Nota de sesión de arteterapia

Cliente | Fecha | Sesión núm.

1. Contexto breve

Con qué llegó el cliente, hechos clave.

2. Temas y afectos principales

Temas, emociones y reacciones corporales mencionados en la sesión.

3. La imagen y el proceso creativo

Materiales, cómo se hizo la obra, implicación o evitación. El proceso, no solo el resultado.

4. Imágenes y su significado para el cliente

Imágenes, colores y composición como los describe el cliente. Sin significados del terapeuta.

5. Reflexión y vínculos con la vida

El título que el cliente dio a la obra, lo que notó y el vínculo con su vida.

6. Afecto a través de la obra

Qué sentimiento apareció en la obra y si cambió, con palabras del cliente.

7. Acuerdos y tarea

Tareas y observaciones hasta la próxima sesión.

8. Riesgos

Solo las señales que surgieron. Vacío si no hubo.

9. Rasgos del habla y del pensamiento

Lo notable en la forma de hablar. Suele quedar vacío.

10. Plan de la próxima sesión

A qué volver.

Nota de sesión de arteterapia: ejemplo completo

Cliente Ana, 34 (ficticia) | Fecha 12/11 | Sesión núm. 4

1. Contexto breve

Llegó tras un conflicto con su jefe y duerme mal desde hace una semana.

2. Temas y afectos principales

Ansiedad → "se me aprieta el pecho antes de las juntas".

3. La imagen y el proceso creativo

Empezó con trazos pequeños de lápiz, **luego pasó a los pasteles** y presionó fuerte.

4. Imágenes y su significado para el cliente

Una pila gris de papeles y una figura pequeña en el rincón: "esa soy yo junto al informe".

5. Reflexión y vínculos con la vida

La tituló **"Cinco veces"**: "veo cuánto espacio ocupa el informe".

6. Afecto a través de la obra

Ansiedad en la presión fuerte, **tras añadir una ventana**: "se respira mejor", de 7 a 4.

7. Acuerdos y tarea

Un dibujo pequeño tras un día difícil, sin juzgarlo.

8. Riesgos

No se mencionaron.

9. Rasgos del habla y del pensamiento

Sin observaciones.

10. Plan de la próxima sesión

Volver al dibujo: qué necesita la figura pequeña.