

Пожалуйста, заполните эту форму (в ней **четыре листа**), подпишите внизу, отсканируйте или сфотографируйте, и пришлите на почту shiraev.victor@gmail.com или в том мессенджере, где мы с вами общаемся.



Информированное согласие на оказание консультационных услуг и обучение медитации и практикам осознанности

Обучение современной не религиозной медитации

Я понимаю, что Виктор является современным, не сектарным, не религиозным учителем медитации и практик осознанности, что он не учит «буддизму» или «духовности», не преподаёт «Дхарму» и так далее. [Подробнее про Виктора можно прочитать здесь.](#)

Его подход информирован и опирается на:

- Мировые традиции созерцательной психопрактики, древние и современные;
- Современную науку: общую психологию, когнитивистику, нейропсихологию, феноменологию, сравнительное религиоведение и психологию взрослого развития;
- Принципы бережности к вопросам травмы, они [изложены тут](#);
- Дисциплины андрагогики, психотерапии и эмбодимента;
- Интегральный подход Кена Уилбера и Объединенную систему методов тренировки внимания Шинзена Янга.

Всё то, чему Виктор обучает и о чём консультирует, является открытой информацией и доступно для самостоятельного освоения через публикации на сайте, переводы, аудио-практики и видеозаписи. Ничего из того, что Виктор может мне рассказать, не является тайной, священной и закрытой информацией, для которой требуется посвящение.

О сочетании с психотерапией

Я понимаю, что практика осознанности и связанный с ней коучинг не предназначены для замены психотерапии, которая предоставляется соответствующими специалистами. Я понимаю, что Виктор Ширяев – инструктор, который предлагает обучение медитации, коучинг осознанности и сопровождение в тренировках, и что его работу не следует путать с психотерапией.

Если я нахожусь в настоящее время в процессе психотерапии или другого лечения, то понимаю, что Виктор рекомендует мне следовать тому курсу терапии, который согласован с сопровождающим меня специалистом, и что инструменты, методы и советы, которые дает Виктор, никоим образом не заменяют инструкции от соответствующего специалиста.

Я утверждаю, что в настоящее время не нахожусь в состоянии нервного срыва или истощения, не испытываю острого психологического кризиса, не имею суицидальных мыслей, и не занимаюсь саморазрушающим или зависимым поведением.

О сложностях в практике

Я понимаю, что в процессе обучения медитации могут возникать различные сложные моменты, связанные с повышением осознанности в отношении моих мыслей, эмоций, паттернов поведения, телесных ощущений и общей ситуации, и соглашаюсь взять на себя полную ответственность за собственное здоровье, безопасность и благополучие на протяжении всего моего курса работы с Виктором.

О сложностях в практике, продолжение

Я участвую в этом обучении добровольно и соглашаюсь, что Виктор не отвечает за моё эмоциональное или физическое состояние, которое может проявиться в результате участия в этом обучении.

Несмотря на то, что планомерная тренировка осознанности оказалась полезной многим людям, я понимаю, что нужна честная и чёткая коммуникация с моей стороны, чтобы определить, следует ли прекратить мою работу с Виктором из-за появления каких-либо неблагоприятных симптомов.

Я понимаю, что любые результаты не гарантированы, и что результаты и моё удовлетворение зависят от моей готовности и приверженности решению выполнять самостоятельную практику и внедрять осознанность в свою жизнь.

Базовые договорённости о практике

Я соглашаюсь следовать рекомендациям Виктора и регулярно заниматься практикой формально и в процессе повседневных событий не менее минимально договорённого объёма, а также вести дневник практики в случае, если мы об этом договорились.

Я соглашаюсь выполнять домашние задания к следующей запланированной сессии.

Я обязуюсь регулярно (не менее нескольких раз в неделю) делиться отчётами о своей практике с Виктором.

Базовые договорённости про деньги

Я обязуюсь оплачивать сессии с Виктором в полном оговоренном объёме — 7000 рублей за разовую консультацию 60 минут, либо ту сумму, о которой мы договорились.

Если я не могу посетить запланированную сессию, то обязуюсь уведомить об этом Виктора минимум за сутки до сессии. В этом случае сессия пересогласовывается.

Если я не могу посетить запланированную сессию, но не уведомил об этом Виктора минимум за сутки, то сессия оплачивается в полном объёме.

Если Виктор не может посетить запланированную сессию, то обязуется уведомить меня об этом минимум за сутки до сессии. В этом случае сессия пересогласовывается.

Если Виктор не может посетить запланированную сессию, и не уведомил меня об этом минимум за сутки, то следующее занятие проходит бесплатно.

При этом, форс-мажоры возможны, и всегда остаётся место адекватному человеческому общению, в котором могут приниматься решения, отличные от того, что написано выше.

Конфиденциальность

Виктор не имеет права выносить ничего из того, что будет обсуждаться на встречах, без моего письменного разрешения никогда и никуда за исключением случаев, когда речь идет об угрозе моему или других лиц здоровью и жизни.

Аудио или видео с моим участием Виктор может записывать только с моего разрешения, обязуется удалять их у себя сразу же после того, как я их сохранил у себя.

Супервизии и интервизии

Виктор регулярно повышает свою квалификацию, обсуждая рабочие кейсы с коллегами и своими менторами. Это делается для улучшения профессиональных навыков Виктора, и способствует большей безопасности и точности его деятельности.

Без моего ведома и письменного согласия Виктор не может делиться деталями моей личной жизни и может раскрывать только техническую сторону дела.

Завершение профессиональных отношений

Я понимаю, что Виктор может завершить проф.отношения со мной в случае:

- регулярного нарушения базовых договорённостей этого согласия,
- необходимости работы с другим специалистом (в частности, психотерапевтом),
- или других причин.

Я понимаю, что могу завершить проф.отношения с Виктором в любой момент, когда сочту это уместным, без каких-либо дополнительных условий.

Если что-то пошло не так

Я понимаю, что Виктор открыт к любой обратной связи и рассматривает это как фактор эффективности своей работы со мной. Я обязуюсь давать Виктору любую обратную связь о процессе работы с ним.

Если мне покажется, что в процессе работы с Виктором я столкнулся с нарушением этики:

- я могу сообщить ему об этом прямо и попросить объяснений;
- я знаю, что могу написать об этом коллегам Виктора: Валерию Веряскину и Максиму Кузьмину, а также в сообщество выпускников инструкторской программы Mindspot (через Веру Грузову).

Я внимательно прочитал это информированное согласие, задал Виктору любые дополнительные вопросы, мне всё ясно и я с этим согласен.

Имя _____

Дата _____

Подпись

Опрос

1. Находитесь ли вы сейчас в терапии?

Если да, знает ли ваш терапевт о вашем намерении обучаться медитации?
Согласны ли он/она с этим, рекомендуют ли?

2. Есть ли у вас история психологических или психиатрических проблем?

3. Есть ли в вашей семье история психологических или психиатрических проблем?

4. Были ли у вас в жизни нервные срывы, неврозы или психозы?

5. Принимаете ли вы сейчас лекарства и/или наркотические средства?

Если да: какие и как часто?

6. Пьёте ли вы алкоголь?

Если да: как часто?

7. Причиняли ли вы себе физический вред, и если да — как давно?

Если какой-либо из обозначенных выше пунктов меняется, я обязуюсь проинформировать Виктора об этих изменениях в течение 48 часов.

Если какая-либо информация обо мне оказывается недостоверной, я понимаю, что Виктор в праве прекратить работать со мной.