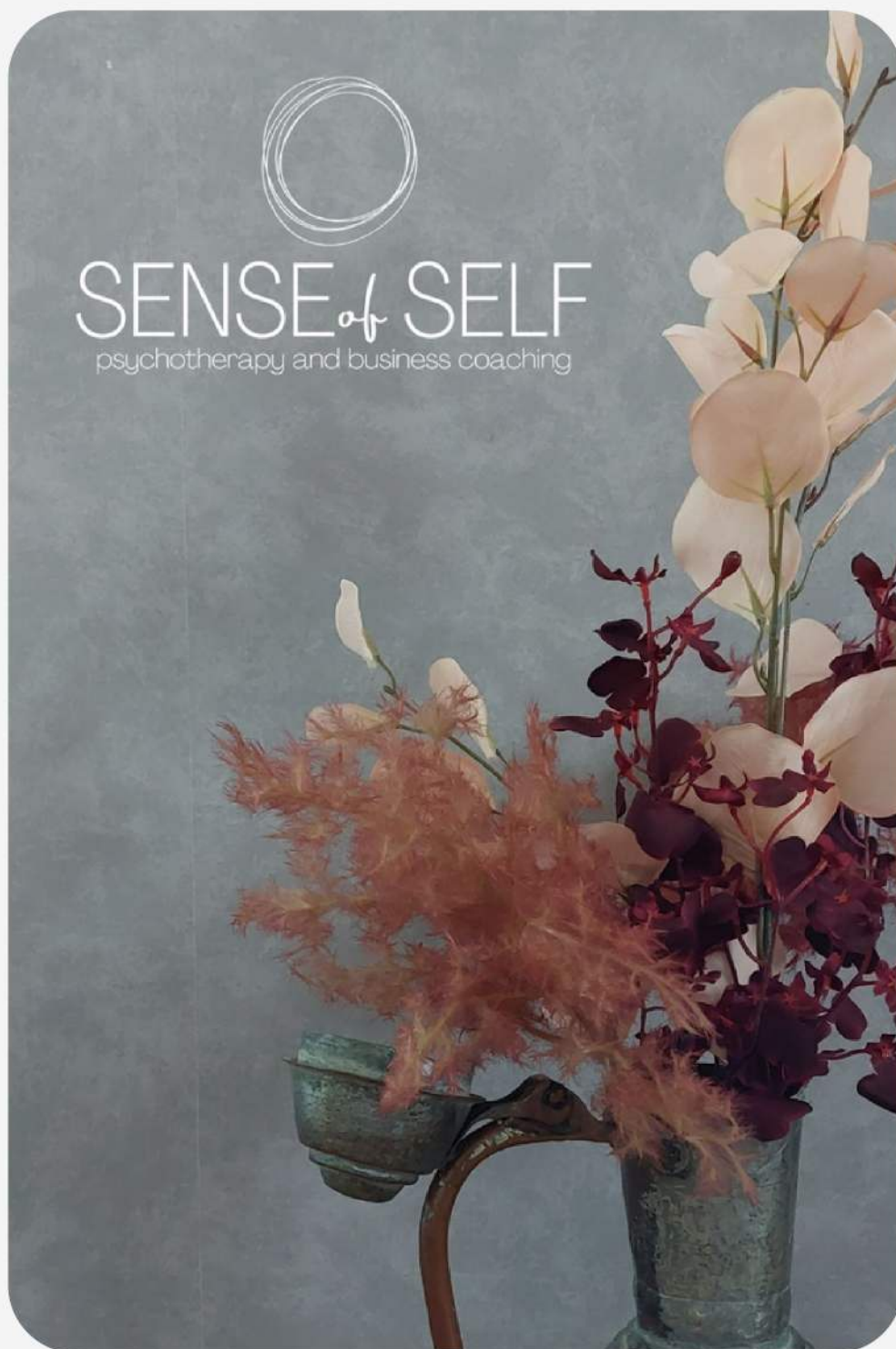


На психотерапија

ПРИРАЧНИК ЗА КЛИЕНТИ





Добредојде

Јас сум Ана Стојановска,
поливагално информиран Гешталт
Психотерапевт, Гешталт Коуч во
бизнис организации и лиценциран
психолог од Скопје.

На моите клиенти им помагам да
се справат со траумите,
симптомите и предизвиците со
кои се соочуваат, но и да живеат
исполнет и задоволен живот,
автентичен за нивните потреби и
потенцијали.

Со што се занимава Sense of Self?

1. Sense of Self нуди индивидуални психотераписки и психодијагностички услуги за адолесценти и возрасни, во комплетна приватност и безбедноост, во просториите на центарот или онлајн, според потребата на клиентот.
2. Во Sense of Self можете да се обратите и за едукација од областа на грижата за себе и менталното здравје, како и за теми поврзани со здрав начин на работење во бизнис светот.
3. Како Бизнис Коуч, соработувам со индивуи и групи, организации и фирми со кои заеднички изнаоѓаме подобри начини на функционирање во тимот и индивидуално.

Како се одржуваат сесиите?

Без разлика на тоа дали клиентот ќе ја избере удобноста на својот дом или на просторијата на центарот, тераписката сесија ќе биде со еднакво времетраење и одговорно изведена.

Одложете ги повиците и барањата од околината и искористете го времето од 1 час терапија, само за вас.



онлајн

Се поврзуваме на линк кој ќе го добиете пред сесијата, за која ви е потребна направа со камера и микрофон.

Осигурете си тивок и приватен простор за сесијата.

Во просторија

Испланирајте време за пристигнување на адресата и дојдете на сесијата навреме, за да не загубите драгоцените минути од вашето време за терапија.

По желба, понесете нотес за запишување, за што ќе имате пар минути пред крајот на сесијата.





Како е заштитена мојата приватност?

1. Сите споделени разговори со терапевтот се строго доверливи. Единствен случај кога терапевтот може да даде информација поврзана со клиентот е тогаш кога проценува дека клиентот или некој во неговата околина е во здравствена или животна опасност .
2. Доколку клиентот чувствува потреба, може да сподели со своите блиски за своите увиди во текот на сесиите, но не мора.

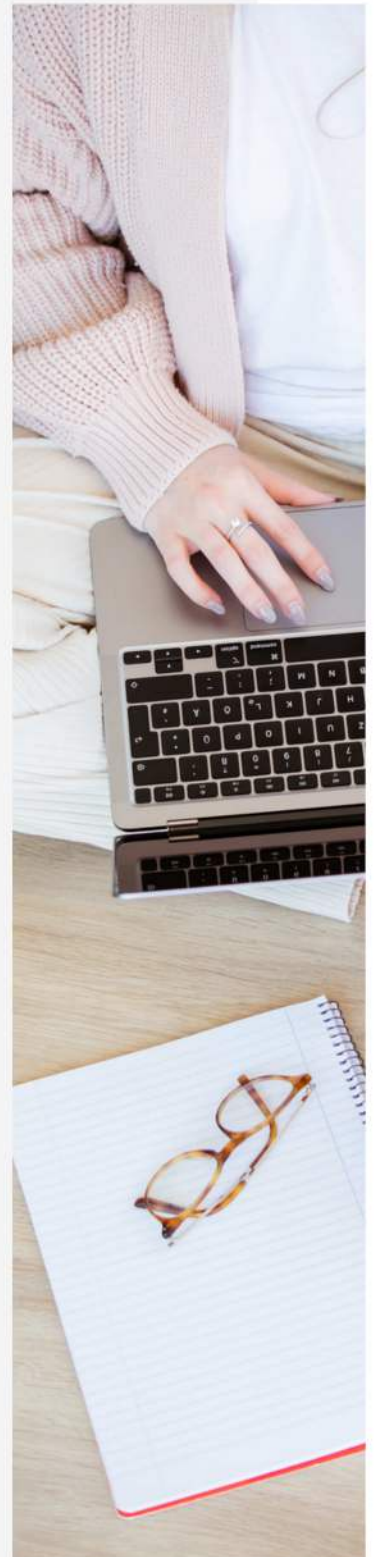


Во текот на терапевскиот однос, клиентот и терапевтот не можат да бидат пријатели на социјалните мрежи или во живо.

Отворен за следење и комуникација е официјалниот профил на Sense of Self на Инстаграм, поврзете се преку линкот.

Закажување и плаќање

1. Тераписката соработка се одвива низ неделни сесии во траење од 60 минути, во термин кој заеднички го договараат клиентот и терапевтот, онлајн или во просторијата на Sense of Self.
2. Откажување или презакажување на претходно договорена сесија се прави најдоцна еден ден пред договорениот термин. Доколку клиентот или терапевтот, не се појави на договорената сесија без претходно да најави, истата ќе биде наплатена 50% од договорениот износ.
3. Плаќањето на секоја сесија се прави на сметката на Sense of Self, пред одржувањето на закажаната сесија или во рок од 7 дена по одржувањето.
4. Се замолуваат клиентите да доаѓаат точно на време за сесијата, за да го искористат максимумот од своето закажано време. Доцнењето на сесијата ќе значи кратење на резервираното лично време за работа.



Времето помеѓу терапевските сесии е подеднакво важно како и сесиите. Навраќајте се на запишаните белешки, забележувајте нови размисли, чувства, сензации, соништа, настани, промени.

Ако терапевтот ви даде „домашна“, изработете ја. Терапијата е процес и **активна работа на себе**, а преку својата посветеност си го продолжувате дејството на секоја сесија.

Препораки од терапевтот

Запишувајте збор - два по секоја терапевска сесија - што дознавте за себе, какви увиди имавте, кое прашање се појави, сето тоа што ви беше значајно од сработеното на сесијата. Искористете тефтер, апликација, зборови, цртежи, бои, симболи... Не е важно како ќе се изразите и како ќе изгледа, важно е да поминете време со новото искуство, да го сварите и да ви донесе раст.

Во терапевскиот процес клиентот е активен учесник, потребно е да се посвети и вложи енергија во работата на себе, затоа искористете го максимумот од секоја сесија и навраќајте се на секој увид што сте го запишале.





SENSE *of* SELF

psychotherapy and business coaching



www.senseofself.mk

info@senseofself.mk