|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Abigail Quiroa | | | |
| **Iniciales del paciente** | F. E. S | | | |
| **Fecha del plan** | 26 abril 2022 | **N°. de sesión** | | #13 |
| **Objetivo general** | Disminuir la sintomatología ansiosa y depresiva en un paciente de 19 años | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Recapitular las técnicas importantes de respiración, relajación, reestructuración cognitiva e información acerca de recaídas. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Técnicas de respiración y relajación muscular * Reestructuración cognitiva * Información sobre prevención contra los síntomas depresivos y de ansiedad | | | |
| **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)**   * Se revisa el plan paralelo acerca de la reestructuración cognitiva y de las respuestas adaptativas acerca del comportamiento del paciente.   Seguido, se le mostrará una infografía acerca de las técnicas que se han visto en el proceso de la terapia.  Se observará un video acerca de superación personal y de resiliencia. Con el objetivo de reflexión por parte del paciente.  **Retroalimentación (10 minutos)**   * Seguido de las actividades realizadas en la sesión, se dará 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. | | | Infografía acerca de todas las técnicas y de la prevención sobre recaídas | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y Recursos** | |
| Infografía acerca de todas las técnicas y de la prevención sobre recaídas   * Ansiedad: ¿Qué es?, síntomas * Depresión: ¿Qué es?, síntomas | | | Infografía acerca de todas las técnicas y de la prevención sobre recaídas | |
| **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. | | | | |

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