradnictwa specjalistycznego;
- 5) **podejście holistyczne** –poradnictwo specjalistyczne szanuje osobisty, społeczny, kulturowy oraz ekonomiczny kontekst podejmowania decyzji przez pacjentów.
- 6) **bezpłatność** –pacjent otrzymuje usługę niezależnie od posiadanych środków finansowych, bez względu na jego dochód i status materialny, bez konieczności ponoszenia jakichkolwiek opłat,

Kształtowanie samodzielności pacjentów:

1. **upodmiotowienie**– poradnictwo pomaga pacjentom w rozwiązywaniu problemów, na jakie napotykają w codziennym życiu, poprzez nabycie przez nich umiejętności planowania i kierowania własnym życiem w obszarze społecznym, psychologicznym i rodzinnym;
2. **aktywne uczestnictwo**–poradnictwo ma charakter działania opartego na współpracy między pacjentem a podmiotem świadczącym usługi poradnicze oraz innymi ważnymi uczestnikami tego procesu, w szczególności podmiotami pomocy i integracji społecznej, placówkami oświatowymi, ochrony zdrowia oraz opiera się na aktywnym uczestnictwie pacjenta.

Zwiększenie dostępności poradnictwa dla pacjenta:

1. **przejrzystość**– charakter usług dostępnych w ramach poradnictwa jest zrozumiały dla pacjenta;
2. **życzliwość i empatia**– personel świadczący usługi tworzy przyjazną atmosferę dla pacjentów;
3. **ciągłość**– poradnictwo wspiera pacjentów w szeregu decyzji i zmian o charakterze prawnym, psychologicznym, społecznym i rodzinnym;
4. **osiągalność**– wszyscy obecni, jak i przyszli klienci mają prawo do korzystania z usług poradnictwa;
5. **dostępność**– usługi poradnictwa są świadczone w sposób elastyczny i przyjazny dla użytkownika, np. poprzez kontakt bezpośredni, telefoniczny, on-line;
6. **elastyczność**–poradnictwo wykorzystuje szerokie spektrum metod, odpowiednich wobec różnorodnych potrzeb pacjentów.

Zapewnienie wysokiej jakości świadczonych usług:

1. **stosowanie odpowiednich metod terapeutycznych** –stosowane metody terapeutyczne mają odpowiednie oparcie w teorii/empirii i są odpowiednie do danego celu;
2. **ciągłe doskonalenie**– pracownicy Powiatowego Ośrodka Interwencji Kryzysowej stosują zasadę ciągłego doskonalenia się.
3. **kompetentny personel**– psycholodzy świadczący usługi poradnictwa posiadają kompetencje uznane na szczeblu krajowym, świadczące o umiejętności określenia potrzeb pacjentów i odpowiadania na nie oraz, jeśli istnieje taka potrzeba, do kierowania pacjentów do innych placówek i służb, bardziej odpowiednich w danej sytuacji

2. Dostępność usługi.

Specjalistyczne poradnictwo w formie terapii długoterminowej jest świadczone osobom i rodzinom, które mają trudności lub wykazują potrzebę wsparcia w rozwiązywaniu swoich problemów życiowych, bez względu na posiadany dochód.

Poradnictwo specjalistyczne w formie terapii długoterminowej jest świadczone dla mieszkańców powiatu piaseczyńskiego.

Usługa świadczona jest po zakwalifikowaniu się do udziału w terapii długoterminowej w Powiatowym Ośrodku Interwencji Kryzysowej.

Usługa świadczona jest w siedzibach Powiatowego Ośrodka Interwencji Kryzysowej, tj. Góra Kalwaria, Piaseczno, Mroków.

Terapia długoterminowa jest uzupełnieniem interwencji kryzysowej.

3. Procedura przyjęcia na terapię długoterminową.

*„Mówi się, że najkrócej cel terapii można określić jako: **dążenie do poprawy funkcjonowania.**”*

UWAGA !

Terapia długoterminowa jest możliwa do przeprowadzenia u osób, które były naszymi klientami i korzystały z interwencji kryzysowej w ciągu ostatnich 12 miesięcy !

Usługa świadczona jest po zakwalifikowaniu się do udziału w terapii długoterminowej w Powiatowym Ośrodku Interwencji Kryzysowej.

Pacjent chcąc skorzystać z usługi specjalistycznego wsparcia w formie terapii długoterminowej powinien:

1. Złożyć wniosek o udział w terapii długoterminowej. (**załącznik numer 1**).
2. Wypełnić arkusz informacyjny- terapii długoterminowej. (**załącznik numer 2**).

Po wypełnieniu powyższych dokumentów oraz przesłaniu ich na adres recepja.poik@piaseczno.pl, pracownik POIK kontaktuje się z pacjentem i ustala termin spotkania kwalifikacyjnego z psychologiem świadczącym usługę terapii długoterminowej.

Na terapię można zgłosić się, by:

1. popracować nad zmianą swoich zachowań i postaw
2. rozwijać kompetencje psychospołeczne (np. komunikacyjne, asertywności, umiejętności współpracy),
3. uzyskać wsparcie w radzeniu sobie z zaburzeniami emocjonalnymi, lękowym, nerwicowymi,
4. rozwijać kompetencje osobiste (np. radzenia sobie ze stresem, podnoszenia samooceny, umiejętności budowania więzi).

O rozpoczęciu terapii długoterminowej decyduje wspólnie pacjent oraz psycholog po maksymalnie trzech pierwszych spotkaniach.

Ze spotkania kwalifikacyjnego psycholog wypełnia kartę pierwszego kontaktu (**załącznik numer 3**),

Kontrakt winien być podpisany maksymalnie po trzecim spotkaniu terapeutycznym. (**załącznik numer 4**).

4. Sesje terapii długoterminowej.

1. **Sesje terapii** indywidualnej to regularne spotkania, które mają stałą częstotliwość i są prowadzone zawsze przez tego samego psychoterapeutę.
2. **Sesje terapii** mogą odbywać się on-line lub w formie indywidualnej. Psycholog wraz z pacjentem ustala wcześniej formę kolejnego spotkania terapeutycznego. Na pacjencie spoczywa obowiązek uzyskania skutecznego połączenia z terapeutą.
3. **Częstotliwość spotkań** jest zależna od zagadnienia, jakiego dotyczą, na ogół sesje odbywają się raz w tygodniu.

Sesje terapeutyczne odbywają się w dniu i godzinie ustalonej z psychologiem zapisanej w kontrakcie.

4. **Czas trwania całej psychoterapii** jest uzależniony od ustalonych celów i złożoności zagadnień, nad którymi pacjent i terapeuta pracują.

Terapia długoterminowa to maksymalnie 32 spotkania terapeutyczne, licząc od pierwszego spotkania konsultacyjnego.

Nie ma możliwości przedłużenia długości terapii.

Maksymalnie 3 pierwsze spotkania mają charakter diagnostyczny, czyli służą poznaniu aktualnej i przeszłej sytuacji życiowej pacjenta, jego planów i oczekiwań. Te sesje kończą się wspólnym zdefiniowaniem celów terapii i ustaleniem zasad współpracy, oraz podpisaniem kontraktu terapeutycznego.

5. **Czas trwania sesji = 45 minut.**
6. **Klient** przed spotkaniem terapeutycznym w formie on-line ustala z terapeutą sposób prowadzenia spotkania, wybór programu (SKYPE, ZOOM, lub inne), podaje nazwę lub numer/ nazwę profilu, Terapeuta podejmuje próbę połączenia na podane dane, w przypadku braku kontaktu, terapeuta ponawia 2 krotnie próbę połączenia. 3 krotna nieskuteczna próba kontaktu z pacjentem oznaczona zostaje jako nieobecność.
7. **Spóźnienie na spotkanie terapeutyczne** powoduje skrócenie jego czasu proporcjonalnie do czasu spóźnienia.

5. Umawianie spotkań.

1. Na pierwsze spotkanie konsultacyjne pacjent, który złożył wymaganą dokumentację, kontaktuje się z RECEPCJĄ POIK i umawia dostępny termin do psychologa prowadzącego terapię długoterminową.
2. Pacjent zakwalifikowany na terapię długoterminową ma prawo do zapisu na 3 sesje do przodu o stałych porach (ustalonych w kontrakcie), zapisu dokonuje psycholog prowadzący lub sam pacjent.
3. Umówione wcześniej spotkanie konsultacyjne pacjent może odwołać najpóźniej **24 godziny** przed ustalonym terminem.
4. Umówione wcześniej spotkanie terapeutyczne pacjent może odwołać, dzwoniąc na RECEPCJĘ POIK, przy czym **3 krotne odwołanie spotkania** podczas całej terapii długoterminowej powoduje przerwanie terapii i brak możliwości kontynuowania terapii przez rok.
5. Odwołanie spotkania terapeutycznego **nie powoduje** zwiększenia liczby spotkań.
6. Nieodwołanie spotkania terapeutycznego i niepojawienie się na spotkaniu powoduje **przerwanie terapii i brak możliwości kontynuowania terapii przez rok**.
7. Psychoterapeuta uprzedza pacjenta o planowanych przerwach w terapii, ze względu na urlop terapeuty lub inne wydarzenia.
8. W przypadku choroby psychoterapeuty, RECEPCJA POIK odwołuje spotkania.

6. Zachowania terapeutyczne

1. Psychoterapia prowadzona jest przez osoby posiadające odpowiednie kwalifikacje oraz kompetencje. Psychoterapeuci POIK odnoszą się w swojej pracy do „Kodeksu Etyczno- Zawodowego Psychologa” Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
2. Terapeuta nie ujawnia samego faktu, że ktoś pozostaje w terapii, ani nie udziela informacji uzyskanych w czasie terapii innym osobom lub instytucją.
3. Tajemnica terapii może być uchylona jedynie wtedy, kiedy przemawia za tym dobro wyższe (np. w przypadku poważnego zagrożenia życia lub zdrowia innych lub życia pacjenta) i tylko wobec osób lub instytucji do tego odpowiednich, jeśli instytucja do tego uprawniona, uprzednio zwolni terapeutę z zachowania tajemnicy psychologa.
4. Jeśli cele POIK, pozostają sprzeczne z interesem osoby leczonej, terapeuta odmawia dalszego kontynuowania terapii i wskazuje inną jednostkę.
5. W przypadku konfliktu interesów własnych a dobrem pacjenta, terapeuta kieruje pacjenta do innego specjalisty prowadzącego terapię długoterminową a przypadku braku takich, wskazuje inną placówkę pomocową.
6. Nieetyczne jest stosowanie bez zachowania szczególnego namysłu i ostrożności oraz dbałości a interes pacjenta i o poszanowanie jego godności wszelkiego rodzaju technik bądź procedur, które mogą mieć charakter niekonwencjonalny, spektakularny bądź mają wydźwięk manipulacyjny.
7. Z uwagi na charakter i zakres działań Powiatowego Ośrodka Interwencji Kryzysowej , psycholog nie wydaje opinii na potrzeby spraw sądowych. Tego typu opinie w sprawach rodzinnych i opiekuńczych oraz w sprawach nieletnich są sporządzane przez Opiniodawcze Zespoły Sądowych Specjalistów (dawniej RODK) na zlecenie sądu. POIK na wniosek pacjenta wydaje zaświadczenie o uczestniczeniu w psychoterapii.

7. Zakończenie terapii

Dobre zakończenie terapii jest wtedy, kiedy zarówno pacjent jak i terapeuta mają poczucie, że pacjent zrealizował swoje cele.

Może się jednak zdarzyć, że pacjent chce zakończyć terapię wcześniej.

Bywa tak, że uzyskana poprawa jest na tyle zadowalająca, że pacjent nie ma już potrzeby dalszego rozwoju, i takie jest jego prawo. Bywa też tak, że pacjent porzuca terapię w obliczu jakichś swoich wewnętrznych trudności, kiedy na przykład docierają do niego uczucia lub wspomnienia, które budzą niepokój, są zbyt silne, zbyt bolesne, albo nie chciałby przed samym sobą się do nich przyznać.

Dlatego istnieje zasada sesji kończących. Pacjent powinien poinformować terapeutę o zamiarze kończenia terapii z takim wyprzedzeniem, aby była przynajmniej 1 pełna sesja na omówienie przeżyć związanych rozstaniem, podsumowanie i pożegnanie.

W przypadku przedwczesnego kończenia terapii, ostatnia sesja służy omówieniu problemów pacjenta w dalszym korzystaniu z terapii i, jeśli to możliwe, na przepracowaniu ich, aby terapia mogła pomyślnie przebiegać dalej.

8. Kwestie organizacyjne.

L.p.	Imię i nazwisko psychologa
1	Magdalena Wojtkowska
2	Mariola Śmigaj
3	Ewa Sebastynaka- Pacia
4	Magdalena Łukaszewicz
5	Aleksandra Świderska
6	

1. Opisy psychologów.

a) Magdalena Wojtkowska

Jest psychologiem specjalizującym się w poradnictwie psychologicznym w zakresie psychoonkologii, oraz psychotraumatologii, kryzysu rozwojowego i sytuacyjnego (zmiana lub utrata pracy, zmiana dynamiki związku, rozstanie, choroba).

b) Mariola Śmigaj

Pracuje w nurcie humanistycznym z osobami doświadczającymi różnorodnych kryzysów życiowych – znajdujących się w sytuacjach żałoby, rozwodowych, rozwojowych, związanych z pojawieniem się lub zaostrzeniem stanów neurotycznych, depresyjnych.

c) Ewa Sebastynaka- Pacia

Posiada uprawnienia do samodzielnego prowadzenia psychoterapii uzależnienia od alkoholu i psychoterapii członków rodzin osób uzależnionych.

d) Magdalena Łukaszewicz

Specjalizacja psychologia kliniczna człowieka dorosłego, pracuje w nurcie w nurcie Gestalt, oraz poznawczo- behawioralnym, a także w nurcie terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach.

e) **Aleksandra Świderska**

Specjalizuje się w pracy z pacjentem klinicznym, Zajmuje się diagnostyką psychologiczną oraz pracą terapeutyczną - w szczególności w zakresie zaburzeń psychiatrycznych, zaburzeń nastroju, zaburzeń osobowości, a także zaburzeń adaptacyjnych i trudności z dostosowaniem się do znacząco nowych okoliczności życiowych.

