

Приклад, не стандарт: нотатка SOAP

Клієнтка і сесія вигадані. Зразок показує, як може виглядати заповнена нотатка, і не є клінічним еталоном.

Клієнтка: Анна Фрейд Фахівець: Карл Юнг Сесія № 4

Суб'єктивне

- Три тижні відкладає розмову з керівником про навантаження
- «Щовечора прокручую цю розмову і не можу заснути»
- У будні засинає після першої години ночі, у вихідні спить нормально

Об'єктивне

- Говорить швидко, коли йдеться про роботу, і сповільнюється, коли розповідає про вихідні
- Двічі змінила тему, коли розмова торкнулася сестри
- Залучена, сама пропонує варіанти

Оцінка

- Уникнення складної розмови підтримує тривогу і заважає сну
- Можливий зв'язок із сімейним досвідом (сестра), поки що лише гіпотеза
- Порівняно з минулою сесією легше називає, чого боїться

План

- До наступної зустрічі відзначати вечори, коли не вдається заснути, і про що були думки
- Наступна сесія: підготовка до розмови з керівником
- Повернутися до теми сестри, якщо Анна буде готова

Що додалося у формулювання 5П

- Підтримувальні фактори: уникнення складних розмов, вечірня румінація
- Захисні фактори: рефлексивність, стабільна робота, готовність пробувати нове