|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Adriana Matheu Andrade | | | |
| **Iniciales del paciente** | K.G.S.P. | | | |
| **Fecha del plan** | 14/11/21 | **N°. de sesión** | | 8 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición actual de una mujer de 40 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Finalizar la evaluación sobre el bienestar psicológico, mecanismo de defensa y a su vez, los hábitos asociados al estrés que la paciente presenta en la actualidad, con la finalidad de contrastarlos con su historial clínico. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Estrés | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Saludo (5 a 10 minutos):**  Se recibirá a la paciente en la entrada de Clínica UNIS, en donde se le explicará el objetivo de dicha sesión; mencionándole tanto la prueba psicométrica que será utilizada, como a su vez, la psicoeducación que se realizará.  **Desarrollo (Aproximadamente 45 minutos):**  **Evaluación Psicométrica:**  ***Estrés Parte 2***  ***Continuación…***  **Perfil de estrés para adultos:**  (Giraldo, 2017)  En dicha sesión el objetivo fue finalizar con el proceso de evaluación, específicamente, completando la prueba de Perfil de estrés para adultos. Obteniendo de esa manera, información pertinente para el proceso de diagnóstico e intervención.  **Actividad:**  ***Termómetro del estrés***  Con base a la psicoeducación de la sesión anterior, se realizó un “Termómetro del estrés”, en donde se tomaron en cuenta los síntomas que la paciente manifiesta al hallarse en una situación que considera desafiante, pues de estos no ser identificados, podrían detonar un malestar clínicamente significativo.  Dicha técnica, por lo tanto, permitió brindarle un medio mediante el cual podrá disminuir los niveles de ansiedad por sí sola, estando fuera del contexto de la clínica. Este se conformó por tres estados emocionales, representados por los colores verde, amarillo y rojo. Los cuales significan:   * Verde: Hábitos y conductas que evidencian una estabilidad emocional y hallarse “bien”. * Amarillo: Hábitos, conductas y síntomas que evidencian una ansiedad y estrés leve; por ejemplo: dificultad para concentrarse, comer más o menos, aislarse o ser más social, etc. * Rojo: Hábitos, conductas, somatizaciones que son detonados por una ansiedad y estrés elevada.   La finalidad del color, es que la paciente comprenda que la importancia de identificarlos en estado “amarillo”, permitirá no detonar un estado “rojo”. | | | * Hoja en blanco. * Folder con psicoeducación.   **Perfil de estrés:**   * Hoja de respuestas. * Manual de aplicación. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Termómetro del estrés:**  **Objetivo:**  Comprender la importancia de identificarlos en el estado amarillo, para no generar aquellos del estado rojo, pues es aquel que desencadena una problemática emocional. Como a su vez, autoevaluar constantemente su estado emocional con el termómetro del estrés que se realizará en sesión.   * Verde: Hábitos y conductas que evidencian una estabilidad emocional y hallarse “bien”. * Amarillo: Hábitos, conductas y síntomas que evidencian una ansiedad y estrés leve; por ejemplo: dificultad para concentrarse, comer más o menos, aislarse o ser más social, etc. * Rojo: Hábitos, conductas, somatizaciones que son detonados por una ansiedad y estrés elevada. | | | * Folder de psicoeducación: Explicación sobre el estrés y su vinculo con la ansiedad. Como también, información sobre el termómetro. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| **Examen del estado mental:**  Será de gran importancia observar el aspecto de la paciente, ya que, puede llegar a presentarse una alerta. Entiéndase por rasgos de ansiedad y/o depresión, entre otras más.  Características del Lenguaje:  La forma de expresión ayudara a sustentar o eliminar cualquier sospecha, realizada a lo largo de la entrevista psicológica para adultos. Tanto la forma cuantitativa como la cualitativa, serán de gran ayuda.  Estado de ánimo y afecto:  De igual forma que la expresión verbal, el estado de ánimo que se logre observar por parte de la paciente, servirá para sustentar o rechazar cualquier diagnóstico. Será observable si el estado de ánimo presente es el adecuado para el contenido del pensamiento, como si el nivel de intensidad muestra ser el apropiado. Esto último es fundamental, pues tomando en cuenta su historial, la paciente no gestiona apropiadamente sus emociones, generando una psicosomatización.  Contenido del pensamiento:  Dentro de esta área, se podrá indagar acerca de qué tipo de pensamiento la paciente suele presentar; como a su vez, si éste es aquel que refuerza y detona una mayor problemática emocional.  Funciones del sensorio:  Las funciones, tal y como, atención, concentración y memoria, permitirán descartar o rechazar sospechas como ansiedad y/o depresión. Las cuales, son de gran relevancia para el caso de la paciente. | | | | |

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