



Preparando-se para uma Sessão de Terapia

Regiane de Paula Floriano — CRP 06/100895

Psicologia / Neuropsicologia / Sono

Ficha de Preparação Pré-Sessão

✓ Como me senti ao longo dessa semana?

✓ O que aconteceu de relevante nessa semana que é importante contar em sessão?

✓ O que abordamos na última sessão?

✓ Há algum assunto inacabado da última sessão que precisa ser retomado?

✓ Fiz algo essa semana para praticar aquilo que conversamos no último encontro?

✓ Há algo importante que não estou conseguindo contar para meu terapeuta?

✓ Que problemas eu quero trabalhar na sessão de hoje?

✓ Outras observações: