

Nová možnost psychologického poradenství a terapie ve Žďáře nad Sázavou

Od prosince 2015 funguje pod hlavičkou Rodinného centra Srdíčko ve Žďáře nad Sázavou nová služba – Individuální psychologické poradenství a terapie. Nabízí dětem, mládeži, dospělým i seniorům podporu při zvládnání tíživých životních situací. Poradenství poskytuje psycholožka a psychoterapeutka Tereza Lapešová v budově Spektra na Žižkově ulici.

„Psychoterapeutický směr, kterým pracuji, je založen na provázení klienta s cílem, aby se mohl sám v náročné životní situaci zorientovat a našel cestu, kterou se chce dále ubírat. Klienta při této cestě provázím, ale neradím mu, co má dělat. Tento přístup je vhodný pro ty, kteří bojují se svým sebevědomím, pocity méněcennosti, osamělosti nebo nepřijetím ze strany druhých,“ vysvětluje psycholožka Tereza Lapešová.

Specialitou práce této poradny je **terapie dětí**. Ta vyžaduje použití jiných metod než terapie dospělých. Dítě není schopno po dobu konzultace sedět a jasně sdělit své pocity a myšlenky. *„Při terapii dětí se využívá hra, tedy věc jim naprosto přirozená. Pro děti je to bezpečný způsob sebevyjádření. Když se zaberou do hry, padají jejich obranné mechanismy a otvírá se léčebný prostor. Děti jsou tvárné a ledacos se může terapií ovlivnit. Takové změny v pozdějším věku potřebují větší množství času a energie, protože se fixovaly dlouhé roky,“* uvádí psycholožka.

Při práci s dětmi využívá Tereza Lapešová také ojedinělou metodu **terapie pískem**. Děti se na hru s pískem těší, uvolní se při ní a snáze s terapeutkou hovoří. Je velmi účinná například u **úzkostných dětí**. *„Rodiče často v úvodu konzultace nevěří, že se mnou dítě bude vůbec mluvit. Díky terapii pískem je začátek konzultace mnohem jednodušší,“* říká terapeutka. Terapie pískem se využívá i při práci s dospělými. Ti mají sice větší zábrany se do hry s pískem ponořit, ale díky zhmotnění svých potíží mohou léčebný proces lépe konkretizovat a tím urychlit.

Na Individuální konzultace je třeba se **předem objednat na telefonním čísle 777 810 874**. Na prvním sezení s dospělými klienty je domluvena tzv. **zakázka**, která se týká témat setkání, jejich délky a dalších praktických věcí. Při terapii dětí doprovází na první sezení dítě rodič, se kterým konzultantka domluví zakázku a následně probíhá různý počet sezení, kterých se účastní jen dítě. Závěrečná konzultace, která shrnuje účinnost terapie, probíhá opět společně s rodičem.

Individuální psychologické poradenství a terapie probíhají v budově Spektra na Žižkově ulici ve Žďáře nad Sázavou. Poradenství není nijak dotováno ani hrazeno pojišťovnou. **Za jedno sezení zaplatí klient 400 Kč.**

Mgr. Tereza Lapešová DiS.
psycholožka a psychoterapeutka
tel. 777 810 874
tereza.lapesova@kolping.cz



Rodinné centrum Srdíčko

Studentská 4 | 591 01 Žďár nad Sázavou | tel.: 566 690 135, 734 346 479 | e-mail: sdicko@kolping.cz
www.rcsrdicko.cz

Kontaktní osoba pro tuto TZ

Mgr. Josef Soukal, odborný ředitel Kolpingova díla ČR, z.s.

M: 608 816 721

E: josef.soukal@kolping.cz

Individuální psychologické poradenství a terapie

Služba určená pro děti, mládež, dospělé a seniory, kteří se ocitli v obtížné životní situaci. Pomáhá klientům při řešení osobních, vztahových, pracovních či školních problémů. Jedná se o nedirektivní terapii, která klienta doprovází, bezpodmínečně ho přijímá, nehodnotí ho ani nedagnostikuje. Terapeut podporuje vlastní rozhodnutí klienta a jeho individualitu. Více na <http://www.rcsrdicko.cz/vzdelavani-a-konzultace>.

Rodinné centrum Srdíčko

RC Srdíčko je místem setkávání rodičů, prarodičů a dětí ze Žďáru nad Sázavou a okolí. Nabízí programy pro těhotné ženy, ženy po porodu, rodiče s dětmi, děti předškolního věku i širokou veřejnost. Zabraňuje sociální izolaci rodičů pečujících o děti v době rodičovské dovolené, inspiruje je, nabízí možnost kvalitně strávit společný volný čas. Srdíčko funguje od 1. 1. 2008, od dubna 2014 sídlí v nových prostorách ve 4. patře polikliniky ve Žďáře nad Sázavou. Od listopadu je součástí centra Family Point a Senior Point.

Centrum je členem Sítě mateřských center, je otevřeno celotýdenně a celoročně. Zřizovatelem je Kolpingovo dílo ČR, z.s.

Více na www.rcsrdicko.cz.