

Protokół CWP: Pierwsza sesja — darmowy fragment

Protokół CWP — ustrukturyzowany scenariusz pracy dla psychologów i psychoterapeutów

MODUŁ 1

Przygotowanie

Ten protokół to ustrukturyzowany scenariusz prowadzenia pierwszej sesji z nowym klientem, niezależnie od zgłaszanego problemu. Dobra pierwsza sesja buduje fundament zaufania i jasności, na którym opiera się cała dalsza praca.

1.1 Kiedy stosować ten protokół

- przy każdej pierwszej sesji z nowym klientem, niezależnie od zgłaszanego problemu
- gdy potrzebna jest ustrukturyzowana forma zebrania kluczowych informacji bez pomijania istotnych obszarów
- gdy celem jest zbudowanie jasnego kontraktu terapeutycznego na start współpracy

1.2 Dla kogo

Dla specjalistów prowadzących pierwszą sesję z klientem dorosłym, niezależnie od konkretnego obszaru trudności, z którym klient się zgłasza.

1.3 Cel pracy

- stworzenie bezpiecznej, otwartej atmosfery na start współpracy
- zebranie kluczowych informacji o kliencie i zgłaszanym problemie
- zrozumienie oczekiwań klienta wobec pracy
- wstępne zidentyfikowanie celu pracy, aktualnych trudności i dostępnych zasobów
- ustalenie jasnego kontraktu terapeutycznego i planu dalszej pracy

1.4 Przeciwwskazania i ograniczenia zastosowania

Ten protokół zakłada standardową sytuację pierwszej sesji z klientem w stanie umożliwiającym zbieranie wywiadu. Jeśli klient zgłasza się w ostrym kryzysie (np. bezpośrednie ryzyko samobójcze, ostry stan dezorganizacji), priorytetem jest ocena bezpieczeństwa i odpowiednia interwencja kryzysowa, nie pełna realizacja struktury tego protokołu.

1.5 Przygotowanie specjalisty

- zapoznaj się z całą strukturą protokołu przed pierwszą sesją z nowym klientem
- przygotuj kartę wywiadu wstępnego i kartę kontraktu z modułu 6
- zaplanuj czas na sesję dłuższą niż standardowa (60-90 minut), jeśli to możliwe

1.6 Częste błędy przy pracy tym protokołem

Błąd	Dlaczego szkodzi	Co zrobić zamiast tego
Przeprowadzanie sztywnego, formularzowego wywiadu bez przestrzeni na naturalną rozmowę	Może sprawiać wrażenie przesłuchania, utrudniając budowanie relacji	Traktuj strukturę jako mapę, nie sztywny skrypt, dostosowuj tempo do klienta
Pomijanie pytania o oczekiwania klienta wobec samej pracy	Bez tego trudno dopasować formę współpracy do potrzeb klienta	Moduł 3c wprost bada oczekiwania klienta
Zbyt szybkie przechodzenie do "rozwiązywania" problemu	Klient może nie czuć się jeszcze wysłuchany i zrozumiany	Pierwsza sesja to przede wszystkim zbieranie informacji i budowanie relacji, nie od razu interwencja
Pomijanie wstępnej oceny ryzyka	Ważne sygnały mogą zostać przeoczone na starcie współpracy	Moduł 3d i materiał uzupełniający Red flags zawsze uwzględniają ocenę ryzyka
Kończenie sesji bez jasnego kontraktu i planu dalszej pracy	Klient może czuć niepewność co do dalszego przebiegu współpracy	Moduł 4 zawsze kończy się jasnym kontraktem i planem

1.7 Jak zbudowany jest ten protokół

Siedem modułów głównych, a po nich materiały uzupełniające: model teoretyczny struktury pierwszej sesji, profile klientów na pierwszej sesji, techniki otwierające rozmowę, winiety kliniczne, diagnoza różnicowa (kiedy potrzebna jest pilna interwencja zamiast standardowej pierwszej sesji), sygnały ostrzegawcze, praca z bliskimi klienta (jeśli towarzyszą), szablony dokumentacji, bank pytań, słowniczek oraz komplet kart pracy do wielokrotnego druku.

MODUŁ 2

Otwarcie sesji

Pierwsze minuty sesji nadają ton całej dalszej współpracy. Ważne jest stworzenie atmosfery, w której klient czuje się bezpiecznie, żeby mówić otwarcie.

2.1 Powitanie i wprowadzenie

Jak chciałby/chciałaby Pan/Pani, żebym się do Pana/Pani zwracał/a?

NOTATKI SPECJALISTY

Czy ma Pan/Pani jakieś pytania, zanim zaczniemy, dotyczące na przykład tego, jak wygląda nasza współpraca?

NOTATKI SPECJALISTY

2.2 Wyjaśnienie ram sesji

Krótkie, jasne wyjaśnienie: czas trwania sesji, poufność i jej granice (kiedy specjalista może być zobowiązany do przełamania poufności), sposób kontaktu między sesjami, ogólny cel tej pierwszej rozmowy.

2.3 Otwarcie tematu

Co sprawiło, że zdecydował/a się Pan/Pani teraz szukać wsparcia?

NOTATKI SPECJALISTY

Co chciałby/chciałaby Pan/Pani, żebym wiedział/a o Pana/Pani sytuacji na start?

NOTATKI SPECJALISTY
