Nota de sesión de psicoanálisis

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. Material de la sesión con palabras del cliente
Lo que dijo el cliente, en el orden de la sesión, con sus palabras y sin conclusiones.

4. Conflictos inconscientes y pulsiones
Un deseo o un conflicto que se transparentó en el material, como hipótesis.

5. Transferencia y resistencia
Lo que se jugó con el analista y cómo se evitó el material.

6. Sueños y asociaciones libres
El sueño o el lapsus tal como se contó, y después las asociaciones del cliente, por separado.

7. Defensas y repetición
Qué defensa o patrón repetitivo mantuvo el material fuera de la conciencia.

8. Elaboración
Dónde lo actuado pasó a ser recordado y asumido, y hasta dónde avanzó.

9. Acuerdos y tarea
Tareas y observaciones hasta la próxima sesión.

10. Riesgos
Solo las señales que surgieron. Vacío si no hubo.

11. Rasgos del habla y del pensamiento
Lo notable en la forma de hablar. Suele quedar vacío.

12. Plan de la próxima sesión
A qué volver.

Nota de sesión de psicoanálisis: 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. Material de la sesión con palabras del cliente

Sobre la junta → **"sigo esperando que me pille en un error"**.

4. Conflictos inconscientes y pulsiones

Deseo de destacar y miedo al castigo por ello → **posible conflicto en torno a la ambición**.

5. Transferencia y resistencia

Se disculpa por llegar dos minutos tarde → **espera un reproche, como del jefe**.

6. Sueños y asociaciones libres

Sueño de un examen sin respuestas → **"como el informe que no puedo dejar de revisar"**.

7. Defensas y repetición

Revisa una y otra vez → "en el colegio era igual antes de cada examen".

8. Elaboración

Ella misma vincula la revisión con los exámenes del colegio → **en proceso**.

9. Acuerdos y tarea

Sin tareas: el encuadre sigue igual, dos sesiones por semana.

10. Riesgos

No se mencionaron.

11. Rasgos del habla y del pensamiento

Sin observaciones.

12. Plan de la próxima sesión

Volver al sueño del examen y a la disculpa por llegar tarde.