

# 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

---

---

---

---

---

**MASZ PACJENTA Z...?**

## **Protokół, szkolenia i artykuł w jednym pakiecie**

Wybierz problem, z którym przychodzi Twój klient, a dostaniesz gotowy pakiet: protokół, 2 szkolenia i artykuł na szybki start.

**→ Wszystkie problemy**

[cwp.edu.pl/masz-pacjenta](http://cwp.edu.pl/masz-pacjenta)