|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Gabriela Castillo | | | |
| **Iniciales del paciente** | C.S.Z.B. | | | |
| **Fecha del plan** | 16/04/21 | **N°. de sesión** | | 16 |
| **Objetivo general** | Disminuir los rasgos distímicos en una mujer de 49 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Trabajar en el cierre de los sentimientos de frustración generados por una ruptura de pareja y una insatisfacción marital por medio de la reformulación de problemas. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Racionalización  Empatía  Tolerancia a la frustración | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| Saludo  Desarrollo de la sesión:   * Experimento emocional: La paciente busca cerrar una de las situaciones que le genera más descontrol emocional el sentir que debe terminar la relación con su esposo y extrañar a su ex pareja, y los sentimientos de frustración, enojo y tristeza que le trae la relación con su esposo. A partir de esta, se utilizará el acceso a la emoción para identificar y comprender qué distorsiones cognitivas hacen que la paciente no se sienta a gusto y tome responsabilidad de sus propias reacciones y emociones (15 min). * Reformular el problema en términos relacionales: ofrecer una visión alternativa del problema que implica a la paciente y a sus familiares en su resolución. El trabajo estructural se realiza en el aquí y el ahora. Introducir cambios en la visión de la estructura familiar escenificando la aparición de interacciones problemáticas con las que trabajar. Una vez que la secuencia del problema se produce, reestructurar límites y cambiar alianzas, modificar secuencias, y redistribuir el poder hacia la paciente (35 min).   Cierre  Despedida (5 min) | | |  | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Ventilación escrita: se escribirán dos cartas, una para su ex pareja y otra para su esposo. En la carta para su ex pareja, debe escribir las cosas que le gustaría que pudiera decirle a su pareja pero que no puede, para conseguir el cierre que necesita. En la carta para su esposo, escribir las cosas que le molestan de él o de la relación, y si, durante la sesión se logra llegar a una conclusión de cómo quiere proceder en su matrimonio, ordenar sus ideas para poder comunicarle a su esposo cómo abordar las molestias que siente. | | | Papel y lápiz | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se utilizará el formato designado para evaluar el examen del estado mental del entrevistado. Este abarca las áreas de aspecto general y conducta, características del lenguaje, estado de ánimo y afecto, contenido del pensamiento, funcionamiento sensorial y motor, funcionamiento cognoscitivo. | | | | |