Registro de sessão de Gestalt-terapia

Cliente | Data | Sessão nº

1. Breve contexto

Com o que o cliente chegou, acontecimentos importantes.

2. Temas principais e afetos

Temas, sentimentos e reações do corpo que apareceram na sessão.

3. Figura e necessidade predominante

O que veio para o primeiro plano aqui e agora, e como apareceu.

4. Contato e interrupções do contato

Como a cliente fez e interrompeu o contato, e que necessidade ficou retida.

5. Experimento e awareness

O experimento, o que aconteceu no corpo e no sentimento, e do que a cliente tomou consciência.

6. Situações inacabadas e diálogo

Situações inacabadas e momentos de contato real com o terapeuta.

7. Combinados e tarefas de casa

Tarefas e observações até a próxima sessão.

8. Riscos

Só os sinais que apareceram. Em branco se não houve.

9. Particularidades da fala e do pensamento

Algo notável na forma de falar. Em geral fica em branco.

10. Plano para a próxima sessão

Ao que voltar.

Registro de sessão de Gestalt-terapia: exemplo preenchido

Cliente Ana, 34 (fictícia) | Data 15/10 | Sessão nº 1

1. Breve contexto

Chegou depois de um conflito com o chefe, dorme mal há uma semana.

2. Temas principais e afetos

Ansiedade → "o peito aperta antes das reuniões de planejamento".

3. Figura e necessidade predominante

A necessidade de apoio → "estou sozinha nisso", os ombros sobem.

4. Contato e interrupções do contato

Segura a respiração em vez de falar da raiva → **parece retroflexão**.

5. Experimento e awareness

Fala com o chefe na cadeira vazia → **"não sou uma máquina de zero erros"**, respira mais fundo.

6. Situações inacabadas e diálogo

Palavras não ditas depois do conflito → ela pede para voltar a elas.

7. Combinados e tarefas de casa

Notar o peito antes da reunião de planejamento: o que ele quer fazer.

8. Riscos

Nenhum relatado.

9. Particularidades da fala e do pensamento

Nada a observar.

10. Plano para a próxima sessão

Voltar à cadeira vazia e às palavras não ditas ao chefe.