**Consulta (30/06/2021)**

* Tenho me cobrado muito
* Questão de estudo e trabalho
* Estou muito insatisfeita no lugar que eu trabalho
* O que eu busco com a terapia: tenho dificuldade de me abrir, tem outras coisas que está me incomodando
* Pensamento acelerado
* Desconfiança do pai 🡪 penso que meu pai está se encontrando com uma pessoa

**Sessão (07/07/2021)**

* Paciente está bem
* Fico remoendo as coisas 🡪 coisas que ocorreram no passado 🡪 tentava ser prestativa
* Ser adulta é muito ruim
* Depois do ensino médio só vem cobrança
* Eu queria ter mais coisas e nem sei se vou ter
* Item 1 – 2
* Item 2 – 1
* Item 3 – 1
* Item 4 – 3
* Item 5 – 1
* Item 6 – 1
* Item 7 – 5
* Item 8 – 5
* Item 9 – 4
* Item 10 – 5
* Item 11 – 5
* Item 12 – 3

Sessão (28/07/2021)

* Estou me sentindo sem direção do que vou fazer agora
* Cria expectativa e falhamos
* Crença de incapacidade

Sessão (04/08/2021)

* Sinto vontade de chorar frequentemente 🡪 tem sido dias difíceis
* Acordei com o coração acelerado

Sessão (11/08/2021)

* Paciente está tranquila
* Não tolero fracassar
* Não tolero que alguém pense mal de mim
* É importante ter todas as informações
* Eu não deveria ficar deprimido
* Penso demais, eu não faço

Sessão (18/08/2021)

* Paciente está com a saúde mental perfeita

Sessão (25/08/2021)

* Estou tentando ficar bem
* Será que não seria melhor partir
* Auto estima 🡪 como melhorar

Sessão (01/09/2021)

* Me importo muito com coisas pequenas
* Dou muito importância a coisas pequenas
* Sou como uma esponjinha
* Fico pilhada
* Tudo ele tá envolvido
* Fazemos tudo juntos
* Estou sempre me importando com a vida dele

Sessão (08/09/2021)

* Paciente está de boas

Sessão (17/09/2021)

* Sou muito ligada ao passado
* Tenho que estar com todo mundo

Sessão (24/09/2021)

* Pensando demais no dia de amanhã
* Hoje estou triste pelo que aconteceu ontem
* Sou muito desconfiada 🡪 não confio no meu namorado
* Amizade que não gosto do meu namorado
* Olhar de pena

Sessão (01/10/2021)

* Paciente está bem

Sessão (15/10/2021)

* Não deu certo fazer o concurso

Sessão (22/10/2021)

* Paciente está bem

Sessão (29/10/2021)

* Meu namorado mentiu pra mim e me fez passar por culpada

**Sessão (05/11/2021)**

* Paciente está bem
* Paciente falando do namorado

**Sessão (12/11/2021)**

* Paciente está bem
* Disse que está muito Zeen

**Sessão (19/11/2021)**

* Paciente está bem
* Escola na infância 🡪 sempre muito retraída
* Mãe muito severa

**Sessão (03/12/2021)**

* Problemas do dia a dia que fazem que eu não fique bem
* Estou me sentindo angustia

**Sessão (10/12/2021)**

* Paciente está bem

**Sessão (26/09/2022)**

* 30 anos
* Penso demais no outro
* Tem dias que dá vontade de chorar por causa dos problemas
* Acho que parei no tempo... de uns três anos pra cá
* Pego dos outros para resolver