|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Abigail Quiroa | | | |
| **Iniciales del paciente** | F. E. S | | | |
| **Fecha del plan** | 19 abril 2022 | **N°. de sesión** | | #12 |
| **Objetivo general** | Disminuir la sintomatología ansiosa y depresiva en un paciente de 19 años | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Fortalecer el autoconcepto y la autoestima del paciente, con el objetivo que conozca su potencialidad. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Autoconcepto: fomentar el sentido de la propia identidad y fortalecer la propia autoimagen * Autoestima: fomentar el dar una perspectiva más positiva y afectiva | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Inicio (5 a 6 minutos)**   * La sesión se realiza por medio de la plataforma de *zoom* se realiza un saludo formal al paciente y se le pregunta sobre sus actividades en el transcurso de la semana. ¿Cómo estuvo anímica y emocionalmente?   **Desarrollo (30 minutos)**  Respecto al autoconcepto se llenará una hoja nombrada “Quién soy yo”. El paciente tendrá que rellenar cada uno de los cuadros correspondientes: nombre, cultura, aficiones, se me da mejor, mi familia, admiro a, he vivido en, me siento orgulloso de ..., paso mi tiempo libre en …, nunca he …, y tiene que escribir ciertos gustos favoritos que él tenga.  Respecto a la autoestima, se realizará un cuestionario sobre las heridas de la autoestima.  Se fomentará la singularidad y destacar cualidades o atributos que le hacen especial y diferente.  Fomentar pensamientos positivos y escribir mensajes positivos. Reconocer todo el esfuerzo que ha implementado.  **Retroalimentación (10 minutos)**   * Seguido de las actividades realizadas en la sesión, se dejará un tiempo de reflexión para el paciente y si desea hablar sobre algo que no ha quedado claro.   **Cierre (5 minutos)**   * Se procederá a despedir al paciente y recordar la cita de la próxima semana. | | | Hoja de “Quién soy yo”  Cuestionario “heridas sobre la autoestima” | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y Recursos** | |
| Psicoeducación para mejorar la vinculación con su familia:   * Utilizar el registro de pensamientos para fomentar la búsqueda de soluciones positivas a los problemas | | | Infografía | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| * Examen del Estado Mental: Es un examen que permite recabar información sobre el aspecto general, la conducta, características del lenguaje, el estado anímico y afectivo, el contenido del pensamiento, funciones del sensorio, metacognición y juicio. * Registro de pensamientos: se evaluará el contenido de pensamiento, sus emociones y reacciones fisiológicas. * La autoestima, si es conoce cuales son las cualidades que lo hacen ser él y si le agrega algo positivo. | | | | |

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