|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | David Bollat Spillari | | | |
| **Iniciales del paciente** | A.P.U. | | | |
| **Fecha del plan** | 9 de octubre del 2021 (9:15 a.m.) | **N°. de sesión** | | 11 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición actual de una adolescente de 15 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Educar a la paciente en como la complacencia encontrada en su idealismo puede relacionarse con la dificultad de hacer amigos. De esa manera, se trabajará en una empatía asertiva por medio de la autocompasión, dejando espacios para que la paciente pueda expresarse de forma autentica y regular sus límites por medio del autocuidado y la autoprotección. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * *Rapport*: por medio del diálogo, establecer un vínculo de confianza con la paciente mientras esta brinda información relevante al caso. * Límites: hacer que la paciente reestructure la forma en la que permite que los factores estresantes la afecten negativamente por medio del aprendizaje de como los límites son una forma de autocuidado. | | | |
| **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 dedicará el tiempo restante para psicoeducar a la paciente en lo que son los límites y como estos son una forma de compasión hacia sí misma. Tras esto, se educará en los límites de cuidado personal y de protección personal. Ante una situación de estrés o ansiedad generados por un factor específico (como una persona) deben establecerse límites en función de cuanto se permite que la otra persona influya sobre el sentir y actuar propio. De ese modo, se continuará educando en patrones de protección personal que pueden servir para establecer un límite con el ambiente o factor que genere alta carga emotiva. 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** | |
| **Registro de límites (autoprotección)**: Se le asignará a la paciente que registre los patrones de autoprotección que realice en el día cuando las interacciones con su ambiente le generen emociones que no le permitan continuar con su rutina diaria. En estos deberá considerar:   * Una situación difícil (la que activa la emoción en cuestión) * Una actividad de autocuidado por cada aspecto   + Proteger: ¿Qué puedo hacer para detener a otros de herirme o detenerme a mí mismo de hacerlo?   + Proveer: ¿Qué puedo hacer para darme lo que necesito?   + Motivar: ¿Cómo puedo motivarme a mi mismo con gentileza, apoyo y comprensión en lugar de criticismo? | | | * 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 | | | | |