

PRZYKŁADOWY KONTRAKT PSYCHOTERAPEUTYCZNY DBT

zawarty pomiędzy

Terapeuta: _____

Pacjent: _____

Ja niżej podpisana _____, zobowiązuje się do przestrzegania poniższych ustaleń.

Jestem członkiem Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Poznawczo-Behawioralnej i przestrzegam Kodeksu Etycznego Psychoterapeuty Poznawczo-Behawioralnego, który można przeczytać na stronie PTPPB.

Psychoterapia Dialektyczno- Behawioralna jest psychoterapią o udowodnionej w badaniach empirycznych skuteczności. Została stworzona do leczenia Zaburzenia Osobowości z Pogranicza i osób z tendencjami samobójczymi. Współcześnie skuteczność DBT została potwierdzona również w innych zaburzeniach, takich jak: PTSD, depresja, lęk, uzależnienia, zaburzenia odżywiania, zaburzenia nastroju, inne zaburzenia osobowości.

1. Punktualnie przychodzę na umówione spotkania.
2. Spotkanie mogę odwołać z minimum 24 godzinnym wyprzedzeniem, w przeciwnym razie opłata za kolejną odbytą sesję, nie zostanie pobrana.
3. Podczas urlopu gwarantuję zastępstwo innego terapeuty.
4. Wszelkie informacje uzyskane od pacjenta, są chronione tajemnicą zawodową, również informacja o tym, że korzysta z terapii. Jedynym wyjątkiem jest sytuacja, kiedy pacjent stanowi zagrożenie dla życia swojego lub innych.
5. Angażuję się w pracę na sesji.
6. Angażuję się w rozwiązanie problemów pacjenta: przeglądam nagrania z sesji, konsultuję się z supervizorem.
7. Na bieżąco sprawdzam efektywność psychoterapii używając obiektywnych kwestionariuszy i dostosowuję swoje interwencje do zmieniającej się sytuacji pacjenta.
8. Oddzwaniam, jeśli nie mogłam odebrać telefonu.
9. Odpisuję na smsy i emaile.
10. inne ustalenia

Ja niżej podpisana/ny _____ zobowiązuje się do przestrzegania poniższych ustaleń.

1. Punktualnie przychodzę na umówione spotkania.
2. Spotkanie mogę odwołać z minimum 12 godzinnym wyprzedzeniem, w przeciwnym razie zostanie pobrana opłata za sesję, jakby się odbyła.
3. Przychodzę na spotkania tak, jak ustalono (np. raz w tygodniu).
4. Jestem trzeźwa / trzeźwy podczas spotkań.
5. Angażuję się w pracę na sesji.
6. Angażuję się w pracę własną. Wykonuję wspólnie ustalone prace domowe i eksperymenty behawioralne.
7. Dzwonię **zanim** zaangażuję się w zachowanie szkodliwe.
8. Jeżeli dzwonię do terapeuty, jestem gotów skorzystać z jego porady.
9. Inne ustalenia (np. będę wypełniać krótki kwestionariusz przed każdą sesją, nie będę pić wódki przez 3 miesiące, będę zażywać leki).