Note de séance en psychanalyse

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. Matériel de la séance avec les mots de la patiente
Ce que la patiente a dit, dans l'ordre de la séance, avec ses mots, sans conclusions.

4. Conflits inconscients et pulsions
Un désir ou un conflit qui transparaît dans le matériel, sous forme d'hypothèse.

5. Transfert et résistance
Ce qui s'est joué avec l'analyste et comment le matériel a été évité.

6. Rêves et associations libres
Le rêve ou le lapsus tel que raconté, puis les associations de la patiente, séparément.

7. Défenses et répétition
Quelle défense ou quel schéma répétitif a tenu le matériel hors de la conscience.

8. Élaboration
Où ce qui était agi est devenu remémoré et assumé, et jusqu'où cela a avancé.

9. Accords et exercices entre les séances
Tâches et observations jusqu'à la prochaine séance.

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

11. Particularités du discours et de la pensée
Ce qui est notable dans la forme du discours. Souvent vide.

12. Plan de la prochaine séance
Ce sur quoi revenir.

Note de séance en psychanalyse: 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. Matériel de la séance avec les mots de la patiente

À propos de la réunion de planning → **« je guette toujours le moment où il va me prendre en défaut »**.

4. Conflits inconscients et pulsions

Un désir de se distinguer et la peur d'être punie pour cela → **un possible conflit autour de l'ambition**.

5. Transfert et résistance

S'excuse pour deux minutes de retard → **s'attend à un reproche, comme de la part de son responsable**.

6. Rêves et associations libres

Rêve d'un examen sans réponses → **« comme le rapport que je ne peux pas m'empêcher de vérifier »**.

7. Défenses et répétition

Vérifie encore et encore → « c'était pareil à l'école avant chaque contrôle ».

8. Élaboration

Relie elle-même la vérification aux contrôles de l'école → **en cours**.

9. Accords et exercices entre les séances

Aucune tâche : le cadre reste le même, deux séances par semaine.

10. Risques

Aucun évoqué.

11. Particularités du discours et de la pensée

Aucune relevée.

12. Plan de la prochaine séance

Revenir au rêve de l'examen et aux excuses pour le retard.