SOAP-протокол

Клиент | Дата | Сессия №

S · Субъективно

Что клиент говорит сам: жалобы, события, самочувствие, его словами.

O · Объективно

Что вы наблюдали в сессии: поведение, речь, аффект. Без толкований.

A · Оценка

Как вы понимаете происходящее: рабочая гипотеза, динамика, риски.

P · План

Что дальше: задания, фокус следующей встречи.

SOAP-протокол: образец заполнения

Клиент Анна, 34 (вымышленная) | Дата 12.11 | Сессия № 4

S · Субъективно

Пришла после конфликта с руководителем, неделю плохо спит. **«Меня уволят за одну ошибку»**, особенно перед планеркой.

O · Объективно

Говорит быстро, сжимает руки, когда речь о работе. **Тревога заметна**, к концу сессии спокойнее.

A · Оценка

Тревога держится на **катастрофизации** и перепроверке: отчет проверяет 5 раз, тревога ниже на час, уверенность не растет. Рисков не звучало.

P · План

Дневник мыслей, 3 записи до вторника. На следующей сессии поведенческий эксперимент с мыслью «уволят».