|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Monica Janeth Gómez Ramírez | | | |
| **Iniciales del paciente** | 1. V. | | | |
| **Fecha del plan** | 6 de febrero de 2021 | **N°. de sesión** | | 7 |
| **Objetivo general** | Disminuir rasgos de depresión ligera como consecuencia de un duelo no resuelto en una adolescente de 14 años de edad. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Trabajar el duelo no resuelto de la paciente por medio de un cuadro de reestructuración cognitiva. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Emocional:  Se analizarán a profundidad los sentimientos que la paciente posee con respecto a la pérdida tanto de la figura paterna como de la figura materna.  Personal:  Se realizará un análisis profundo del mundo interno de la paciente, y las creencias que posee hasta el momento con respecto a los sucesos por los que ha atravesado durante los últimos años. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. Saludo:   La terapeuta recibirá a la paciente con un saludo y, seguidamente requerirá que se realice un breve análisis de las actividades realizadas la sesión previa y los sentimientos que llegaron a causarle a la paciente. -10 minutos   1. Sesión:   Se realizará un cuadro para trabajar la reestructuración cognitiva con respecto a los pensamientos que la paciente posee respecto al fallecimiento del padre, y, de ser necesario, la ausencia de la figura materna. Se requerirá que la paciente proporcione la creencia que posee respecto a estos sucesos, y la razón por la que causan los sentimientos.  En caso de ser pensamientos no acordes, como por ejemplo: culpa por no evitar la muerte, se proporcionará argumentos objetivos que sustenten el hecho de que ese pensamiento no aplica.  Se requerirá iniciar con 3 sucesos que causen angustia, y, dependiendo del tiempo que tome trabajar con cada uno se podrá incrementar la cantidad a lo largo de la sesión. 40 minutos aprox.   1. Despedida:   Se requerirá que la paciente exprese sus sentimientos y opiniones con respecto a toda la actividad realizada durante la sesión y, finalmente, la terapeuta requerirá que la paciente recite la siguiente oración para finalizar con éxito la sesión:  “Soy capaz de realizar lo que propongo,  Tengo la fuerza de levantarme sola  Me amo como soy  Me aprecio como soy  Di mi mejor esfuerzo hoy  No fue mi culpa”  También se proporcionará explicación acerca del plan paralelo. | | | Cuadro de reestructuración cognitiva. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Como plan paralelo se requerirá que la paciente escriba un poema o una canción de despedida para su padre. De esta manera estará repasando los sentimientos que le genera, y los estará expresando. | | | Ninguno | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Examen del estado mental- el cual evaluara el estado del padre del paciente para verificar rasgos como si posee alguna manía, si al conversar demuestra coherencia, el nivel en que llego a cooperar y que tan cooperativo fue durante la entrevista. | | | | |

Firma / Sello de asesora: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_