

Информированное согласие на психотерапию (2025 г)

Специалист - Меметова Дина Шевкетовна

tel: 8-926-597-27-07, 8-925-671-33-05

e-mail: memetovadina@gmail.com

Телеграмм-канал: bolshe_ne_boisya

Сайт-визитка: <https://bolshe-ne-boisya.tb.ru/main>

По образованию я врач-невролог, врач-психиатр, психотерапевт (КБТ, ДБТ, IPSRT, пролонгированная экспозиция).

Также являюсь ведущей подростковой группы ДБТ, группы для взрослых по социальной тревоге. Преподаю в Институте Организационной и клинической психологии и ВШЭ.

Приоритетные направления работы:

- Тревожные и депрессивные расстройства (в частности, паническое расстройство, фобии и социальная тревога).
- Суицидальные мысли, самоповреждающее поведение.
- БАР - биполярное аффективное расстройство.
- ОКР - обсессивно-компульсивное расстройство.
- ПТСР, потери, реакции горя.
- Сопровождение беременности, подготовка к ЭКО, родам, материнству.
- Расстройства личности: пограничное, избегающее, зависимое.
- Также возможна работа с рядом других состояний, если они являются коморбидными: РПП, синдром зависимости от алкоголя и ПАВ, психотические включения и другие.

План психотерапии:

Психотерапия - это четко выстроенный процесс с определенной логикой, и он предполагает регулярные сессии. Разовые или хаотичные встречи скорее всего не приведут к желаемому результату.

Когнитивно-поведенческая терапия состоит из нескольких этапов:

- 1) Прояснение проблем и целей терапии, выявление предпосылок, составление концептуализации
- 2) Составление поддерживающих циклов проблемы, обсуждение плана терапии
- 3) Работа над поставленными целями в соответствии с доказательными протоколами и здравым смыслом
- 4) Противорецидивная работа, бустерные (поддерживающие) сессии, завершение терапии

Условия работы:

- Мой рабочий график: пн - сб с 11.00 до 20.00.
- Продолжительность сессии - 55 минут.
- Обычно встречи проходят раз в неделю в заранее обговоренные дни и часы.
- В некоторых случаях возможны встречи 2 раза в неделю или 2 раза в месяц, а также внеочередные встречи (обсуждается индивидуально).

- Продолжительность курса психотерапии зависит от рекомендаций по протоколам, а также индивидуального запроса и коморбидных состояний.
- Онлайн встречи проводятся на платформе ZOOM и других, удобных для обеих сторон, очные - в психологическом кабинете в центре Москвы (м. Новокузнецкая, Третьяковская, Полянка)
- Онлайн работа проводится только при включенной камере, в месте, удобном для обсуждения личных тем
- Не проводятся встречи в кафе, в магазине, на работе, на улице, на ходу, из разобранной кровати (кроме экстраординарных причин), а также во время прогулки с ребенком, собакой, мужем и тд. В этом случае терапевт имеет право отменить встречу с сохранением оплаты.
- При задержке клиента встреча может быть продлена, если есть такая возможность, при отсутствии такой возможности сессия заканчивается в изначально запланированное время, но она должна быть оплачена полностью
- Если вы опаздываете, я обязуюсь сохранить за вами время сессии в течение запланированных 55 минут. При регулярных опозданиях на сессию может быть необходимо обсуждение вашей мотивации на терапию.
- При задержке терапевта более, чем на 15 минут сессия оплачивается в размере 50 %.
- Отмена проводится не позднее, чем за 24 часа до запланированной сессии (кроме форс-мажора). В случае поздней отмены без уважительных причин производится полная оплата сессии.
- В случае поздней отмены сессии терапевтом следующая сессия проводится бесплатно.
- Форс - мажором являются обстоятельства непреодолимой силы, болезнь клиента/терапевта или близких, о которых клиент/терапевт не может не заботиться (например, ребенок). Дополнительные обстоятельства обсуждаются индивидуально.

Этика:

В своей работе я руководствуюсь “Этическим кодексом Коллегии по этике психологов и психотерапевтов” (КЭПП), который представлен на сайте russian-cbt.ru

Я обязуюсь быть внимательной, заботливой и бережной в работе с клиентами, использовать методы, которые имеют доказанную эффективность, а также интервенции, наиболее подходящие конкретному клиенту. Я обязуюсь действовать на пользу клиента, не используя взаимодействие в личных целях.

Конфиденциальность:

- Психотерапевт обязуется сохранять конфиденциальность полученной информации, не допуская ее попадание к третьим лицам
- Аудио- и видеозапись встреч возможна при обоюдном согласии
- Клиент может попросить терапевта предоставить материалы по прошедшим встречам, в том числе краткое описание проведенной работы

Нарушение конфиденциальности допустимо только в следующих случаях:

- Угроза жизни клиента
- Угроза жизни другого человека (ст. 316 УК РФ. Укрывательство преступлений)

- Запрос от правоохранительных органов на получение информации от психотерапевта (ст. 205.6 УК РФ. Несообщение о преступлении)
- А также в случаях, когда клиент представляет опасность для себя, других или его здоровью может быть причинён существенный вред в случае оставления без помощи (ст. 23 Закона РФ "О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при ее оказании» No 323)

Оплата сессии:

- Стоимость сессии составляет 7000 р (онлайн) или 7500 р (очно)
- Возможно ежегодное разовое повышение оплаты на сумму не более 15% текущей стоимости
- Оплата проводится в течение суток после проведенной встречи, в некоторых случаях возможна оплата в течение 5 дней или за 2 сессии (обсуждается индивидуально)
- Если у Вас возникают сложности с оплатой, просьба предупредить меня заранее.
- В случае регулярных задержек с оплатой/пропусков (4 раза и более), специалист имеет право перейти на предоплату сессий.