| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nombre del practicante** | Kelly Vidalma María Villagrán Osorio | | | |
| **Iniciales del paciente** | X.Z. | | | |
| **Fecha del plan** | 20 de septiembre de 2021 | **N°. de sesión** | | Novena |
| **Objetivo general** | Desarrollar las habilidades de inteligencia emocional. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Introducir una técnica psicoterapéutica con el fin de brindar herramientas para identificar creencias, emociones o conductas dañinas. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Se trabajará con la enseñanza de una técnica psicoterapéutica que lleva por nombre; reestructuración cognitiva, consiste en que el paciente identifique las creencias dañinas que afectan su calidad de vida y las reemplace con creencias más saludables que reduzcan sus sentimientos negativos.  Con la ayuda de los autoregistros y de la técnica de pensamiento constructivo realizados en sesiones anteriores se aplicará esta técnica. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo:** Se esperará a la paciente en la plataforma de Zoom, dándole un corto saludo y la bienvenida, se procederá a preguntar cómo ha estado su semana y como le fue en su entrenamiento de voleibol con el fin de fortalecer el rapport y crear una conversación (5 min). 2. **Desarrollo de la sesión:** luego de ello, se hará una breve introducción de lo que se realizará en sesión, dándole a conocer sobre los temas que se observarán en sesión.Como también se hará una breve evaluación de lo que se ha trabajado durante la semana, si ha utilizado la técnica enseñada y si le ha sido de provecho.   Posteriormente, se presentará la actividad a realizar que es la enseñanza de la técnica cognitiva de reestructuración cognitiva, en donde se explicará la técnica y se darán breves ejemplos de cómo llevarla a cabo, así se utilizarán los autoregistros y los esquemas de pensamiento constructivo trabajados en la sesión como fuera de la sesión para realizar el análisis correspondiente e identificar aquellas creencias dañinas para posteriormente realizar la reestructuración cognitiva para cambiar el pensamiento y así los sentimientos y conductas que se tienen a raíz de este.  Al finalizar la actividad, se realizará una pequeña retroalimentación de esta y se pedirá igualmente que realice la actividad en casa para discutir lo trabajado durante la semana en la próxima sesión (45 min).   1. **Despedida:** al terminar, se informará acerca de los procedimientos que se realizará la próxima semana. Posterior a ello, se les deseará un feliz día y se le hará saber que se le espera la próxima semana con los materiales solicitados (5 min). | | | Autoregistros y esquema del pensamiento constructivo, (Guía para padres de familia). | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| La paciente debe practicar con la técnica enseñada, para conversar sobre esto la próxima sesión.  Para padres de familia tema 2 del material enviado por medio de correo electrónico, hacer anotaciones si se cree pertinente. | | | Hacer anotaciones en un cuaderno sobre esta actividad.  Guía para padres de familia sobre el diálogo y la resolución de conflictos en familia. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| 1. Se realizará la presentación de las técnicas mencionadas, que ayudarán al manejo o regulación de las emociones en la paciente, conociendo que piensa para cambiar este pensamiento si es dañino y plantearse uno menos dañino que la ayude a tener en control sus sentimientos y su actuar. 2. Se realizará un examen del estado mental para conocer el aspecto anímico principalmente respecto a las actividades como también la apertura que ha tenido con estas, para evaluar si hay un avance o no. | | | | |

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