# Registro SOAP

Cliente _____ Data _____ Sessão nº _____

## S · Subjetivo

O que o cliente relata: queixas, acontecimentos, como se sente, com as palavras dele.

## O · Objetivo

O que você observou na sessão: comportamento, fala, afeto. Sem interpretação.

## A · Avaliação

Como você entende o que está acontecendo: hipótese de trabalho, progresso, riscos.

## P · Plano

O que vem a seguir: tarefa de casa, foco da próxima sessão.

# Registro SOAP: exemplo preenchido

Cliente Ana, 34 (fictícia) | Data 12/11 | Sessão nº 4

## S · Subjetivo

Chegou depois de um conflito com a chefe, dorme mal há uma semana. **"Vão me demitir por um único erro"**, pior antes das reuniões de planejamento.

## O · Objetivo

Fala rápido, aperta as mãos quando fala do trabalho. **Ansiedade visível**, mais calma no fim da sessão.

## A · Avaliação

A ansiedade se mantém pela **catastrofização** e pela checagem: confere o relatório 5 vezes, a ansiedade cai por uma hora, a confiança não cresce. Sem riscos relatados.

## P · Plano

**Registro de pensamentos**, 3 anotações até terça. Próxima sessão: experimento comportamental com o pensamento "vão me demitir".