|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN 3– PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Isabel del Rosario Ortíz Girón | | | |
| **Iniciales del paciente** | PG | | | |
| **Fecha del plan** | 23 de febrero de 2021 | **N°. de sesión** | | 5 |
| **Objetivo general** | Reducir los rasgos de depresión y ansiedad de un paciente de 20 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | se busca que el paciente identifique y reconozca las emociones de sí mismo, y la importancia que estas tienen para formar una inteligencia emocional. De igual forma, se le enseñará la técnica de relajación de Benson con el objetivo de reducir los rasgos de ansiedad. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | A través de una serie de preguntas se busca trabajar el reconocimiento de emociones y la inteligencia emocional del paciente. Asimismo, a través de la técnica de relajación de Benson se busca trabajar los rasgos de ansiedad. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. Saludo: se le dará la bienvenida al paciente y al mismo tiempo se le preguntará sobre la semana (10 minutos). 2. revisión plan de sesión: se revisará el plan de sesión y se discutirá sobre el mismo (10 min) 3. intervención: la sesión se desarrollará de la siguiente forma: (40 minutos)    * Se iniciará explicando al paciente la técnica de relajación de Benson, con el objetivo de brindar tranquilidad a P al iniciar la terapia.    * Se le mostrarán una serie de imágenes con diferentes expresiones faciales, donde reconocerá la emoción que se le muestre. Comentando más adelante con la cual se identificará el mismo.    * Se le realizarán las siguientes preguntas:      + ¿Qué son las emociones?      + ¿Cuándo se presenta esta emoción?      + ¿Qué sentimientos genera esta emoción?      + ¿Cómo respondo a esta emoción?      + ¿Qué conductas desencadena esta emoción?      + ¿Cómo respondo a la emoción? 4. Preguntas: resolución de dudas o consultas de parte de la paciente así como se explicará el plan de sesión(10 minutos) 5. Despedida: se le dará la despedida a la paciente. (5 minutos) | | | Hojas de papel Bond, lápiz, borrador, sacapuntas. formato de pruebas. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Con el fin de intervenir tanto en la problemática principal como en la dinámica familiar del paciente se le solicitará pensar en las emociones que más lo describen a él como a su familia. | | | Hojas, lápices, crayones. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| 1. Explicación de las instrucciones de la prueba: la terapeuta le explicará al paciente que dibujara lo siguiente (áreas de evaluación):  * inteligencia emocional * rasgos de ansiedad  1. Se responderán las dudas que tenga el paciente. 2. Material completo: hoja, borrador y lápiz.   Asimismo, por medio del examen del estado mental se evaluarán las siguientes áreas: aspecto general y conducta, características del lenguaje, estado de ánimo y afecto, así como, contenido del pensamiento y funciones del sensorio. | | | | |