DAP-протокол

Клієнт _____ Дата _____ Сесія № _____

D · Дані

Що було на сесії: слова клієнта і ваші спостереження разом.

A · Оцінка

Як ви розумієте дані: робоча гіпотеза, динаміка, ризики.

P · План

Що далі: завдання, фокус наступної зустрічі.

DAP-протокол: зразок заповнення

Клієнт Анна, 34 (вигадана) | Дата 12.11 | Сесія № 4

D · Дані

Прийшла після конфлікту з керівником, тиждень погано спить. **«Мене звільнять за одну помилку»**. Говорить швидко, стискає руки, коли мова про роботу.

A · Оцінка

Тривогу підтримують **катастрофізація** і перевірки: звіт перевіряє 5 разів, тривога знижується на годину. Ризиків не звучало.

P · План

Щоденник думок, 3 записи до вівторка. На наступній сесії поведінковий експеримент із думкою «звільнять».