# Протокол сесії психодинамічної терапії

Клієнт | Дата | Сесія №

## 1. Короткий контекст

З чим прийшов клієнт, ключові події.

## 2. Провідні теми й афекти

Теми, почуття і тілесні реакції, названі на сесії.

## 3. Матеріал сесії словами клієнта

Що сказав клієнт, у порядку сесії, його словами, без висновків.

## 4. Патерн стосунків: бажання, відповідь іншого, відповідь себе

Тема, що повторюється у стосунках, трьома окремими частинами.

## 5. Захисти та опір

Як обминався важкий матеріал, обережна гіпотеза з цитатою.

## 6. Перенос і контрперенос

Що розігралося з терапевтом, і ваші власні реакції як матеріал.

## 7. Афект, який стримується

Почуття під захистом: як його стримували і де воно прорвалося.

## 8. Домовленості та домашня робота

Завдання і спостереження до наступної зустрічі.

## 9. Ризики

Лише сигнали, що прозвучали. Порожньо, якщо не було.

## 10. Особливості мовлення і мислення

Помітне у формі мовлення. Зазвичай порожньо.

## 11. План наступної сесії

До чого повернутися.

# Протокол сесії психодинамічної терапії: зразок заповнення

Клієнт Анна, 34 (вигадана) | Дата 12.11 | Сесія № 4

## 1. Короткий контекст

Прийшла після конфлікту з керівником, тиждень погано спить.

## 2. Провідні теми й афекти

**Тривога** → «стискає в грудях перед нарадою».

## 3. Матеріал сесії словами клієнта

Перед нарадою → **«сиджу і чекаю, що він знайде помилку»**.

## 4. Патерн стосунків: бажання, відповідь іншого, відповідь себе

Хоче, щоб її цінували → **очікує критики від керівника** → перевіряє все й мовчить.

## 5. Захисти та опір

На питання про почуття докладно описує звіт → **схоже на інтелектуалізацію**.

## 6. Перенос і контрперенос

Двічі питає, чи «правильно говорить» → **той самий страх оцінки, що й перед керівником**.

## 7. Афект, який стримується

**Злість на керівника** → «ні, я не злюся, просто втомилася», голос тремтить.

## 8. Домовленості та домашня робота

**Без завдань**: щотижневі сесії в той самий час, наступна у вівторок.

## 9. Ризики

Не звучали.

## 10. Особливості мовлення і мислення

Не відзначено.

## 11. План наступної сесії

Повернутися до злості на керівника і страху оцінки тут, на сесії.