Desenho com traços pretos em fundo branco e letras pretas

Descrição gerada automaticamente com confiança média

ANÁLISE E DESENVOLVIMENTO DE SISTEMAS

PROJETO ACELERA

VIVA BEM

Lucas de Souza Salles Marins

Alessandro Costa

Gabriel Jean Nacimento da Silva

Letyene dos Santos Silva

**2023**

## ÍNDICE DETALHADO

[PREFÁCIO 3](#_TOC_250047)

1. [INTRODUÇÃO AO DOCUMENTO 4](#_TOC_250046)
   1. [TEMA 4](#_TOC_250045)
   2. [Objetivo do Projeto 5](#_TOC_250044)
   3. [Delimitação do Problema 5](#_TOC_250043)
   4. Gênero [6](#_TOC_250042)
   5. [Método de Trabalho 6](#_TOC_250041)
   6. Plataforma [6](#_TOC_250040)
   7. Finalidade do tema [6](#_TOC_250039)
2. [ESCOPO DO PROJETO 8](#_TOC_250038)
   1. [Cronograma 9](#_TOC_250037)
3. [REQUISITOS DO SISTEMA 10](#_TOC_250034)
   1. [Requisitos Funcionais 10](#_TOC_250033)
   2. [Domínio 11](#_TOC_250032)
4. ANÁLISE E DESIGN 11
   1. [Ambiente de Desenvolvimento 12](#_TOC_250018)
   2. [Sistemas e componentes externos utilizados...... 13](#_TOC_250017)
5. CONCLUSÃO 23

**LISTA DE TABELAS**

[Tabela 1 – Escopo do projeto](#_bookmark7)

[Tabela 2 - Cronograma](#_bookmark11)

[Tabela 3 – Requisitos do sistema](#_bookmark11)

[Tabela 4 – Domínio](#_bookmark11)

**LISTA DE FIGURAS**

Figura 1 – Arquitetura do Sistema

Figura 2 - Modelo do login do sistema

Figura 3 - Parte do código de login

Figura 4 - Tela de login

Figura 5 - Tela inícial após acesso

Figura 6 - Tela de agendamento

Figura 7 - Parte do código de cadastro

Figura 8 - Continuação do código de cadastro

Figura 9 - Tela de cadastro

Figura 10 - Mensagem de erro qunando alguma das informações está errada

Figura 11 - Mensagem quando o login foi efetuado com sucesso

Figura 12 - Tela onde mostra todas as opções disponíveis para o paciente

Figura 13 - Tela de consultas

Figura 14 - Aviso para avisar sobre a consulta estar marcada

Figura 15 – Diagrama de sequência

Figura 16 – Diagrama de comunicação

Figura 17 – Diagrama de classes

Figura 18 - Estado inicial do sistema

Figura 19 – Diagrama de componentes

## Prefácio

O objetivo deste documento é fornecer um roteiro para o desenvolvimento de sistemas de software utilizando os princípios da engenharia de software orientada a objetos com notação UML (*Unified* *Modeling* *Language*). É destinado a todos os alunos da FATEC Cruzeiro – Prof. Waldomiro May do curso de Análise e Desenvolvimento de Sistemas, apoiando as disciplinas de Engenharia de Software I, Sistemas de Informações, Interface Humano Computador e Linguagem de Programação.

Esta é a versão 2.0 do documento. A escolha da orientação a objetos é devido à linguagem de programação Java utilizada na disciplina de Linguagem de Programação.

## Introdução ao Documento

A psicologia desempenha um papel fundamental na promoção do bem-estar emocional e mental das pessoas. No entanto, nem sempre é fácil para todos ter acesso a um psicólogo ou agendar consultas regulares devido a restrições financeiras, barreiras geográficas ou simplesmente à falta de tempo. Com o avanço da tecnologia, surgiu a oportunidade de desenvolver programas para agendar consultas psicológicas online, oferecendo uma alternativa conveniente e acessível para aqueles que precisam de apoio psicológico. Uma das características essenciais de um programa de consultas psicológicas é a privacidade e segurança dos dados. É fundamental garantir que as informações pessoais dos usuários sejam protegidas e que a confidencialidade das sessões seja mantida. Isso envolve a implementação de medidas de criptografia, conformidade com regulamentações de proteção de dados e a adoção de práticas éticas na coleta e armazenamento das informações dos pacientes.

Além disso, um programa de agenda de consultas psicológicas deve oferecer uma variedade de recursos e ferramentas que possam enriquecer a experiência terapêutica. Isso pode incluir recursos como bate-papo por texto, que será utilizado neste programa, chamadas de áudio e vídeo, compartilhamento de arquivos e recursos interativos para auxiliar na compreensão e desenvolvimento pessoal. Alguns programas podem até mesmo utilizar técnicas de inteligência artificial para fornecer insights personalizados com base nas respostas e interações dos usuários.

É importante destacar que um programa para agendar consultas psicológicas não substitui totalmente a agenda terapia tradicional presencial mas facilita para o paciente conseguir agendar suas consultas de onde estiver. No entanto, ele pode ser uma opção valiosa para aqueles que não têm acesso fácil a um psicólogo local ou que preferem a conveniência e flexibilidade de agendar as sessões online. É essencial que os profissionais de psicologia envolvidos estejam adequadamente treinados e licenciados para oferecer suporte eficaz e seguro por meio dessa plataforma digital.

Em resumo, o desenvolvimento de um programa para agendar consultas psicológicas representa uma oportunidade de utilizar a tecnologia para fornecer acesso mais amplo a serviços de saúde mental. Ao combinar recursos de comunicação online, segurança de dados e suporte profissional qualificado, esses programas podem ajudar a superar barreiras geográficas e financeiras, permitindo que mais pessoas obtenham o apoio psicológico de que precisam. No entanto, é importante manter um equilíbrio adequado entre as inovações tecnológicas e a importância da relação terapêutica humana para garantir resultados eficazes e éticos.

### Tema

Este projeto tem como objetivo principal desenvolver um programa para agendar atendimento psicológico online que visa promover a saúde mental e oferecer suporte emocional de forma acessível, conveniente e eficiente para indivíduos que necessitam de apoio psicológico.

O programa de agenda de atendimento psicológico utilizará plataformas digitais e tecnologias de comunicação para fornecer serviços terapêuticos, tais como sessões de aconselhamento, psicoterapia e orientação psicológica. Ele será acessível a qualquer pessoa com acesso à internet, eliminando as barreiras geográficas e proporcionando maior comodidade aos usuários.

O programa será desenvolvido levando em consideração as diretrizes éticas e legais para a prática da psicologia online, garantindo a confidencialidade, privacidade e segurança dos dados dos usuários. Será utilizado um sistema de criptografia para proteger as informações compartilhadas durante as sessões.

### Objetivo do Projeto

O objetivo deste projeto é estabelecer e implementar um programa para agendar terapia psicológica online, com o intuito de oferecer suporte terapêutico eficaz e acessível a indivíduos que enfrentam desafios emocionais, transtornos mentais ou buscam melhorar sua saúde mental de forma geral.

### Delimitação do Problema

O projeto de um programa de agenda de terapia psicológica online pode apresentar algumas delimitações específicas para melhor foco e viabilidade. Aqui estão algumas possíveis delimitações do problema:

* + - * Restrição geográfica: O programa será direcionado a uma área geográfica específica, como uma cidade, região ou país. Isso permite um planejamento mais eficiente dos recursos e uma melhor compreensão das necessidades locais em termos de saúde mental.
      * População-alvo específica: O programa pode se concentrar em atender a uma população-alvo específica, como adolescentes, adultos jovens, idosos, pessoas LGBTQ+, estudantes universitários, profissionais em determinadas áreas, entre outros. Isso permite uma abordagem mais direcionada e adaptada às necessidades e características dessa população.
      * Transtornos ou desafios específicos: O programa pode se especializar no atendimento a determinados transtornos mentais, como ansiedade, depressão, transtornos alimentares, transtornos do espectro autista, entre outros. Alternativamente, pode se concentrar em problemas específicos, como estresse relacionado ao trabalho, traumas ou dificuldades de relacionamento.
      * Modalidade de terapia específica: O programa pode se limitar a uma modalidade específica de terapia, como terapia cognitivo-comportamental (TCC), terapia de grupo, terapia familiar, terapia online baseada em mindfulness, entre outras.
      * Limitação do público atendido: O programa pode definir critérios específicos para atendimento, como faixa etária, disponibilidade de acesso à internet, motivação para o tratamento, entre outros. Isso ajuda a estabelecer critérios de elegibilidade para o programa e a garantir um atendimento adequado aos usuários.

É importante delimitar o escopo do programa de agenda de terapia psicológica online para garantir sua viabilidade e efetividade. A escolha de uma ou mais delimitações permitirá um foco mais preciso no problema e no público-alvo, tornando possível o desenvolvimento de estratégias e recursos adequados às necessidades específicas do programa.

### Gênero

### Área da saúde, terapia, psicologia.

### Método de Trabalho

O VIVA BEM, foi desenvolvido em JAVA e MySQL para agendar sessões terapêuticas independente da sua localização geográfica com segurança, confiabilidade e usabilidade.

**1.6 Plataforma**

O programa será lançado na plataforma Microsoft Windows com pretensão de lançamento para IOS, Android e MacOs.

**1.7 Finalidade** **do Tema**

A finalidade de um programa de sessões terapêuticas online é fornecer suporte psicológico, tratamento e acompanhamento emocional por meio de plataformas digitais e tecnologias de comunicação. O programa visa ajudar indivíduos a lidar com desafios emocionais, transtornos mentais, estresse, relacionamentos, autodesenvolvimento e outros problemas que afetam sua saúde mental.

A seguir estão algumas finalidades específicas de um programa de sessões terapêuticas online:

* + - * Promoção do bem-estar emocional: O programa busca promover o bem-estar emocional dos participantes, auxiliando-os a desenvolver habilidades de enfrentamento saudáveis, melhorar a resiliência emocional e promover a autoaceitação. A terapia online visa fornecer um ambiente seguro e confidencial para explorar questões emocionais, entender padrões de pensamento e comportamento e adotar estratégias positivas para melhorar o estado emocional geral.
      * Tratamento de transtornos mentais: O programa de sessões terapêuticas online tem como objetivo oferecer tratamento eficaz para uma variedade de transtornos mentais, como ansiedade, depressão, transtornos alimentares, transtornos do humor, estresse pós-traumático, entre outros. A terapia online pode ajudar os indivíduos a compreenderem as causas subjacentes de seus transtornos, desenvolverem estratégias de enfrentamento e implementarem mudanças positivas em suas vidas.
      * Apoio e aconselhamento psicológico: O programa oferece um espaço seguro para que os participantes compartilhem suas preocupações, desafios e problemas emocionais com um profissional treinado. Através das sessões terapêuticas online, os terapeutas fornecem apoio, orientação, aconselhamento e feedback construtivo para ajudar os indivíduos a desenvolverem uma compreensão mais profunda de si mesmos, a resolverem problemas e a alcançarem seus objetivos pessoais.
      * Desenvolvimento de habilidades de enfrentamento: Um objetivo fundamental do programa de sessões terapêuticas online é auxiliar os participantes a desenvolverem habilidades de enfrentamento saudáveis e eficazes. Isso envolve aprender estratégias de gerenciamento do estresse, comunicação assertiva, resolução de problemas, estabelecimento de metas, autocompaixão e outras habilidades que ajudam os indivíduos a enfrentar os desafios da vida de forma adaptativa.
  + Crescimento pessoal e autodesenvolvimento: O programa de sessões terapêuticas online busca promover o crescimento pessoal e o autodesenvolvimento dos participantes. Por meio da exploração de suas emoções, pensamentos e comportamentos, eles são incentivados a identificar seus valores, metas e aspirações, trabalhando para alcançar um maior autoconhecimento, autoconfiança e satisfação pessoal.

## ESCOPO DO PROJETO

O escopo do projeto é dividido em três fases: planejamento, execução e avaliação. Com o objetivo de apresentar um programa para que pacientes consigam agendar sessões psicológicas online, independente da sua localização, com o contexto introduzido na FATEC, onde foram analisados todos os componentes necessários para a conclusão do projeto como suas descrições, premissas, restrições e justificativa, com o intuito de estruturar como foi feito para se obter resultado correspondente ao postulado inicial de desenvolvimento de um programa em linguagem JAVA para o ambiente institucional. Prossegue abaixo a ordem em que foram analisados todos os pré-requisitos necessários para o desenvolvimento do projeto.

|  |  |
| --- | --- |
| Cliente | Paciente |
| Tipo do Projeto | Interno |
| Descrição | Uma agenda para consultas psicológicas online na Fatec, com o intuito de facilitar como agendar sessões independente da sua localização. |
| Justificativa | Com o desafio de criar um projeto no qual envolve linguagem de programação e banco de dados, tivemos o intuito de criar um programa para agendar consultas psicológicas com telas interativas e usabilidade para que qualquer pessoa consiga utilizar o programa de uma forma simples e prática. |
| Premissas | Apresentar um programa com usabilidade para o usuário.  Desenvolver a partir da linguagem  JAVA e Banco de Dados. |
| Restrições | Acesso ao programa é para pessoas que tenham o executável, não disponível em navegadores, mobiles. |

Tabela 1 – Escopo do projeto

### Cronograma

O cronograma foi dividido em tarefas, o prazo e o checklist para marcar se foram feitas conforme o prazo estabelecido, ele foi feito com o intuito de ajudar a organizar e deliberar as tarefas e estabelecer prazos para assim ter controle e conseguir entregar o projeto no prazo estabelecido, para que o grupo tivesse uma organização e controle interno de atividades e entregas.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tarefas | Prazo | Checklist |
| Definição do tema | 05/04/2023 | ☒ |
| Começo do projeto | 13/04/2023 | ☒ |
| Começo da documentação | 16/04/2023 | ☒ |
| Estrutura do projeto | 16/04/2023 | ☒ |
| Atualização da programação | 30/04/2023 | ☒ |
| Criação de telas | 03/05/2023 | ☒ |
| Criação dos requisitos | 12/05/2023 | ☒ |
| Desenvolvimento da documentação | 23/05/2023 | ☒ |
| Desenvolvimento do projeto | 26/05/2023 | ☒ |
| Criação DFD | 30/05/2023 | ☒ |
| Criação do manual do usuário | 01/05/2023 | ☒ |
| Teste final do programa | 09/06/2023 | ☒ |
| Formatação e finalização da  documentação | 09/06/2023 |  |

Tabela 2 - Cronograma

## Requisitos do Sistema

|  |  |
| --- | --- |
| Requisito |  |
| Linguagem de programação | JAVA |
| Plataformas utilizadas | Netbeans, Xampp |

Tabela 3 – Requisitos do sistema

### Requisitos Funcionais

Neste item devem ser apresentados os requisitos funcionais que especificam ações que um sistema deve ser capaz de executar, ou seja, as funções do sistema. Os requisitos funcionais geralmente são melhor descritos em diagramas de caso de uso, juntamente com o detalhamento dos atores e de cada caso de uso.

Em engenharia de software, um requisito funcional é uma especificação das funções e comportamentos esperados de um sistema de software. Esses requisitos descrevem o que o sistema deve ser capaz de fazer, as operações que ele deve executar e os resultados que ele deve produzir em resposta a entradas específicas.

Os requisitos funcionais são geralmente descritos em termos de casos de uso, que descrevem as interações entre os usuários e o sistema. Eles são utilizados para comunicar as necessidades dos usuários e as expectativas em relação ao sistema, servindo como base para o projeto, implementação e testes.

Um exemplo de requisito funcional poderia ser “O sistema deve permitir que os usuários façam login utilizando um nome de usuário e senha” ou “O sistema deve calcular automaticamente o total de uma compra com base nos itens selecionados”.

Tabela 4 – Requisitos Funcionais

Interface gráfica do usuário, Aplicativo

Descrição gerada automaticamente

### Domínio

Um requisito de domínio em engenharia de software refere-se a um requisito que está relacionado a conhecimentos específicos e características de um determinado domínio de aplicação. O domínio de aplicação representa a área ou setor em que o software será utilizado.

Os requisitos de domínio descrevem as necessidades e restrições específicas do domínio em questão, que podem incluir terminologia especializada, regras de negócio, regulamentações governamentais, práticas da indústria, fluxos de trabalho específicos, entre outros aspectos.

Esses requisitos são essenciais para entender o contexto no qual o software será aplicado e garantir que ele atenda às exigências particulares daquele domínio. Eles ajudam a garantir que o software seja desenvolvido levando em consideração as características únicas do setor em questão.

Por exemplo, se estiver sendo desenvolvido um sistema de gerenciamento de pacientes para uma clínica médica, os requisitos de domínio podem incluir a necessidade de suportar terminologia médica específica, regras de privacidade e segurança de informações de saúde, fluxos de trabalho de agendamento de consultas, entre outros aspectos relacionados à área da saúde.

Os requisitos de domínio são geralmente identificados em colaboração com especialistas do domínio, como usuários finais, especialistas do setor ou consultores, que podem fornecer insights valiosos sobre as necessidades específicas do domínio.



Tabela 5 – Domínio

1. **Análise** **e** ***Design***

Este capítulo tem como objetivo analisar e detalhar a solução do sistema de acordo com os requisitos levantados e validados no capítulo 3. Para isso, deve-se ter uma visão geral da arquitetura do sistema e a modelagem da solução do sistema através de diagramas. Para maiores detalhes pode-se consultar artefatos do RUP da fase de análise e *design*.

Com os requisitos levantados, reconhecemos que o sistema precisava e montamos de forma estratégica afim de suprir cada um dos requisitos. Pensamos em seus detalhes e qual seria a melhor forma de atender ao usuário, claro também a demenda do sistema funcinando.

### Arquitetura do Sistema

Diagrama

Descrição gerada automaticamenteFigura 1 – Arquitetura do Sistema

A arquitetura do sistema foi ideializado e montado para ser de fácil compreenção do usuário.

Foi pensado em fornecer um desempenho agradável ao ser utilizado.

Com um estrutura simples, de cliente/servidor de duas camadas, sendo elas: Camada de apresentação feita em Java Orienta a objetos (OOP) e as imagens do sistema feitas no Canvas (site de *design)*, e Camda de dados sendo o sistema de gerenciamento de banco de dados relacional o MariaDB (pelo aplicativo Xapp). Para uma demanda pequena no ínicio, foi definido que será necessário uma configuração de hardware básico para seu funcionamento.

Sua conexão usará rede local (LAN), mesmo sendo uam configuração leve os componentes poderão comunicar entre si de forma segura e eficiente. Entretanto o sistema terá um número limitado de usuários de início.

### Modelo do Domínio

Diagrama

Descrição gerada automaticamente

Figura 2 - Modelo do login do sistema

Uma imagem contendo Texto

Descrição gerada automaticamente

Figura 3 - Parte do código de login

Interface gráfica do usuário

Descrição gerada automaticamente

Figura 4 - Tela de login

Nela será possível o médico(profissional), secretária ou funcionários (assistênte etc.) poderá acessar independemente da forma de acesso.

Se for médico irá ser levado para a tela principal do médico(profissional); já se for o funcionário será levado para a tela de funcionários. Ambos teram acesso a funções, como recuperação de senha, e também a informações sobre a nossa empresa. A entrada será utilizando E-mail ou cpf e asenha escolhida.

Uma imagem contendo Calendário

Descrição gerada automaticamente

Figura 5 - Tela inícial após acesso

A tela secretária/funcionários, é composta por acesso a listas de profissonais (médicos, cuidadores etc) sendo possível verificar consultas marcadas, agendar consultas, cadastrar novo paciente, alterar cadastro tanto do paciente quanto do profissional, pesquisar pacientes, tudo isso dentro dos menus.

Interface gráfica do usuário, Texto, Aplicativo, Email

Descrição gerada automaticamente

Figura 6 - Tela de agendamento

Texto, Carta

Descrição gerada automaticamente

Figura 7 - Parte do código de cadastro

Uma imagem contendo Texto

Descrição gerada automaticamente

Figura 8 - Continuação do código de cadastro

Interface gráfica do usuário

Descrição gerada automaticamente com confiança baixa

Figura 9 - Tela de cadastro

O paciente poderá inserir seus dados, que serão salvos no Banco de dados. Os paceintes terão acesso aos seus dados e podera modifica-los também.

### Diagramas de Interação

Interface gráfica do usuário, Aplicativo

Descrição gerada automaticamente

Figura 10 - Mensagem de erro qunando alguma das informações está errada

Interface gráfica do usuário, Aplicativo, Email

Descrição gerada automaticamente

Figura 11 - Mensagem quando o login foi efetuado com sucesso

Uma imagem contendo Site

Descrição gerada automaticamente

Figura 12 - Tela onde mostra todas as opções disponíveis para o paciente

Interface gráfica do usuário, Aplicativo

Descrição gerada automaticamente

Figura 13 - Tela de consultas

Interface gráfica do usuário, Aplicativo, Email

Descrição gerada automaticamente

Figura 14 - Aviso para avisar sobre a consulta estar marcada

#### Diagrama de Seqüência

Diagrama

Descrição gerada automaticamente

*.*

Figura 15 – Diagrama de sequência

#### Diagrama de Colaboração / Comunicação

Diagrama

Descrição gerada automaticamente

Figura 16 – Diagrama de comunicação

O que está sendo representado no diagrama o corre com dos dados inseridos pelo usuário, seja nome, endereço, telefone, cpf ou crm etc, a apenas o compo e parte do método irão mudar para atender o que foi solicitado e preenchido.

### Diagrama de Classes

Diagrama

Descrição gerada automaticamente

Figura 17 – Diagrama de classes

### Diagrama de Atividades

*Diagrama

Descrição gerada automaticamente*

Figura 18 – Diagrama de atividades

### Diagrama de Estados

Mapa com linhas pretas em fundo branco

Descrição gerada automaticamente

Figura 18 - Estado inicial do sistema

Quando está no estado de Aguradando agendamento, o sistema está esperando um usuário solicitar o agendamentode uma consulta, ficando nesse estado até receber a solicitação.

Ao receber a solicitação de agendamento, o sistema verifica a disponibilidade do médico, caso positivo ele avança de estado, caso contrário retorna ao Aguardando agendamento. Mas se for confirmado ele registra a informação da consulta/atendimento no banco de dados, exibindo uma mensagem de sucesso para o usuário, sendo assim a consulta agendada.

Caso o usuário cancelar o agendamendo, o sistema adere a esse estado, a consulta é removida do banco de dados e uma mensagem de cancelamento é exibida ao usuário.

Pode ocorrer também que a consulta tenha que ser reagendada, o sistema então passa a ter esse estado, msotrando ao usuário opções para nova data e hora, voltando então para o estado de Agendamento concluido. E ao final de todos os estados ele volta para o esta inicial e continua em uma espécie de ciclo.

### 4.7 Diagrama de Componentes

*Diagrama, Esquemático

Descrição gerada automaticamente*

Figura 19 – Diagrama de componentes

Agenda médica é principal componente do sistema, responsável por gerir todas as funcionalidades relacionadas à agenda médica. Seus subcomponentes são: Agendamento, consulta e recursos.

Agendamento é resposável por ligar a criação e gerenciamento de agendamentos médicos, tendo como subcomponetes calendário, disponibilidade e conflito.

Consulta trata das informações das consultas médicas, como histórico do paciente, receitas e resultado de exames, nele é incluso os subcomponentes: paciente, médico e receita.

Médico representa os médicos que realizam as consultas. Incluindo informações como nome, especialidade, horários de trabalho etc.

Receita gerência as informações dasd prescrições médicas, sendo eles: medicamentos, dosagens período de tratamento etc.

Disponibilidade está ligado a disponibilidade dos médicos e recursos para agendamento médico, afim de evitar conflitos de horários.

Conflito verifica se há algum conflito de horário entre agendamentos médicos, recursos ou médicos.

## Conclusão

Em conclusão, uma agenda para terapia psicológica desempenha um papel fundamental na organização e no sucesso do processo terapêutico. Através de uma agenda cuidadosamente planejada, terapeutas e clientes podem maximizar os benefícios da terapia, estabelecendo uma estrutura clara e consistente para as sessões.

Uma agenda bem definida permite que o terapeuta e o cliente estabeleçam metas e objetivos claros, priorizem os assuntos a serem discutidos e garantam que todos os tópicos importantes sejam abordados dentro do tempo disponível. Além disso, a agenda ajuda a manter o foco durante as sessões, evitando divagações desnecessárias e promovendo uma discussão mais direcionada aos temas relevantes.

Uma agenda também desempenha um papel importante no planejamento do tratamento a longo prazo. Ao agendar sessões futuras, o terapeuta e o cliente podem garantir que haja continuidade no processo terapêutico, permitindo que o trabalho progrida de forma consistente e que sejam alcançados os resultados desejados.

Além disso, a agenda pode ajudar a gerenciar o tempo de forma eficiente, garantindo que cada sessão seja utilizada da melhor maneira possível. Ela permite que o terapeuta gerencie os horários de maneira adequada, evitando atrasos e permitindo um tempo adequado para cada cliente.

Por fim, a agenda para terapia psicológica promove a responsabilidade mútua entre o terapeuta e o cliente. Ao estabelecer um cronograma de sessões e metas a serem cumpridas, ambos se comprometem a trabalhar juntos para alcançar os resultados desejados. Isso fortalece a parceria terapêutica e aumenta as chances de sucesso no tratamento.

Em resumo, uma agenda para terapia psicológica é uma ferramenta valiosa que pode otimizar o processo terapêutico, fornecendo estrutura, foco e planejamento apropriado. Através dela, terapeuta e cliente podem colaborar efetivamente, promovendo um ambiente propício para o crescimento, a cura e a conquista dos objetivos estabelecidos.