



### UMOWA do pracy metodą Embrace Therapy®

Witaj. Dziękuję za zaufanie i chęć rozwoju. Przed Tobą umowa do pracy metodą Embrace Therapy®, która opisuje sposób i warunki naszej współpracy. Dzięki niej obie strony wiedzą co jest ważne podczas pracy oraz jako klient masz gwarancję profesjonalizmu, bezpieczeństwa i jakości.

Ta umowa, zawarta dn. \_\_\_\_\_ zawiera ustalenia dotyczące sesji terapeutycznej Embrace Therapy® pomiędzy \_\_\_\_\_ (terapeuta ET®) a \_\_\_\_\_ (klient) (Data urodzenia \_\_\_\_\_; Telefon: \_\_\_\_\_; E-mail \_\_\_\_\_ )

Terapeuta ET® i klient wspólnie ustalili następujące zasady:

1. Terapeuta ET® i klient pracują przez ..... Godzin i ..... spotkań. Forma na żywo / on-line.
2. Opłata za pracę wyniesie ..... . Jeśli terapeuta ET® jest opłacany przez osobę trzecią, jako klient zobowiązuję się do przedstawienia tej osobie obu części umowy.
3. Terapeuta ET® i klient wspólnie będą rozwijać plan terapii ET® zgodnie z celami, jakie chce osiągnąć klient w wyniku terapii ET®. Cel terapii ET® określany jest albo drogą mailową, Messenger albo podczas pierwszej sesji i zawsze doprecyzowywany jest na pierwszym spotkaniu.
4. Terapeuta ET® zgadza się na prowadzenie klienta i klient zobowiązuje się do podążania za planem terapii ET®. Terapeuta ET® zobowiązuje się do poświęcenia odpowiedniej ilości czasu na przygotowanie się do spotkań z klientem
5. Klient rozumie, że wynik terapii ET® zależy od tego, w jakim stopniu klient będzie umiał podjąć działanie, podążać za planem terapii ET®, komunikować się precyzyjnie z Terapeutą ET®, wziąć odpowiedzialność za wyniki – Terapeuta ET® pomaga w tym klientowi. Odpowiedzialność klienta polega na tym, że będzie działał sam, nikt nie wykona za niego zadań ani nie podejmie działań.
6. Klient zgadza się na podzielenie się z Terapeutą ET® wszystkim tym, w czym potrzebuje pomocy. Klient rozumie, że kwestie których nie wyjawi Terapeucie ET®, mogą zostać nierozwiązane, uniemożliwić rozwiązanie problemu lub osiągnięcie celów w przyszłości. Terapeuta ET® zobowiązuje się do udzielenia pomocy klientowi w stopniu najlepszym, na jaki pozwalają jego umiejętności. Zobowiązuje się także do zachowania pełnej dyskrecji.
7. Klient zgadza się na ewentualne zadania, jakie mogą być mu zlecone przez Terapeutę ET® podczas sesji terapeutycznych metodą ET®, a także zobowiązuje się do jak najlepszego ich wykonania. Klient zgadza się ze stwierdzeniem, że jeżeli zadanie nie zostanie wykonane, cele mogą nie zostać osiągnięte.
8. Klient z Terapeutą ET® na bieżąco ustalają terminy spotkań. Terapeuta ET® zobowiązuje się do realizacji sesji w umówionym terminie. Klient może odwołać ustalony termin maksymalnie 24 godziny przed ustaloną datą. Odwołanie po tym terminie, umówiona sesja jest traktowana jako wykorzystana przez klienta. W szczególnych przypadkach istnieje możliwość przesunięcia terminu po obopólnym ustaleniu.
9. Klient zdaje sobie sprawę z tego, że Terapeuta ET® nie jest lekarzem medycyny ani psychiatrą, ani psychologiem, dlatego terapia ET® nie powinna zastępować leczenia medycznego. Terapeuta ET® gwarantuje, że podczas pracy z klientem korzysta z narzędzi, z zakresu których jest w pełni przeszkolony. Jeżeli Terapeuta ET® nie będzie umiał pomóc klientowi, gwarantuje skierowanie do innej osoby, która pomoże klientowi.
10. Umowa obowiązuje, dopóki obie strony jej nie rozwiążą lub do dnia .....

## O pracy coachingowej:

1. Twój Terapeuta ET<sup>®</sup> jest certyfikowanym Terapeutą Embrace Therapy<sup>®</sup>, ale nie jest lekarzem medycyny ani psychiatrą, ani psychologiem; a Ty jako klient zaświadczasz, że obecnie nie pracujesz nad swoim problemem z lekarzem /psychiatrą/psychologiem.

Jeśli pracujesz obecnie z lekarzem /psychiatrą/psychologiem, poinformuj mnie o tym natychmiast. Ponadto, Terapeuta ET<sup>®</sup> potrzebuje mieć pewność, że poinformowałeś swojego lekarza/psychiatrę o rozpoczęciu terapii ET<sup>®</sup>.

Jeżeli pracowałeś nad tym problemem z lekarzem /psychiatrą/psychologiem, Twój Terapeuta ET<sup>®</sup> potrzebuje zapoznać się z jego diagnozą zanim zaczniesz Terapię ET<sup>®</sup>. Jeżeli przyjmujesz jakiegokolwiek leki przepisane przez lekarza lub psychiatrę, Terapeuta ET<sup>®</sup> musi to wiedzieć.

2. Twój Terapeuta ET<sup>®</sup> jest przeszkolony i posiada certyfikat z zakresu: Metody Zmiany Perspektyw Embrace Therapy<sup>®</sup> na poziomie praktyka. Ta sesja może być inna niż się spodziewasz. Generalnie, nie poświęcamy dużo czasu na rozmawianie o problemie, tylko zbieramy informacje na jego temat.

Jest bardzo ważne, byśmy wspólnie ustalili, JAK doszło do stworzenia problemu. Oznacza to, że będziemy szukać Twojej strategii i Twojej struktury problemu. Ponieważ na tym się skupimy, może być tak, że jak odkryjemy strategię, program, szybko sprawimy, że problem zniknie. Czasem będziemy się skupiać na analizie i przywoływaniu wspomnień i szukaniu przyczyn w przeszłości. Naszym celem jest dojście do źródła problemu, aby uwolnić blokady i przybliżyć się do celu.

Ponieważ będziemy pracować przy użyciu metody Embrace Therapy<sup>®</sup>, możesz podczas terapii spotkać się z pytaniami ze strony Terapeuty ET<sup>®</sup>, których nie będziesz rozumiał w pełni świadomie. Wówczas Twój nieświadomy umysł zostanie poproszony o to, by dokonał odpowiednich zmian potrzebnych do rozwiązania problemu.

Nasze sesje mogą koncentrować się na rozwiązaniu problemu, uwolnieniu blokad, napięć, negatywnych wspomnień, przekonań i emocji LUB na zwiększaniu Twojej efektywności w dochodzeniu do celu, realizowaniu swoich planów oraz wydobywaniu z Ciebie nowych, nieodkrytych talentów i umiejętności.

3. Twój Terapeuta ET<sup>®</sup> współpracuje z Akademią Embrace™, której założycielem jest Dagmara Szymańska. Tym samym Terapeuta ET<sup>®</sup> ma możliwość korzystania z superwizji, czyli mentoringu dla Terapeuty ET<sup>®</sup>. Ma to na celu dbanie o jak najwyższą jakość jego pracy, jeszcze lepszego wspierania Ciebie jako klienta. Oznacza to, że Terapeuta ET<sup>®</sup> może podczas superwizji z doświadczonym Autorem metody, Mentorem-Superwizorem poruszać tematy z Twojej terapii. Oczywiście masz gwarancję poufności danych.
4. Terapia ET<sup>®</sup> jest procesem, podczas którego pracujemy nad rozwiązaniem problemu lub osiągnięciem celu.
  - a. Zaczniemy od tego, że opowiesz Terapeucie ET<sup>®</sup> o problemie. Terapeuta ET<sup>®</sup> zapyta Cię o przykłady tego problemu i zada inne pytania, by dowiedzieć się jak myślisz o tym problemie. Będzie chciał także poznać źródło problemu i wydarzenia z nim związane. Na jakiś czas przed końcem sesji zada Ci pytania, które upewnią Cię, że problem zniknął.
  - b. Terapia ET<sup>®</sup> to jednocześnie praca na wspieraniu Cię w osiąganiu Twoich celów. W takiej sytuacji Terapeuta ET<sup>®</sup> będzie szukał sposobów, aby odnaleźć w Tobie źródło energii, motywacji, spójności i sposoby realizacji celów.

5. Po sesji terapeutycznej ET<sup>®</sup>, prawdopodobnie otrzymasz zadania do wykonania, sugestie i Przewodnik do pracy własnej metoda ET<sup>®</sup>. Są one fundamentalną częścią terapii ET<sup>®</sup>. Może zająć Ci kilka dni do kilku tygodni wykonanie ich. Są one bezpośrednio związane z tym nad czym pracujemy na terapii ET<sup>®</sup>. Ważne, abyś je wykonał. Jeżeli ich nie wykonasz, Terapeuta ET<sup>®</sup> nie może przewidzieć, jak potoczy się praca.

Ponadto, bardzo ważne jest, byś skupił się 100% na tym, co chcesz osiągnąć. Ludzie, którzy osiągają w życiu to co chcą, to ci, którzy wiedzą, że mają wybór i dokonują go. Możesz skupić się na negatywnych emocjach i tym, co sprawia, że czujesz się źle, albo możesz skupić się na pozytywnych emocjach i tym, co wprawia Cię w dobry nastrój. To Twój wybór.

To jest Terapia Embrace Therapy<sup>®</sup>, a zarazem Twój Terapeuta ET<sup>®</sup> jest w pełni przeszkolonym w metodzie Embrace Therapy<sup>®</sup>. Nie jest natomiast lekarzem medycyny ani psychiatrą, ani psychologiem. Podczas terapii ET<sup>®</sup> będzie używał do pracy z Tobą narzędzi, które poznał podczas szkolenia z zakresu Terapii ET<sup>®</sup>. Będzie używał jedynie narzędzi, które zna i z zakresu których został profesjonalnie przeszkolony. Jeżeli podczas terapii okazałoby się, że Terapeuta ET<sup>®</sup> nie potrafi Ci pomóc w pozbyciu się problemu, skieruje Cię do innej, wykwalifikowanej osoby.

#### 6. Zaufanie

Wszystkie informacje jakie mam od Ciebie, nie są udostępniane osobom trzecim, są używane tylko do naszej wspólnej pracy i możesz być spokojny o zachowanie przez Twojego Terapeutę ET<sup>®</sup> dyskrecji.

#### 7. Twój wybór, Twoja odpowiedzialność.

Jeżeli, podczas coachingu, Terapeuta ET<sup>®</sup> zaproponuje Ci inne spojrzenie na Twój problem lub cel, zobowiązujesz się jako klient do tego, że jest to tylko jego perspektywa, a nie zalecenie, które musisz wykonać. Jeżeli będziesz chciał przedyskutować z kimś innym sugestie Terapeutę ET<sup>®</sup>, możesz to zrobić jedynie z profesjonalistą w zakresie wspomagania leczenia.

W gestii Twojej odpowiedzialności leży, byś powiedział Terapeucie ET<sup>®</sup>, jakie zmiany i rezultaty przyniosła wspólna praca.

#### **DEFINICJE:**

Embrace Therapy<sup>®</sup> - to metoda, która pozwala wybaczyć Sobie z przestrzeni Serca, to z czego nie jesteśmy zadowoleni, dumni, z tego co kiedyś zrobiliśmy, powiedzieliśmy. To niesamowite narzędzie do pracy w każdym skonfliktowanym obszarze Umysłu, takim jak zdrowie, związki, finanse, poczucie wartości. To proces, który w prosty i łagodny sposób pozwoli Ci dotrzeć do Twojej najwyższej ŚWIADOMOŚCI i MIŁOŚCI.

Pozwala także połączyć się z TYM zarówno na poziomie świadomym jak i podświadomym.

Embrace oznacza objęcie. To głębokie zrozumienie – świadoma część – która łączy się z natychmiastową akceptacją, co skutkuje rozpuszczeniem się silnych emocji z przeszłości. Embrace Therapy<sup>®</sup> daje Ci wybór. Świadomy wybór po rozpuszczeniu tego co trzymała podświadomość.

Terapeuta ET<sup>®</sup>: \_\_\_\_\_

Klient: \_\_\_\_\_