| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nombre del practicante** | Beatriz Mijangos | | | |
| **Iniciales del paciente** | S.A.D | | | |
| **Fecha del plan** | 27/10/2021 | **N°. de sesión** | | 14 |
| **Objetivo general** | Fortalecer sentimientos de valía personal y autoconcepto en una adolescente de 14 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Ser consciente de sus pensamientos, poniendo en práctica todo lo aprendido anteriormente. Además de tener un cierre para la intervención psicológica. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Técnica cognitiva autorregistro: esta técnica es útil debido a que la niña es consciente de sus pensamientos, emociones y estado de ánimo.  Técnicas de afrontamiento: buscan cambiar los pensamientos disfuncionales. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| Valoración del estado del ánimo:  Se le presentará por zoom a la paciente un dibujo de un niño(a)al lado de un termómetro. Todos los días que la paciente asista a terapia se le pedirá que coloree el termómetro dependiendo de la emoción que esté sintiendo en ese momento.  Utilizando miel, jabón líquido, agua, aceite, alcohol y una botella transparente, la paciente pensó en 5 aspectos en los que ella se considera buena. Cada sustancia líquida significa una cualidad.  Ejemplo: ̈Miel: soy buena para hacer ejercicio. Al hacerlo me siento feliz porque mi mamá me acompaña siempre.  Actividad: Connect 4, por cada ficha que se metió se fue nombrando algo que le brinda placer pero que no realizar a menudo por tener el pensamiento que ̈soy mala persona ̈ o por creerse que no merece realizarlo.  Se le leerá una serie de situaciones complicadas a la paciente las cuales pueden suceder de aquí en adelante y se le pedirá que diga cómo piensa actuar frente a cada una de ellas y se destacará los recursos y crecimiento personal que ha obtenido a lo largo de las sesiones, asi mismo que esto favoresca a tener un cierre del proceso terapeutico.  **Cierre de la sesión**  Se dará una retroalimentación sobre la sesión y se le brindará tiempo a la paciente para que pueda expresar lo que más le gusto de la sesión y asi mismo se le hara saber que es nuestra ultima sesion juntas y que la proxima es una sesion con su abuela para informarle todos su avances. | | |  | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| No aplica | | |  | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Ser consciente de sus pensamientos, emociones y estado de ánimo y buscan cambiar los pensamientos disfuncionales. | | | | |

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