Registro de sessão da ACP

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. Condições centrais e a resposta da cliente

Como foram a empatia, a congruência e a aceitação: seu reflexo e como a cliente o recebeu.

4. Incongruência e condições de valor

Uma regra de valor vinda dos outros, ou uma distância entre a imagem de si e a experiência.

5. Experienciação e experiência organísmica

Momentos de sentido sentido no corpo e de confiança nele.

6. Locus de avaliação e movimento

De onde a cliente tira a medida de si, e qualquer deslocamento.

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 da ACP: 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. Condições centrais e a resposta da cliente

Refletiu "você está cansada de ficar em guarda" → **"sim, é exatamente isso"**, ela desacelera.

4. Incongruência e condições de valor

"Só valho alguma coisa se não errar" → e mesmo assim está exausta.

5. Experienciação e experiência organísmica

Fica com o aperto no peito → **"não é medo, é que estou cansada"**.

6. Locus de avaliação e movimento

De "o que ela vai pensar" → **"sei que fiz bem o relatório"**: um passo para dentro.

7. Combinados e tarefas de casa

Sem tarefas: ela decidiu sozinha notar quando confere pelo chefe e quando confere por si.

8. Riscos

Nenhum relatado.

9. Particularidades da fala e do pensamento

Nada a observar.

10. Plano para a próxima sessão

Acompanhar o que ela trouxer, ficar com o cansaço se ele voltar.