|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Ana Sofía Hernández Santos | | | |
| **Iniciales del paciente** | E.G. | | | |
| **Fecha del plan** | 23 septiembre 2021 | **N°. de sesión** | | 9 |
| **Objetivo general** | “Disminuir los rasgos depresivos en una adolescente de 13 años” | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Indagar sobre las diferentes actividades y hábitos que se han adquirido en los últimos días y meses, debido a los cambios atravesados. Identificar la persistencia del consumo de fármacos y el seguimiento de instrucciones. Del mismo modo, se determinar la existencia de avances a nivel personal, la influencia social y familiar. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | **Datos generales del paciente:** nombre completo, fecha de nacimiento, edad, nombre y ocupación de los padres, nombres de los hermanos, miembros de la familia, etc.  **Motivo de consulta:** síntomas principales, la actitud de los familiares ante el motivo, tratamientos anteriores, comportamiento, etc.  **Antecedentes familiares y Ambientales:** miembros de la familia, estado socioeconómico, relación con los padres y hermanos, inconvenientes familiares, etc.  **Antecedentes personales:** interacción en el ambiente educativo satisfactorio, patrón de pensamientos, control emocional, sucesos relevantes e impactantes. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| * **Bienvenida al paciente/estado de ánimo (8 min):**   A las 4:00 de la tarde la terapeuta se conectará a la plataforma de digital a esperar a que la paciente ingrese. Al momento de estar presente, se saludará cordialmente y se preguntará cómo se encuentran de manera general.  Se hablará brevemente sobre el estado de ánimo actual y prevalente a lo largo de la sesión. Y se mencionará sobre el espacio de expresión verbal luego de realizar las actividades planificadas.   * **Revisión del plan paralelo (5 min):**   Se solicitará a la paciente que hable sobre las características y datos importantes que escribió sobre ella misma. Del mismo modo, de los hábitos que ha identificado en sí.   * **Planea las tareas y se pregunta (3 min):**   A las 4:15, se le explicará a la paciente sobre las actividades que se llevarán a cabo: ejercicios para conocer aún de ella, los avances y adaptación que posee.   * **Intervención (45 min):**   Se iniciará retroalimentando a la paciente sobre la importancia de la persistencia en sus técnicas de gestión emocional, consumo de fármacos, autocuidado y aceptación. Luego de esto, se realizará una supervisión en general de cómo ha manejado la situación la paciente en las últimas semanas. Se compartirá la pizarra en la plataforma y se harán cuatro divisiones.  La primera parte tendrá: consumo de fármacos, se preguntará sobre los horarios de estos y la persistencia, los efectos, entre otros. La segunda, tendrá la constancia de sentimientos y emociones, preguntando el nivel de tristeza presente. La tercera parte: sobre la aceptación de la ausencia de su madre, indagando cómo ha manejado las circunstancias, qué aspectos le han afectado y cuales no, etc. Y la cuarta: nivel de autoexigencia. Específicamente, determinando si existe crítica hacia sí misma en momentos en que se experimenta un nivel alto de estrés.   * **Retroalimentación (3 min):**   La terapeuta volverá a hablar sobre los aspectos tocados dentro de la sesión. Recordará que la próxima sesión será en el mismo horario: jueves de 4:00 a 5:00 de la tarde y por la misma plataforma utilizada.   * **Cierra (2 min):**   La sesión finalizará a las 5:00 de la tarde y la terapeuta le agradecerá por su asistencia y se despedirá cordialmente. Se esperará a que la paciente se desconecte de la plataforma digital para poder salir de la misma. | | | Plataforma de *zoom*  Pizarra de la plataforma  Lapiceros | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Se solicitará que para la siguiente clase se tengan los materiales de hojas de colores, lapiceros, marcadores y opciones para poder llevar a cabo la dinámica de la siguiente semana, abordando el “sentido de vida”. | | | Marcadores  Hojas de papel  Lápiz | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| **Área personal:**  El estado de ánimo actual, aspectos de la personalidad reflejados por la paciente, los síntomas, la trascendencia de su comportamiento, etc.  **Área cognitiva:** Pensamientos que suelen determinar el pensamiento de la paciente, junto a las consecuencias que puede traer.  **Área emocional:** Determinar la conexión frecuente que se da a raíz de la manera de pensar e identificar si existe un patrón emocional recurrente. | | | | |

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