# Note de séance en ACP

Patient | Date | Séance n°

## 1. Bref contexte

Ce avec quoi la patiente est venue, les événements clés.

## 2. Thèmes principaux et affects

Thèmes, émotions et réactions du corps nommés en séance.

## 3. Attitudes du thérapeute et réponse de la patiente

Comment se sont passées l'empathie, la congruence et la considération : votre reformulation et la façon dont la patiente l'a reçue.

## 4. Incongruence et conditions de valeur

Une règle de valeur empruntée aux autres, ou un écart entre l'image de soi et le vécu.

## 5. Vécu et expérience organismique

Les moments de sens ressenti dans le corps et de confiance en lui.

## 6. Lieu d'évaluation et mouvement

D'où la patiente tire sa mesure d'elle-même, et tout déplacement.

## 7. Accords et exercices entre les séances

Tâches et observations jusqu'à la prochaine séance.

## 8. Risques

Seulement les signaux évoqués. Vide s'il n'y en a pas.

## 9. Particularités du discours et de la pensée

Ce qui est notable dans la forme du discours. Souvent vide.

## 10. Plan de la prochaine séance

Ce sur quoi revenir.

# Note de séance en ACP: exemple rempli

Patient Anna, 34 ans (fictive) | Date 12/11 | Séance n° 4

## 1. Bref contexte

Vient après un conflit avec son responsable, dort mal depuis une semaine.

## 2. Thèmes principaux et affects

**Anxiété** → « la poitrine se serre avant les réunions de planning ».

## 3. Attitudes du thérapeute et réponse de la patiente

Reformulé « vous êtes fatiguée d'être sur vos gardes » → **« oui, c'est exactement ça »**, elle ralentit.

## 4. Incongruence et conditions de valeur

**« Je ne vaux quelque chose que si je ne fais aucune erreur »** → et pourtant elle est épuisée.

## 5. Vécu et expérience organismique

Reste avec la tension dans la poitrine → **« ce n'est pas de la peur, c'est que je suis fatiguée »**.

## 6. Lieu d'évaluation et mouvement

De « qu'est-ce qu'il va penser » → **« je sais que le rapport est bon »** : un pas vers l'intérieur.

## 7. Accords et exercices entre les séances

**Aucune tâche** : elle a décidé elle-même de remarquer quand elle vérifie pour son responsable, pas pour elle.

## 8. Risques

Aucun évoqué.

## 9. Particularités du discours et de la pensée

Aucune relevée.

## 10. Plan de la prochaine séance

Suivre ce qu'elle apporte, rester avec la fatigue si elle revient.