Příloha č. 1. metodická část - záznamové archy individuální psychoterapie včetně formulářů klientské dokumentace

Doporučení k zápisům

1. **Podrobné zápisy**, prosím pošlete na počátku práce (1 až 2 sezení) a dále vždy po 10-ti sezení.

2. Z ostatních sezení veďte jen **stručný zápis** - 1-2 věty, které zaznamenávají průběh práce.

3. V případě, že se **děje něco zásadního**, ihned mě kontaktuje, abychom stanovili další postup.

4. **Doporučení k 1. zápisu:**
   a) První dojem, dívejte se na kvalitu kontaktu, relevanci předaných informací, Zkuste se dívat na sebe, co se vám daří a jak reflektujete sami sebe.
   b) Vnější a vnitřní deficity zaznamenávejte v záznamovém archu v xls po každé konzultaci
   c) V rámci zápisu udělejte (pokud již nebude hotov z mapovacího rozhovoru)
5. **Doporučení k 10 a dalšímu zápisu:**
   a) shrňte, jak terapie běží? Jak to máte s kontaktem a kontraktem a jeho vývojem a naplňováním
   b) jaké jsou posuny?
   c) Jaké jsou nesnáze, potíže atd.
   d) Opět opakujte **Posuzovací stupnici tíže deprese PHQ-9,** v tabulce vyznačte na škále zdroje klienta a vyznačte svůj úhel pohledu dle stupnice Spitze

6. **Doporučení k poslednímu zápisu:**
   a) shrňte průběh práce, naplnění kontraktu, změny, posuny, zisky včetně reálných změn v životě
   b) jak klient reflektuje práci a co si odnáší
   c) jaké to pro vás bylo, co se dařilo, co nikoliv, jste se naučili?
   d) případná doporučení pro práci
   e) poslední zhodnocení na **Posuzovací stupnici tíže deprese PHQ-9,** v tabulce vyznačte na škále zdroje klienta a vyznačte svůj úhel pohledu dle stupnice Spitze

Alfa Human Service
Na Vrcholu 25/2595
130 00 Praha 3
tel.: 722 913 207
e-mail:info@alfabet.cz
http://www.alfahs.cz

1. zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

Alfa Human Service
Na Vrcholu 25/2595
130 00 Praha 3
tel.: 722 913 207
e-mail:info@alfabet.cz
http://www.alfahs.cz

Posuzovací stupnice tíže deprese PHQ-9

(modifikovaná verze dg. nástroje pro dg. běžných psychických onemocnění v primární péči PRIME _MD)

Objevují se u Vás během posledních 2 týdnů následující obtíže?	Vůbec ne	Několikrát	Více než polovinu času	Téměř pořád, téměř každý den
1. Smutná nebo veselá nálada nebo pocity beznaděje?	0	1	2	3
2. Malá nebo žádná radost; malé nebo žádné potěšení z práce, koníčků, věcí?	0	1	2	3
3. Špatný spánek, problémy s usínáním, buzením nebo naopak nadměrné spaní?	0	1	2	3
4. Únava nebo nedostatek energie?	0	1	2	3
5. Nechuť k jídlu nebo naopak sklon k přejídání?	0	1	2	3
6. Pocity vlastní nedostatečnosti nebo selhání, viny?	0	1	2	3
7. Potíže soustředit se – např. při studiu, problém číst noviny, knížku, sledovat pořad v televizi?	0	1	2	3
8. Pomalé myšlení, mluvení nebo pohybování, nebo naopak nervozitu a neschopnost vydržet chvíli v klidu?	0	1	2	3
9. Myšlenky na to, že by bylo lepší vůbec nebýt nebo si dokonce vzít život?	0	1	2	3

Alfa Human Service
Na Vrcholu 25/2595
130 00 Praha 3
tel.: 722 913 207
e-mail:info@alfabet.cz
http://www.alfahs.cz

Dosažené bodové skóre	
Hodnocení tíže deprese podle bodového skóre	
0-4	Žádná deprese
5-9	Mírná deprese (F320)
10-14	Středně těžká deprese (F321)
15-19	Těžká deprese (F322)
20-27	Velmi těžká deprese (F322)

Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Pohled terapeuta na zdroje klienta

	1	2	3	4	5
energie, nabití, vitalita					
aktivita, iniciativa, kreativita, flexibilita					
jasnost, dobrá orientace					
mám dobré místo, cítím se přijatá/ý, mám lidi kolem sebe, na které se mohu spolehnout a o které se mohu opřít					
pocit vlastní dostatečnosti, kompetence a osobní síly					
zdraví duševní a tělesné					
schopnost zažívat radost, potěšení, pocity spokojenosti, naplnění					
schopnost projevovat emoce včetně negativních (naštvání, vztek) a jinak vyjadřovat sám sebe (slovem, tělem atd.)					
pozitivní vize budoucnosti, naděje, víry					

Hodnocení terapeuta - vyberte prosím hodnocení zaškrtnutím na škále:

Škála celkového hodnocení po 1(2) sezení

Robert L. Spitzer, MD, Miriam Gibbon, MSW, Jean Endicott, PhD

Ohodnoťte současnou úroveň fungování klienta výběrem ze škály. Pokud zvažujete mezi dvěma, zvolte prosím tu nižší.

100 - 91	☐	Nemá žádné příznaky, bezchybně funguje v širokém rozsahu činností; životní problémy se mu zjevně nevymykají kontrole; díky jeho vřelosti a integritě jej vyhledávají ostatní lidé.
90 - 81	☐	Mohou se vyskytnout dočasné příznaky, ale přetrvává u něj dobré fungování ve všech oblastech; projevuje zájem o široké spektrum činností a účastní se jich; je společensky činný, obecně spokojený s životem; „každodenní“ starosti mu jen příležitostně přerostou přes hlavu.
80 - 71	☐	Mohou se vyskytovat minimální příznaky, ale dochází u něj pouze k velmi mírné poruše fungování; „každodenní“ starosti a problémy různé intenzity se občas vymykají jeho kontrole.
70 - 61	☐	Má některé mírné příznaky (např. depresivní náladu a mírnou nespavost) NEBO trpí potížemi v některých oblastech fungování, ale jinak obecně funguje dobře, udržuje významné mezilidské vztahy a většina neškolených lidí by ho nepovažovala za „nemocného“.
60 - 51	☐	Má mírné příznaky NEBO obecně funguje s určitými potížemi (např. má málo přátel a málo projevuje city, má depresivní nálady, patologické pochyby o sobě samotném, euforické nálady, hovoří překotně, jeho chování je středně těžce asociální).
50 - 41	☐	Trpí některými vážnými příznaky nebo poruchou fungování, které by podle většiny klinických psychologů zjevně vyžadovaly léčení nebo péči (např. sebevražedné myšlenky nebo gesta, silné obsedantní rituály, časté ataky úzkosti, těžké asociální chování, nutkavé pití).
40 - 31	☐	Má vážné poruchy v některých oblastech, například v zaměstnání, v rodinných vztazích, úsudku, myšlení či rozpoložení (např. depresivní žena se vyhýbá přátelům, zanedbává rodinu, nedokáže se starat o domácnost), NEBO trpí některými poruchami v ověřování reality nebo komunikaci (např. řeč bývá občas nesrozumitelná, nelogická či irelevantní), NEBO se jednou vážně pokusil o sebevraždu.
30 - 21	☐	Je neschopen fungovat v téměř všech oblastech (např. zůstává v posteli celý den), NEBO jeho chování výrazně ovlivňují přeludy či halucinace, NEBO má vážné poruchy v komunikaci (např. někdy mluví nesouvisle nebo nereaguje) nebo úsudku (např. jedná velmi nevhodně).
20 - 11	☐	Potřebuje určitou míru dohledu, aby neublížil sobě či ostatním nebo k zajištění minimální osobní hygieny (např. opakované pokusy o sebevraždu, časté projevy násilí, manické rozrušení, rozmazává výkaly), NEBO těžké narušení komunikace (např. mluví převážně nesouvisle nebo nemluví vůbec).
10 - 1	☐	Potřebuje neustálý dohled po dobu několika dní, aby neublížil sobě či ostatním, nebo nedělá nic pro zajištění osobní hygieny.

Alfa Human Service
Na Vrcholu 25/2595
130 00 Praha 3
tel.: 722 913 207
e-mail:info@alfabet.cz
http://www.alfahs.cz

2. zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

3.zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

Alfa Human Service
Na Vrcholu 25/2595
130 00 Praha 3
tel.: 722 913 207
e-mail:info@alfabet.cz
http://www.alfahs.cz

4.zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

5.zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

Alfa Human Service
Na Vrcholu 25/2595
130 00 Praha 3
tel.: 722 913 207
e-mail:info@alfabet.cz
http://www.alfahs.cz

6.zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

7.zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

Alfa Human Service
Na Vrcholu 25/2595
130 00 Praha 3
tel.: 722 913 207
e-mail:info@alfabet.cz
http://www.alfahs.cz

8.zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

9.zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

Alfa Human Service
Na Vrcholu 25/2595
130 00 Praha 3
tel.: 722 913 207
e-mail:info@alfabet.cz
http://www.alfahs.cz

10. zápis

Jméno a příjmení klienta:	
Datum	
Záznam:	

Posuzovací stupnice tíže deprese PHQ-9

(modifikovaná verze dg. nástroje pro dg. běžných psychických onemocnění v primární péči PRIME _MD)

Objevují se u Vás během posledních 2 týdnů následující obtíže?	**Vůbec ne**	**Několikrát**	**Více než polovinu času**	**Téměř pořád, téměř každý den**
1.Smutná nebo veselá nálada nebo pocity beznaděje?	**0**	**1**	**2**	**3**
2.Malá nebo žádná radost; malé nebo žádné potěšení z práce, koníčků, věcí?	**0**	**1**	**2**	**3**
3.Špatný spánek, problémy s usínáním, buzením nebo naopak nadměrné spaní?	**0**	**1**	**2**	**3**
4.Únava nebo nedostatek energie?	**0**	**1**	**2**	**3**
5.Nechuť k jídlu nebo naopak sklon k přejídání?	**0**	**1**	**2**	**3**
6.Pocity vlastní nedostatečnosti	**0**	**1**	**2**	**3**

nebo selhání, viny?				
7.Potíže soustředit se – např. při studiu, problém číst noviny, knížku, sledovat pořad v televizi?	**0**	**1**	**2**	**3**
8.Pomalé myšlení, mluvení nebo pohybování, nebo naopak nervozitu a neschopnost vydržet chvíli v klidu?	**0**	**1**	**2**	**3**
9.Myšlenky na to, že by bylo lepší vůbec nebýt nebo si dokonce vzít život?	**0**	**1**	**2**	**3**

Dosažené bodové skóre	
Hodnocení tíže deprese podle bodového skóre	
0-4	Žádná deprese
5-9	Mírná deprese (F320)
10-14	Středně těžká deprese (F321)
15-19	Těžká deprese (F322)
20-27	Velmi těžká deprese (F322)

Pohled terapeuta na zdroje klienta

(hodnocení 1 min., 5 max.)

	1	**2**	**3**	**4**	**5**
energie, nabití, vitalita					
aktivita, iniciativa, kreativita, flexibilita					
jasnost, dobrá orientace					
mám dobré místo, cítím se přijatá/ý, mám lidi kolem sebe, na které se mohu spolehnout a o které se mohu opřít					
pocit vlastní dostatečnosti, kompetence a osobní síly					
zdraví duševní a tělesné					
schopnost zažívat radost, potěšení, pocity spokojenosti, naplnění					
schopnost projevovat emoce včetně negativních (naštvání, vztek) a jinak vyjadřovat sám sebe (slovem, tělem atd.)					
pozitivní vize budoucnosti, naděje, víry					

Hodnocení terapeuta - vyberte prosím hodnocení zaškrtnutím na škále:

Škála celkového hodnocení po 10. sezení (*v případě kratší spolupráce hodnoťte při uzavření spolupráce*)

Robert L. Spitzer, MD, Miriam Gibbon, MSW, Jean Endicott, PhD

Ohodnoťte současnou úroveň fungování klienta výběrem ze škály. Pokud zvažujete mezi dvěma, zvolte prosím tu nižší.

100 - 91	☐	Nemá žádné příznaky, bezchybně funguje v širokém rozsahu činností; životní problémy se mu zjevně nevymykají kontrole; díky jeho vřelosti a integritě jej vyhledávají ostatní lidé.
90 - 81	☐	Mohou se vyskytnout dočasné příznaky, ale přetrvává u něj dobré fungování ve všech oblastech; projevuje zájem o široké spektrum činností a účastní se jich; je společensky činný, obecně spokojený s životem; „každodenní“ starosti mu jen příležitostně přerostou přes hlavu.
80 - 71	☐	Mohou se vyskytovat minimální příznaky, ale dochází u něj pouze k velmi mírné poruše fungování; „každodenní“ starosti a problémy různé intenzity se občas vymykají jeho kontrole.
70 - 61	☐	Má některé mírné příznaky (např. depresivní náladu a mírnou nespavost) NEBO trpí potížemi v některých oblastech fungování, ale jinak obecně funguje dobře, udržuje významné mezilidské vztahy a většina neškolených lidí by ho nepovažovala za „nemocného“.
60 - 51	☐	Má mírné příznaky NEBO obecně funguje s určitými potížemi (např. má málo přátel a málo projevuje city, má depresivní nálady, patologické pochyby o sobě samotném, euforické nálady, hovoří překotně, jeho chování je středně těžce asociální).
50 - 41	☐	Trpí některými vážnými příznaky nebo poruchou fungování, které by podle většiny klinických psychologů zjevně vyžadovaly léčení nebo péči (např. sebevražedné myšlenky nebo gesta, silné obsedantní rituály, časté ataky úzkosti, těžké asociální chování, nutkavé pití).
40 - 31	☐	Má vážné poruchy v některých oblastech, například v zaměstnání, v rodinných vztazích, úsudku, myšlení či rozpoložení (např. depresivní žena se vyhýbá přátelům, zanedbává rodinu, nedokáže se starat o domácnost), NEBO trpí některými poruchami v ověřování reality nebo komunikaci (např. řeč bývá občas nesrozumitelná, nelogická či irelevantní), NEBO se jednou vážně pokusil o sebevraždu.
30 - 21	☐	Je neschopen fungovat v téměř všech oblastech (např. zůstává v posteli celý den), NEBO jeho chování výrazně ovlivňují přeludy či halucinace, NEBO má vážné poruchy v komunikaci (např. někdy mluví nesouvisle nebo nereaguje) nebo úsudku (např. jedná velmi nevhodně).
20 - 11	☐	Potřebuje určitou míru dohledu, aby neublížil sobě či ostatním nebo k zajištění minimální osobní hygieny (např. opakované pokusy o sebevraždu, časté projevy násilí, manické rozrušení, rozmazává výkaly), NEBO těžké narušení komunikace (např. mluví převážně nesouvisle nebo nemluví vůbec).
10 - 1	☐	Potřebuje neustálý dohled po dobu několika dní, aby neublížil sobě či ostatním, nebo nedělá nic pro zajištění osobní hygieny.

Alfa Human Service
Na Vrcholu 25/2595
130 00 Praha 3
tel.: 722 913 207
e-mail:info@alfabet.cz
http://www.alfahs.cz