

Психотерапевтичний контракт

Центрована на особистості терапія

Між:

Психотерапевт(ка): _____
і

Клієнт(ка): _____

Дата початку співпраці: ____ / ____ / ____

1. Принципи терапії

У центрованій на особистості терапії центральним є клієнт: його досвід, потреби, унікальний спосіб переживання світу. Я, як терапевтка, прагну бути щирою, приймаючою і емпатійно налаштованою, щоб створити простір, де Ви можете досліджувати себе у власному темпі, без тиску чи оцінювання.

2. Конфіденційність

Усе, чим Ви ділитесь, залишається між нами і є конфіденційним. Інформація може бути розкрита **лише у випадках**:

- загрози життю чи здоров'ю Вас або інших людей;
- за вимогою суду;
- у межах супервізії (з повною анонімістю і лише з метою підвищення якості терапії).

3. Формат і структура

- **Тривалість сесії:** 50 хвилин
- **Формат:** очно / онлайн
- **Частота:** відповідно до Ваших потреб, за взаємною домовленістю (зазвичай – раз на тиждень)
- У терапії немає чіткої програми чи «правильного шляху» – ми будемо досліджувати те, що для Вас важливо тут і зараз.

4. Вартість

- **Ціна за сесію:** _____ грн
- **Оплата:** зазвичай здійснюється після кожної сесії (готівкою / переказом)

- За фінансової складності – можливий індивідуальний перегляд умов. Ви завжди можете чесно про це говорити.

5. Скасування / Перенесення

- Якщо Вам потрібно скасувати або перенести сесію, будь ласка, попередьте за 24 години.
- Якщо Ви не зможете прийти без попередження, сесія вважається використаною.
- Ми зможемо разом знайти найкращий спосіб вирішувати такі ситуації з розумінням і повагою до обох сторін.

6. Відповідальність

- Ви є автором свого процесу. Я підтримую і супроводжую, але не нав'язую порад і не приймаю рішень замість Вас.
- Я зобов'язуюсь створювати простір без осуду, з повною повагою до Ваших почуттів, вибору і меж.

7. Завершення терапії

- Ви можете завершити терапію у будь-який момент. Якщо можливо, бажано обговорити завершення заздалегідь – це важлива частина процесу.
- Я також можу запропонувати завершити або призупинити терапію, якщо це буде в інтересах Вашого добробуту (наприклад, у випадку потреби у допомозі іншого фахівця).

8. Підтвердження згоди

Цей контракт не є юридичним документом, а скоріше – домовленістю про взаємоповагу, безпечний простір і відповідальне ставлення до нашої спільної роботи.

Підписи:

Клієнт: _____ Дата: ____ / ____ / ____

Терапевт: _____ Дата: ____ / ____ / ____