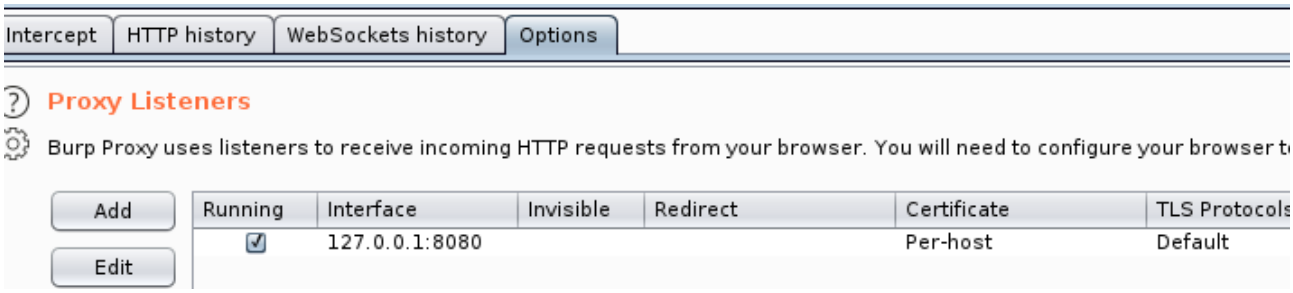
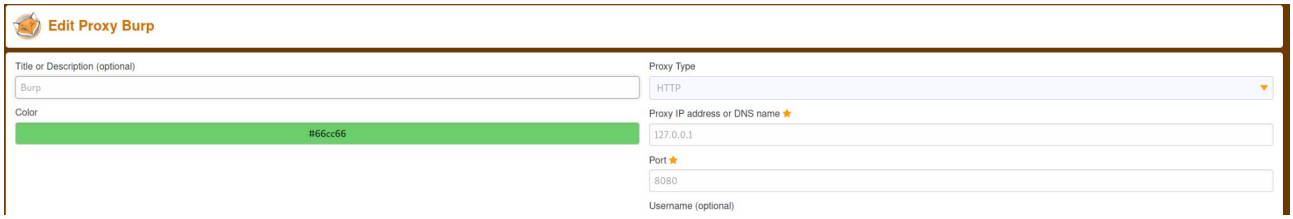
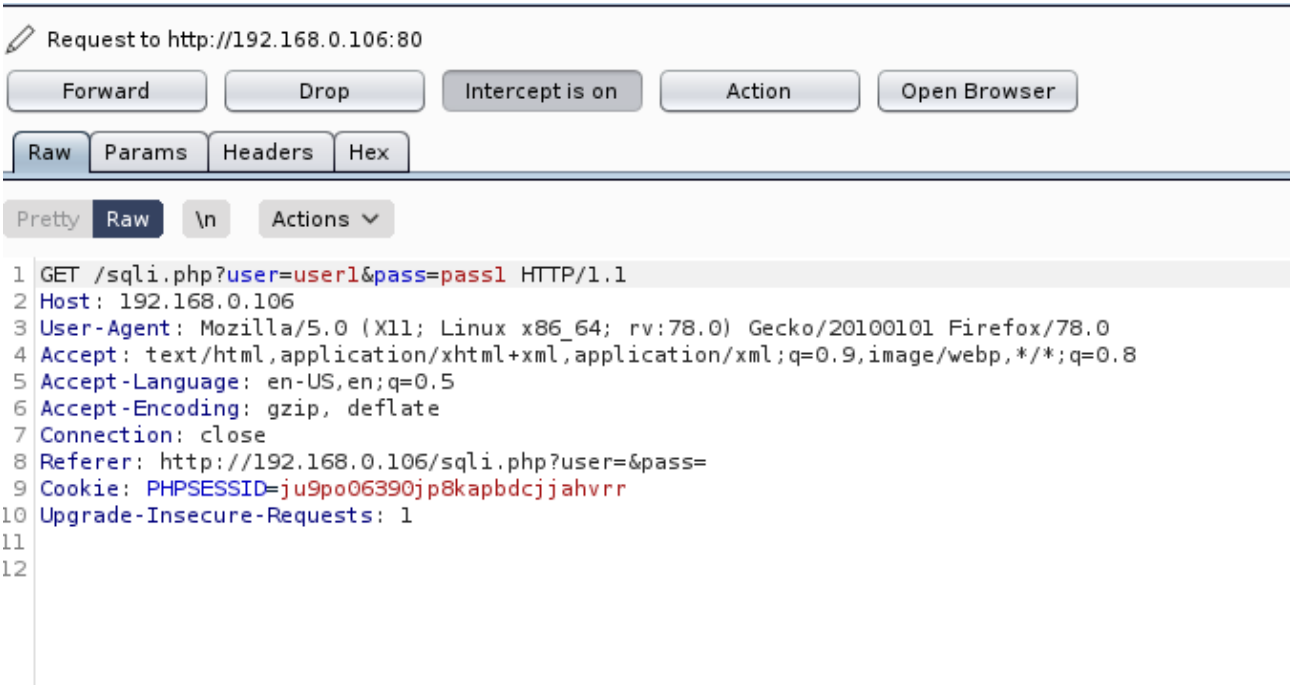
Voy a usar Burp en vez de ZAP ya que me parece mas sencillo de usar. En Kali Linux viene instalado por defecto. Lo unico extra que habria que hacer es instalar FoxyProxy para asi poder hacer switch entre intercept o navegar normalmente sin tener que cambiar la configuracion entera del navegador



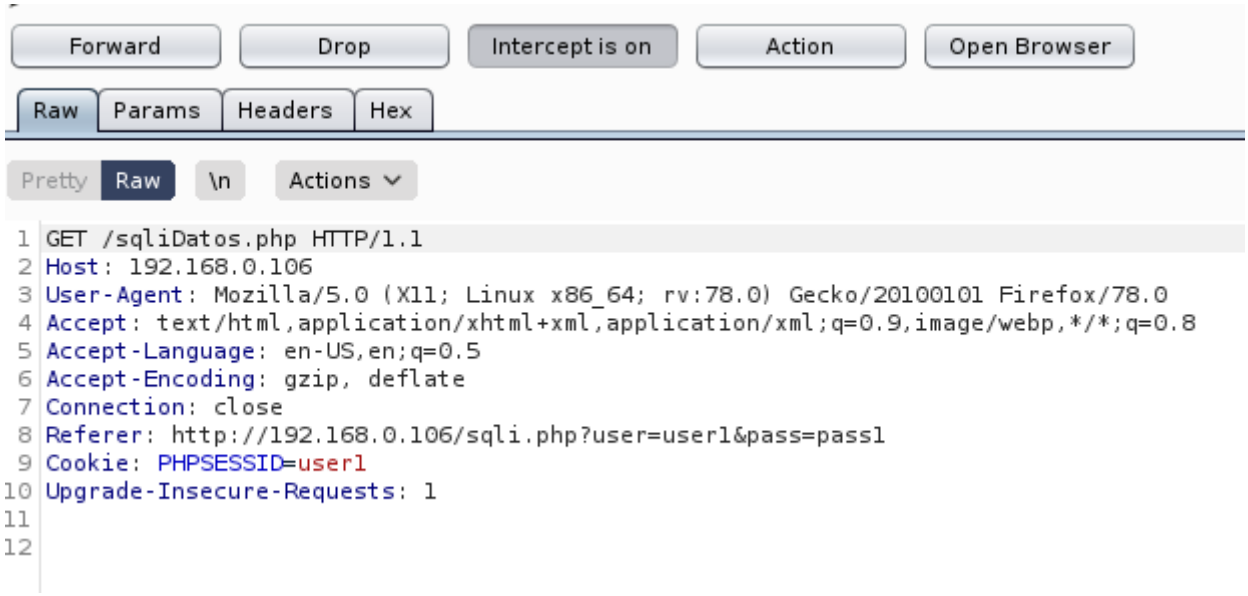
Burp tiene que escuchar en el puerto 8080 por ejemplo, en localhost.
FoxyProxy del mismo modo va a hacer un proxy de las requests a dicho puerto en el que escucha Burp



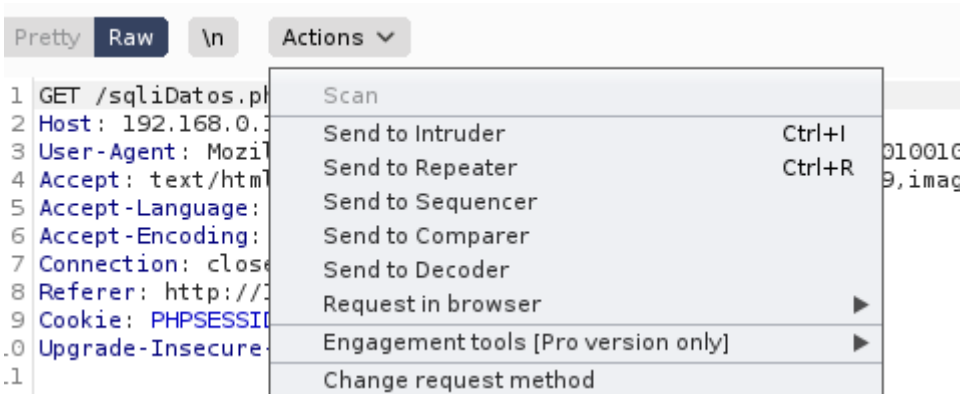
Esa es la request para entrar en el login



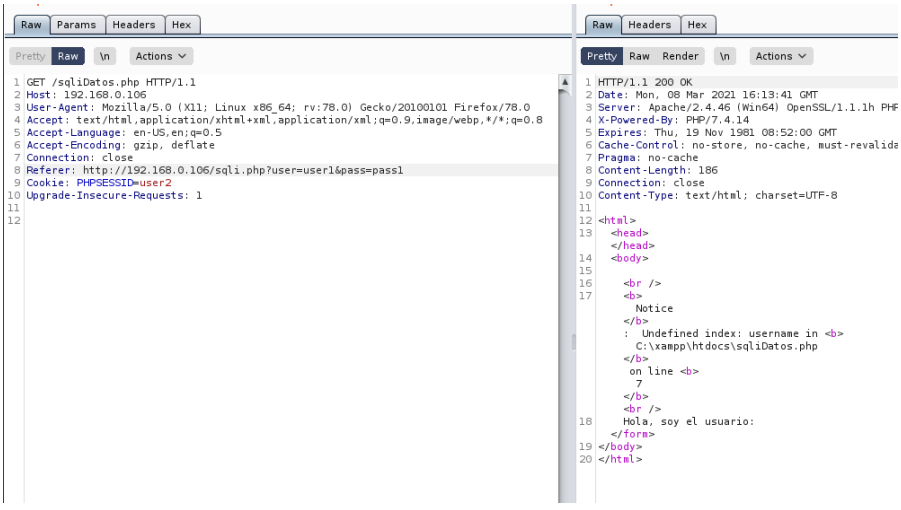
Obteniendo el PHPSESSID en la pagina de datos



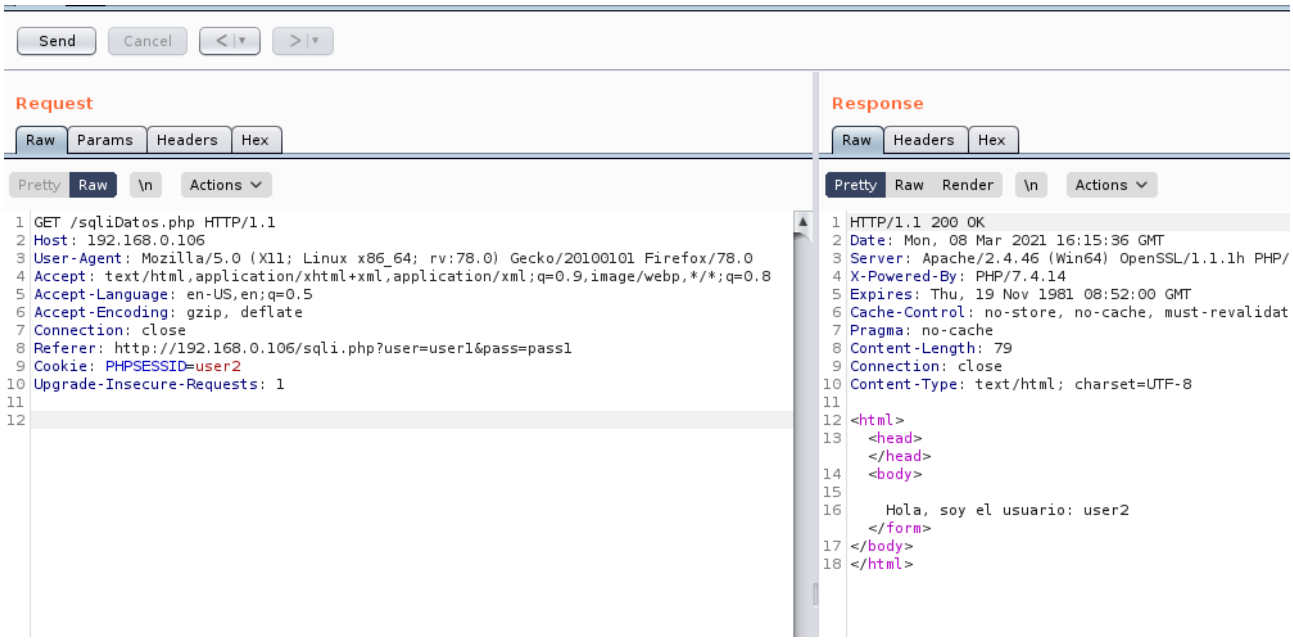
Mando la request al repeater



Modifico el valor de session



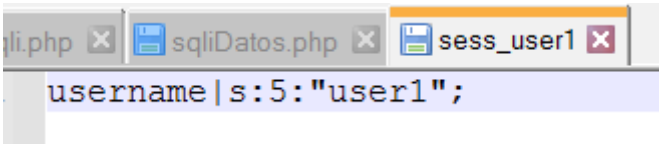
Como se aprecia, no se obtiene. Esto es porque al no haber accedido todavia el usuario2, no hay ningun archivo de sesion creado en el servidor, por lo que logueo una vez como usuario2 y a continuacion hago la misma request de la ultima imagen, esta vez si obteniendo el resultado esperado



Para saber como tratar las sesiones hay que conocerlas a bajo nivel. Se guardan por defecto en la carpeta tmp y tienen este aspecto

ibAA81.tmp	3/8/2021 8:08 AM	TMP File	0 KB
ibAA82.tmp	3/8/2021 8:08 AM	TMP File	0 KB
ibAA83.tmp	3/8/2021 8:08 AM	TMP File	0 KB
ibAAA3.tmp	3/8/2021 8:08 AM	TMP File	0 KB
sess_7ol86ed5vpvo3pofijkebns31b	3/8/2021 8:00 AM	File	0 KB
sess_9m6nl6gj1prbgm8blphp1frrd6	3/3/2021 12:35 PM	File	0 KB
sess_9m8fto3hs0fivq8ap38025j58b	3/3/2021 6:34 PM	File	0 KB
sess_artqc0sh5ntnqdgvhrksqut2m7	3/3/2021 6:36 PM	File	12 KB
sess_b8dpu7cepcl5rs6qrq72enst05	3/3/2021 6:40 PM	File	0 KB
sess_e6d1asri2iccl5mbt7vfj6ult4	2/15/2021 9:21 AM	File	6 KB
sess_ju9po06390jp8kapbdcjjahvrr	3/8/2021 7:45 AM	File	0 KB
sess_mhnprh8l9ur572os0mue0be37d	2/15/2021 9:20 AM	File	1 KB
sess_o3kmceqva3mbuvdtgfr2kvgg5o	3/8/2021 9:51 AM	File	10 KB
sess_ocaunsco6iqfe72snv10g9kigb	3/8/2021 7:48 AM	File	0 KB
sess_s79c486uoetn5dduoj4fqr740e	2/15/2021 9:21 AM	File	4 KB
sess_user1	3/8/2021 8:15 AM	File	1 KB
sess_user2	3/8/2021 8:15 AM	File	1 KB
sess_user3	3/8/2021 8:12 AM	File	0 KB
why.tmp	3/30/2013 5:29 AM	TMP File	1 KB

Como se puede observar, por defecto se nombran con sess_($SESSION value), y el contenido interno es este



Las sesiones no tienen por que guardarse en el propio servidor en forma de archivos (lo cual tarda bastante debido a la velocidad de I/O del almacenamiento). En produccion y sistemas reales se suelen guardar en servidores como Redis o MemCached en forma de key-value en memoria RAM.