|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Fátima Castellanos | | | |
| **Iniciales del paciente** | H.G.M.M. | | | |
| **Fecha del plan** | 07-08-2021 | **N°. de sesión** | | 2 |
| **Objetivo general** | Disminuir la sintomatología de una mujer de 32 años con trastorno de ansiedad generalizada y ataques de pánico. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Indagar en la intensidad, frecuencia, contexto y solución que la paciente presentó respecto a la sintomatología de ansiedad y ataques de pánico durante el tiempo sin atención terapéutica.  Igualmente, profundizar en el concepto de sí misma por medio del cuestionario de Autoestima de Sorensen. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Identificar y localizar las situaciones que le generan ansiedad, estrés, tristeza o cualquier emoción o pensamiento desagradable.  Autorregistro: herramienta que permite tomar conciencia sobre cómo actúa en determinada situación o qué suceso desencadena ciertos síntomas. Tal como, generar respuestas alternativas evitando actuar de modo impulsivo.  Cuestionario Autoestima de Sorensen: evaluación del grado de autoestima de la persona. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo (5 min.):** Conectarse por medio de la plataforma *OliviaHealth,* recibir a la paciente realizándole preguntas sobre su día y cómo se sintió en el tiempo que no llevo sesiones terapéuticas. 2. **Desarrollo de la Sesión (40 min.):** Se le indicará a la paciente que se completará la entrevista de la sesión pasada, con el fin de recopilar los datos faltantes.   Seguidamente, se hará uso de un registro de sintomatología de ansiedad y ataques de pánico, donde se profundizará en sus síntomas actuales o nuevos que hayan surgido en el tiempo sin atención terapéutica. Igualmente, se recapitularán las técnicas instruidas en el semestre pasado, en caso la paciente haya olvidado cómo realizarlas.   1. **Cierre (10 min**.): Se le agradecerá su cooperación y se le cuestionará si tiene alguna duda sobre la clínica o de algo más que necesite. De igual forma, se realizará una retroalimentación sobre cómo se trabajará. 2. **Despedida (5 min.):** Se despedirá amablemente a la paciente, se le agradecerá por su tiempo, y de igual modo, se le indicará que cualquier duda pueden consultar a la clínica o conmigo. | | | Lápiz  Lapicero  Expediente clínico  Registro de sintomatología de ansiedad  Cuestionario de autoestima de sorensen | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Realizar las técnicas nuevamente instruidas, al igual que rellenar el registro en su semana, con el fin de analizar la intensidad, frecuencia, contexto y la capacidad de evocar las técnicas. | | | Autorregistro de sintomatología de ansiedad | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Cuestionario Autoestima de Sorensen: evaluación del grado de autoestima de la persona.  Identificar y localizar las situaciones que le generan ansiedad, estrés, tristeza o cualquier emoción o pensamiento desagradable.  Autorregistro: herramienta que permite tomar conciencia sobre cómo actúa en determinada situación o qué suceso desencadena ciertos síntomas. Tal como, generar respuestas alternativas evitando actuar de modo impulsivo. | | | | |