

Check-list do que **não** pode faltar na primeira sessão




Teresa Eutrópio
Abençoada

A primeira sessão de terapia pode gerar uma certa ansiedade para o cliente, **mas também para o psicólogo se ele não estiver preparado para ela.**

Se organizar e ter alguns passos planejados é essencial para que haja um máximo de aproveitamento.

Após a primeira sessão o psicólogo vai fazer o planejamento terapêutico de forma estratégica e sob medida para o cliente.

Sendo assim, **as informações são essenciais para direcionar as intervenções e os objetivos.**

No checklist vou te mostrar alguns passos que não podem faltar.



Preenchimento da ficha de inscrição com dados pessoais, uso de medicamentos, doenças, escolaridade e outros



Faça o rapport



Saber do cliente o que o traz à terapia



Faça uma breve descrição do problema e pergunte porque está buscando a terapia neste momento em particular



Pergunte sobre processos anteriores



Estimule a externalização do problema por meio de um símbolo, metáfora ou história



Busque os momentos em que o problema não ocorre



Pergunte o que o problema o impede ou o obriga a fazer



Faça um breve histórico familiar



Estabeleça metas terapêuticas

Esses são alguns passos
que não podem faltar.

Mas a **primeira sessão pode**
e deve ser mais ampla.

Por isso, **inspire-se para ter a**
sua primeira sessão organizada
de modo a direcionar o
processo terapêutico.