

## Plano de Sessão

Nome: B.P.

Sessão nº: 10

Idade: 15 anos

Duração: 50 min

Data: 30 Janeiro, 2015

Atividade	Descrição	Obj. Específicos	Estratégias	Duração
<b>Diálogo Inicial</b>	Questionar a jovem, se está bem-disposta e sobre o seu dia. Relembrar o que foi feito na sessão anterior. Por fim, explicar as várias atividades que serão realizadas.	Promover comunicação interpessoal; Estabelecer relação empática com a jovem.	A terapeuta pode realizar algumas perguntas para organizar o discurso da jovem.	5 min
<b>Parte Fundamental</b>	Esta atividade é composta por três partes. Na primeira parte, recorta-se o papel de cenário na medida da jovem. Neste a jovem terá de se desenhar com as proporções reais. Na segunda, a jovem deita-se num novo papel de cenário e a terapeuta desenha o seu contorno. Por fim, a jovem terá de preencher um dos dois desenhos com o que desejar.	Consciencializar a imagem do corpo real; Expressar emoções através do desenho; Distinguir o desenho feito por si, do desenho do seu contorno.		40 min

<b>Conversa Final</b>	Conversa final sobre o desenho realizado.	Promover a capacidade de reflexão.	Dialogo semiestruturado permitindo à jovem que encaminha a conversa.	5 min
-----------------------	---	------------------------------------	--	-------

**Conversa inicial:** a jovem fala sobre a sua semana, fala que tem a esperança que terá alta para a próxima semana. Revela que está um pouco ansiosa com a entrada de uma nova jovem com AN no serviço, refere que não tem dormido bem.

**Parte fundamental:** no primeiro desenho B. desenha-se muito magra, com um pescoço comprido, com umas ancas estreitas e pernas magras. Quando a terapeuta desenha o contorno da jovem e esta compara com o desenho que fez, refere que parece uma pessoa “normal” que já não parece a “magricela” que pensava que era. Revela que apresenta as proporções corretas que anteriormente era excessivamente magra mas que está a melhorar apesar de ainda se achar muito magra, é por isso que se desenha mais pequena e emagrecida no primeiro desenho. A estagiária pede para caracterizar os dois desenhos, no primeiro desenho, a jovem escreve que é “como me vejo” e no segundo desenho que é “como realmente sou”.

Por fim, na última parte a B. desenha na zona da cabeça um arco-íris sobre umas nuvens e abaixo destas uns trovões, na reflexão refere que sente que na cabeça dela estão os dois extremos o contente e o triste, não conseguindo achar o equilíbrio entre estes dois sentimentos. Na zona do coração desenhou três corações, dois pequenos e um grande. Um representava a jovem e o outro os amigos, sendo o maior a família, este não estava pintado porque representava a pureza. Na zona da barriga desenhou borboletas que revelam a sua ansiedade e os seus medos, que anteriormente eram maiores mas que ainda existem. Na anca desenha um sol e nas pernas o mar com peixes, uma chávena de café e três notas musicais. Na reflexão partilha que desenhou o que mais gostava na zona das pernas porque era o que lhe dava motivação para seguir em frente e continuar a “lutar”. Nos braços escreve duas palavras, num a solidão e noutro desprezo. A jovem refere que são sentimentos do qual tem medo e que não gosta, por isso é que os desenha nos braços, porque a podem abraçar mas também se os afastar ficam mais distais. No tronco escreve as palavras honestidade e amizade, e refere que estão nessa zona porque estão perto do coração.

**Diálogo final:** a jovem partilha que a atividade foi muito gratificante, por lhe ter feito refletir sobre a sua imagem corporal e sobre o que lhe dava força para continuar. Ficou combinado com a estagiária que a B.P. durante o fim de semana podia pensar se queria completar o desenho que o poderia fazer na próxima sessão.