

О психологе

Денис Борисович Ломакин (далее, психолог) является студентом 2 курса "Московского Института Технологий и Управления" (МИТУ) по направлению бакалавриата 37.03.01 "Психология".

Психолог имеет сертификаты о повышении квалификации по Когнитивно-поведенческой психотерапии (КПТ), ароматерапии, музыкотерапии и метафорическим ассоциативным картам (МАК). Сертификаты выданы НЦРДО в 2023 - 2024 годах.

Основной подход в работе психолога - Когнитивно-поведенческая психотерапия. Также психолог может использовать техники из следующих подходов: Телесно-ориентированная психотерапия (ТОП), Гипнотерапия, Эмоционально-образная психотерапия (ЭОТ), Гештальт терапия (ГТ), Аналитическая психология (АП).

Психолог не берётся за работу в следующих случаях:

1. Дети и подростки до 18 лет.
2. Семейные пары.
3. Наличие психиатрического диагноза без рекомендации психиатра на психологическую работу.
4. Наличие суицидальных попыток, химических зависимостей, ПТСР, расстройств пищевого поведения без контроля психиатра или нарколога.
5. Запрос выходит за рамки компетенции психолога.

О конфиденциальности

Вся информация, полученная от клиента, является абсолютно конфиденциальной и не подлежит разглашению за исключением следующих случаев:

1. Если сам клиент даёт на это разрешение.
2. Если психолог обязан раскрыть конфиденциальность по закону (например, в случае возбуждения уголовного дела против клиента, или неотложном направлении клиента в психиатрическую больницу).
3. При направлении клиента к врачу другой специальности.
4. Во время супервизии (представление хода работы с клиентом более опытному коллеге) или интервизии (представление хода работы с клиентом в профессиональном групповом обсуждении с коллегами) с целью поиска наиболее эффективных путей помощи клиенту).
5. При преподавании и при занятии научной деятельностью.
6. В случаях 4 и 5 сохраняется анонимность, информация о клиенте искажается настолько, чтобы его невозможно было опознать.

О структуре сессии

Под сессией понимается психологическая или психотерапевтическая работа, то есть взаимодействие психолога и клиента с целью разрешить проблему последнего. Сессия может проходить онлайн или очно, в зависимости от сложности запроса и договорённости сторон.

Правила очной сессии

1. Сессия проводится в точно установленные дни и время.
2. Сессия проводится в психологическом кабинете. Услуга выезда психолога на дом не предоставляется.
3. Продолжительность сессии – 60 минут.

4. В случае опоздания клиента, время сессии не продлевается, в случае опоздания психолога, время продлевается на период его опоздания.

5. Оплата производится в начале каждой сессии в размере 1500 руб.

6. Если возникают обстоятельства, препятствующие присутствию на очередной сессии, клиент уведомляет психолога об этом до 21:00 накануне дня встречи. В противном случае, независимо от причины пропуска, сессия оплачивается. В случае невозможности провести сессию, психолог также уведомляет об этом клиента до 21:00 накануне дня встречи. В противном случае, независимо от причины пропуска, следующая сессия будет проведена бесплатно. Как в том, так и в другом случае, при недостигнутой договорённости о переносе сессии, встреча отменяется.

7. Сессия, пропущенная клиентом без предупреждения, оплачивается. В случае пропуска сессии психологом без предупреждения клиента, последующая сессия будет бесплатной.

8. Если клиенту требуется сессия в период отпуска психолога или в выходные/праздничные дни, то она оплачивается в двойном размере. Исключения составляют кризисные ситуации, когда необходима экстренная помощь.

Правила онлайн-сессии

1. Клиент может получать консультацию в удобном мессенджере: Telegram, WhatsApp, Skype, Яндекс Телемост по средством голосовой или видеосвязи. А также по телефону. Консультация в текстовой переписке или голосовыми сообщениями обсуждается в индивидуальном порядке в зависимости от запроса клиента.

2. Сессия проводится в точно установленные дни и время.

3. Первая онлайн-сессия проводится бесплатно. Длительность первой онлайн-сессии составляет 30 минут для знакомства и формулировки запроса.

4. Продолжительность второй и последующих онлайн-сессий – 60 минут.

5. Длительность сессии может быть продлена в случае необходимости при условии наличия свободного времени в графике психолога. Дополнительное время оплачивается по обычной стоимости за каждый неполный час.

6. В случае, если клиент не выходит на связь вовремя – время сессии не продлевается, в случае, если психолог не выходит вовремя на связь – время продлевается на период его опоздания.

7. Стоимость второй и последующих онлайн-сессий составляет 1000 руб.

8. Онлайн-сессия оплачивается заранее и проводится только после зачисления денежных средств на счёт психолога.

9. Денежные средства за пропущенную клиентом без предупреждения онлайн-сессию не возвращаются. В случае пропуска онлайн-сессии психологом без предупреждения клиента, следующая онлайн-сессия будет проведена бесплатно.

10. В случае плохого Интернет-соединения клиент звонит психологу по телефону и далее сессия либо переносится, либо продолжается по телефону, в зависимости от договорённости сторон.

11. В случае междугороднего звонка телефонный звонок производится за счёт клиента.

12. Если клиенту требуется онлайн-сессия в период отпуска психолога или в выходные/праздничные дни, то она оплачивается в двойном размере. Исключения составляют кризисные ситуации, когда необходима экстренная помощь.

Ответственности и права сторон

Ответственность и права психолога

1. Психолог имеет право на неприкосновенность и уважение частной жизни.

2. Психолог имеет право ожидать и требовать справедливой компенсации за свою работу.

3. Психолог имеет право запрашивать и получать достоверную информацию от клиента, о тех аспектах жизни, которые его беспокоят.
4. Психолог имеет право получать информацию с разрешения клиента из других источников (родственников, врачей и т.д.).
5. Для повышения качества оказываемой помощи, психолог имеет право фиксировать сессии на записывающее устройство (только для личного пользования) с разрешения клиента.
6. Психолог имеет право взять перерыв в работе в следующих случаях:
 - 6.1. На время ежегодного отпуска – до 30-ти календарных дней.
 - 6.2. Во время календарных праздников и выходных
 - 6.3. По семейным обстоятельствам (смерть близких, заключение брака, во время лечения и пр.).
7. Психолог сообщает клиенту о планируемом отпуске за две сессии вперёд.
8. В случае продолжительного отпуска (от 30-ти дней) психолог сообщает об этом клиенту за четыре сессии вперёд.
9. Если у клиента есть острая необходимость встреч во время перерыва в работе, то психолог обязуется рекомендовать ему другого специалиста, квалификация и специализация которого соответствует необходимой клиенту помощи.
10. Психолог в праве отказаться от дальнейшей работы с клиентом по личным обстоятельствам. В данном случае психолог обязан предупредить клиента минимум за две сессии. А также посоветовать другого специалиста.
11. Психолог имеет право писать и звонить клиенту по организационным вопросам.

Психолог несёт ответственность перед клиентом:

1. За свой профессиональный уровень.
2. За соблюдение основных правил и принципов консультирования.
3. За предоставление психологической помощи в атмосфере уважения.
4. За достоверность информации, предоставляемой клиенту.
5. За предоставляемую информацию о психологическом диагнозе и направленности психологической работы, включая методы психотерапевтической работы, анализ происходящего в процессе сессии.
6. За соблюдение временных рамок сессии.
7. За соблюдение графика работы и заранее спланированную отмену или перенос сессии, только в случае объективной необходимости.

Психолог не несёт ответственности:

1. То, каким образом клиент будет распоряжаться полученной информацией.
2. За решения, которые принимает клиент.
3. За чувства и эмоции, которые испытывает клиент (психолог лишь предлагает их осознавать и анализировать).
4. За физическое состояние клиента (психолог лишь предлагает осознавать и анализировать соматические реакции клиента).
5. За результат консультационной/психотерапевтической работы.

Ответственность и права клиента

1. Клиент имеет право на психологическую работу параллельно с другим психологом. Если клиент получает консультации у других психологов или специалистов иного профиля (психиатр, невролог и пр.), клиент обязан информировать об этом психолога.
2. Клиент имеет право прервать работу с психологом на любом её этапе, при этом ответственность за последствия и последующее психологическое состояние клиента ложится на самого клиента.

3. Если клиент решает прекратить психологическую работу по собственной инициативе, то он обязуется посетить ещё одну сессию после своего заявления о прекращении работы.

4. Клиент имеет право на перерыв в психологической работе. Клиент сообщает психологу о планируемом перерыве в психологической работе за две сессии вперёд.

5. Клиент имеет право фиксировать сессии на записывающее устройство для личного пользования, с целью собственного саморазвития. В этом случае клиент обязуется получить информированное согласие психолога.

6. Клиент в праве отказаться от практики любой психологической техники, прохождения теста и психологического подхода в целом.

7. Клиент имеет право звонить/писать психологу по организационным вопросам в рабочее время психолога.

Клиент обязуется:

1. Получать психологическую помощь в атмосфере уважения.

2. Обеспечивать своевременную и справедливую компенсацию работы психолога.

3. Предоставлять достоверную информацию психологу.

4. Не наносить физический ущерб себе, психологу и имуществу во время сессий и между ними. За исключением специальных предметов, которые могут использоваться в психотерапевтических техниках.

4.1. В случае намеренного или ненамеренного повреждения помещения или обстановки, клиент обязуется возместить стоимость причинённого ущерба

5. Не курить, не принимать алкоголь во время сессии, не покидать её ранее установленного времени, а также не приходить на сессию под влиянием алкоголя, наркотических веществ или лекарственных препаратов, не назначаемых врачом.

6. Информировать психолога о приёме лекарств, назначенных врачом, об изменениях дозы принимаемых лекарств и об отказе от принимаемых лекарств.

7. Информировать психолога об изменениях в следующих аспектах своей жизни: работе, образовании, отношениях с родителями, родственниками, близкими друзьями, мужем (женой), сексуальными партнёрами

8. Информировать психолога об изменениях в своём физическом и психологическом самочувствии.

9. Соблюдать график работы и заранее спланированную отмену или перенос сессии, только в случае объективной необходимости.

Клиент несёт ответственность пред самим собой за:

1. Конструктивное использование (или неиспользование) времени сессии.

2. Готовность (или неготовность) рисковать и открываться перед психологом.

3. Чувства и эмоции, которые он переживает в процессе сессии и после неё.

4. Готовность (или неготовность) переживать дискомфорт, связанный с необходимостью изменений.

5. Выполнение (или невыполнение) рекомендаций психолога.

6. Применение (или неприменение) в жизни знаний и умений, полученных в процессе консультирования, а значит, за достижение (или не достижение) поставленных целей.

7. Использование своего энергетического, психического и интеллектуального потенциала для решения обозначенных трудностей в процессе психологической работы на сессиях и между ними.

Кроме указанных в данном контракте обязательств, психолог и клиент отдельно договариваются о примерных сроках совместной работы и её цели (запросе на психологическую работу).

Контакты

Рабочее время психолога с 08:00 до 17:00 по московскому времени.

Выходные дни воскресенье и понедельник.

Телефон/WhatsApp: +7-902-741-85-91

Telegram: <https://t.me/denispsychologist>

Электронная почта: denis.b.lomakin@yandex.ru