

ESTRUTURA DAS SESSÕES

POR QUE?

A estrutura ajuda os clientes a saberem o que esperar de cada sessão de terapia e a focarem nas prioridades, o que leva a atingirem os resultados mais rapidamente.

Se não estruturar a sessão e o cliente falar tudo o que quer falar, no final da sessão o cliente pode se sentir melhor ou pior, já que se ele está te dizendo apenas coisas negativas durante toda a sessão, isso pode colocá-lo em um estado de mente negativo.

Mesmo que o cliente se sinta melhor, colocando tudo para fora, ele termina a sessão sem saber o que fazer durante a semana. Ele vai para casa com os mesmos problemas que ele entrou na sessão.

Queremos aproveitar o máximo de tempo junto ao cliente.

COMO É?

• **Começo**

- Recepção/Restabelecer conexão
- Verificação do Humor
- Verificar Plano de Ação
- Montar Agenda da sessão

• **Meio**

- Trabalhar item da agenda
- Resumo
- Desenvolver Plano de ação

• **Final**

- Resumo da sessão
- Planejamento do Plano de Ação
- Feedback