|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Fátima Castellanos | | | |
| **Iniciales del paciente** | J.R.D.S. | | | |
| **Fecha del plan** | 21-09-2021 | **N°. de sesión** | | 9 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición general de un adolescente de 16 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Introducción de inteligencia emocional. Reconocimiento de emociones en sí mismo y en otros. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Inteligencia emocional:refiere a las capacidades y [habilidades](https://concepto.de/habilidad-2/) psicológicas que implican el sentimiento, entendimiento, control y modificación de las emociones propias y ajenas. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo (5 min.):** Conectarse por medio de la plataforma *OliviaHealth y Zoom,* recibir al paciente realizándole preguntas sobre su día. 2. **Desarrollo de la Sesión (45 min.):**   Al comienzo de la sesión, se realizarán preguntas sobre su semana, si percibió algún malestar físico, estresores que predominen en su día a día, etc. Para iniciar, se le indicará que se realizará un ejercicio donde deberá dibujar la forma en que siente las emociones como alegría, enojo, miedo, tristeza, vergüenza, sorpresa, amor, etc., tomando en cuenta los colores y que sea de forma abstracta donde no utilice nombres, rostros o símbolos. Es decir, limitarse a líneas rectas, círculos, figuras, líneas curvas, entre otros.  Luego indicarle situaciones donde se pueda profundizar en el reconocimiento de emociones en diversos momentos y que en una misma situación puede provocar diversas emociones (incluso contradictorias): el trabajo realizado con tu equipo fue el mejor de la clase, cuestionarle a tu papá si el problema de matemática esta hecho correctamente, graduarte del colegio, tu perro ensucia tu cuarto al entrar manchado de lodo, no poder celebrar un evento importante por la pandemia, entre otros. Se debe hacer énfasis en ver más allá de las palabras, sino que observar la forma de expresarlas con el uso del tono de voz, expresiones del rostro, postura corporal y gestos. Es decir, todo comunica y expresa emociones, no sólo las palabras.  Posteriormente leer el cuento “vencedores y vencidos”, donde se analizará cada párrafo distinguiendo emociones que surgen en esa circunstancia. Igualmente, haciendo énfasis en que a veces, una situación puede hacer sentir diferentes emociones a distintas personas, e incluso a sí mismo.   1. **Cierre (5 min**.): Para finalizar, se le agradecerá su cooperación y se le cuestionará si tiene alguna duda personal o si quisiera agregar algo sobre lo trabajado anteriormente. De igual forma, se realizará una retroalimentación de lo trabajado y algunas recomendaciones (si es necesario) para la semana. 2. **Despedida (5 min.):** Se despedirá amablemente y haciendo énfasis en que se le espera para la próxima sesión. Se le agradecerá por su tiempo, y de igual modo, se le indicará que cualquier duda pueden consultar a la clínica o conmigo. | | | Lápiz  Borrador  Lapicero  Música instrumental o sonidos ambientales relajantes  Cuento “vencedores y vencidos” | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Poner a prueba lo aprendido en la sesión, al presentarse un conflicto o situación desagradable emocionalmente, alejarse y analizar las emociones y sensaciones físicas percibidas. Luego, observar la emocionalidad de las personas involucradas, analizando más allá de las palabras generadas por la emoción. Posteriormente, formular soluciones. | | | --- | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Inteligencia emocional:refiere a las capacidades y [habilidades](https://concepto.de/habilidad-2/) psicológicas que implican el sentimiento, entendimiento, control y modificación de las emociones propias y ajenas. | | | | |