

Escritura de Observaciones clínicas **sin perderte en los detalles.**

¿Por qué esta guía?

Escribir después de una sesión puede volverse una trampa: o registramos absolutamente todo reduciendo la escucha y perdiéndonos entre palabras, o anotamos tan poco que luego no entendemos nada.

Esta guía nace de esa incomodidad.

Para quienes alguna vez se preguntaron:

- ¿Qué vale la pena escribir?
- ¿Qué necesito dejar asentado y qué puedo dejar pasar?
- ¿Cómo sintetizar sin desdibujar lo importante?



1. ¿Qué hace que una observación sea clínica?

Una observación clínica es algo más que “lo que pasó”. Tiene un recorte, una intención. Selecciona hechos, modos de decir, silencios, gestos, contradicciones, resonancias.

Algunas claves para pensarla:

- a) Escribo para entender lo que estoy viendo.
- b) Escribo para acompañar lo que voy a intervenir.
- c) Escribo para no olvidarme de lo que me generó ruido.

Tip: Si no sabes por dónde empezar, prueba preguntarte:

- ¿Qué me llamó la atención en la sesión?
- ¿Qué escena se me quedó repitiendo en la cabeza después?

2. Tres criterios posibles para seleccionar qué escribir

Criterio	¿Por qué es importante?	Ejemplo
Aspectos reiterativos	Lo que aparece una y otra vez puede estar hablando de algo que no logra ser elaborado.	“Tercera sesión consecutiva donde menciona ‘estar cansada de todo’ al final.”
Momentos de tensión o quiebre emocional	Señalan lugares donde se juega algo del conflicto central.	“Se angustia notablemente al hablar del hermano, cambia el tono de voz.”
Intervenciones que marcaron un cambio	Sirve para evaluar tu propia dirección clínica.	“Le devuelvo que quizás no logra enojarse, se queda en silencio. A la siguiente sesión vuelve sobre esa frase.”

3. Cómo escribir sin perderte en los detalles

- **Usa frases breves:** No hace falta escribir como si fuera una narrativa extensa.
- **Separa en ítems:** Puedes usar viñetas o subtítulos para cada fragmento (Inicio de sesión / Intervención clave / Cambio en el discurso / Cierre).
- **Evita generalizaciones sin ejemplos:** En vez de “se mostró nerviosa”, prueba “evitaba el contacto visual y se reía en momentos que no lo ameritaban”.

4. ¿Qué pasa con lo que me pasa a mí?

Tus resonancias también son parte de la clínica. Anotalas, aunque sea aparte. Pueden ser brújula o advertencia.

“Sentí impaciencia durante el relato, como si quisiera que termine ya.”

“Me vino una imagen de mi propia hermana cuando hablaba.”

Esto puede ayudarte a identificar zonas de transferencia, contratransferencia o puntos ciegos.

5. Plantilla breve para organizar tus observaciones

Podes armar tu propio modelo o inspirarte en esta estructura editable:

- Fecha y número de sesión
- Motivo de consulta (actualización si hubo cambios)
- Observaciones clínicas relevantes
- Intervenciones realizadas y efectos percibidos
- Hipótesis o líneas de sentido que aparecen
- Próximos focos de trabajo posibles

La escritura clínica no es un acto burocrático. Es una herramienta viva, que te ayuda a mirar, a pensar, a volver.

Esta guía no busca darte una receta, sino abrir preguntas:

- ¿Qué necesitas mirar hoy para que ese caso no se vuelva rutina?
- ¿Qué de lo que escribís te ayuda a entender más a tu paciente... y qué te ayuda a entenderte como terapeuta?

**Únete a nuestra comunidad y
accede a recursos gratuitos**

HACE CLICK!



**SOMOS PSICO - Academia by Centro
PsicoSol**

WhatsApp Group Invite

 [WhatsApp.com](https://www.whatsapp.com)

www.centropsicosol.com

[@comunidadsomopsico](#) | [@psico.solb](#)

somopsico@centropsicosol.com