Nota de sesión de psicodrama

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. Escena y roles
La escena que montó el protagonista y quién fue colocado en ella, con sus palabras.

4. Dramatización y técnicas
Técnicas usadas y lo que abrieron en la acción.

5. Compartir, salida del rol y lo que se lleva
El compartir del grupo, la salida de los roles y lo que conserva el protagonista.

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

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

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

9. Plan de la próxima sesión
A qué volver.

Nota de sesión de psicodrama: 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. Escena y roles

Junta de planificación del lunes → un miembro del grupo como el jefe, una silla vacía para "el informe".

4. Dramatización y técnicas

Inversión de roles con el jefe → "desde aquí solo parece una pregunta sobre plazos".

5. Compartir, salida del rol y lo que se lleva

Dos miembros compartieron el mismo miedo → **"puedo revisarlo una vez y entregarlo"**.

6. Acuerdos y tarea

Antes de la junta → recordar el lugar del jefe en la escena y notar el pecho.

7. Riesgos

No se mencionaron.

8. Rasgos del habla y del pensamiento

Sin observaciones.

9. Plan de la próxima sesión

Si vuelve a ser protagonista: la escena de la noche con el informe, **doblaje** del crítico interno.