SOAP-протокол

Клієнт | Дата | Сесія №

S · Суб'єктивно

Що клієнт говорить сам: скарги, події, самопочуття, його словами.

O · Об'єктивно

Що ви спостерігали на сесії: поведінка, мовлення, афект. Без тлумачень.

A · Оцінка

Як ви розумієте те, що відбувається: робоча гіпотеза, динаміка, ризики.

P · План

Що далі: завдання, фокус наступної зустрічі.

SOAP-протокол: зразок заповнення

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

S · Суб'єктивно

Прийшла після конфлікту з керівником, тиждень погано спить. **«Мене звільнять за одну помилку»**, особливо перед нарадою.

O · Об'єктивно

Говорить швидко, стискає руки, коли мова про роботу. **Тривога помітна**, до кінця сесії спокійніша.

A · Оцінка

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

P · План

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