|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | David Bollat Spillari | | | |
| **Iniciales del paciente** | A.P.U. | | | |
| **Fecha del plan** | 2 de octubre del 2021 (9:15 a.m.) | **N°. de sesión** | | 10 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición actual de una adolescente de 15 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Dialogar con la paciente sobre los altos y bajos de la vida con el fin de abordar el idealismo que finalmente la frustra. Así, se cuestionarán creencias irracionales asociadas con la perfección contrastándolas con el registro ya realizado. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * *Rapport*: por medio del diálogo, establecer un vínculo de confianza con la paciente mientras esta brinda información relevante al caso. * Inteligencia emocional: reducir la frustración por medio del entendimiento de la naturaleza y función de las emociones, facilitando así el autocontrol de las mismas. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo y valoración del estado anímico (5 minutos):** Se dirigirá a la paciente a la sala de espera virtual y se realizaran las presentaciones necesarias. Posteriormente, el terapeuta realizará una conversación coloquial como medio introductorio a la sesión, con el fin de poder agilizar planificación posterior e iniciar el desarrollo de un *rapport* positivo. 2. **Revisión de tareas, establecimiento de agenda y desarrollo general de la sesión (45 minutos):** Se iniciará de manera formal la sesión, solicitando a la paciente un breve resumen sobre sus vivencias desde la última sesión y como estas le afectaron. Luego, se realizará la actividad planeada, siendo esta la de la psicoeducación en cuanto a los altos y bajos de la vida, sus efectos emocionales y la resiliencia. Para ello, se le pedirá a la paciente que relate lo que ha anotado en su cuaderno de auto-registro, donde se le pidió se analizarán las emociones y su funcionalidad. Tras esto, se le educará a la paciente en como la vida posee momentos difíciles que no salen acorde a lo esperado. Esto con el fin de proseguir educando en las repercusiones del perfeccionismo. Tras esto se le preguntará como aplica el perfeccionismo en su vida y como este podría estar ligado con la frustración que siente al fallar. 3. **Asignación de plan paralelo y breve retroalimentación (5 minutos):** Se marcará el final de la sesión de forma profesional a la hora estipulada (10:15 a.m.) y se resolverá cualquier duda que la paciente tenga sobre la terapia. 4. **Despedida (5 minutos):** Se le animará a la paciente a ser persistente con las sesiones y que no olvidé la puntualidad y constancia de las mismas. Una vez hecho esto, ambos se despedirán cordialmente y se dará por acabada la sesión. | | | * Formato del examen del estado mental * Lapicero | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Cuadro comparativo (perfeccionismo):** se le pedirá a la paciente que, a lo largo de su semana, registre a lo largo de su día momentos en los que su perfeccionismo (asociado con el catastrofismo) se presente. Además, se le pedirá que ahonde en los sentimientos generados por estos pensamientos y que pueda describir los comportamientos derivados.  Así, en el otro lado de la tabla, deberá colocar como la ausencia de esta exigencia perfeccionista podría repercutir en la circunstancia actual. Esto con el fin de que determine los beneficios de reducir el perfeccionismo en su diario vivir. | | | * Tabla de registro de asignada por el terapeuta | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| **Examen del estado mental:** técnicaque verifica las facultades de pensamiento de una persona y determina la relación de estas con el problema planteado en clínica. Verifica los siguientes aspectos del paciente:   * Aspecto general y conducta * Características del lenguaje * Estado de ánimo y afecto * Contenido del pensamiento * Funciones del sensorio * Autocognición y juicio | | | | |