|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Ximena Xicará Aguilar | | | |
| **Iniciales del paciente** | MRBA | | | |
| **Fecha del plan** | 02/03/2022 | **N°. de sesión** | | 6 |
| **Objetivo general** | Fomentar la capacidad de flexibilidad a cambios a una mujer de 59 años, con el fin de reducir la frecuencia de su ansiedad. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Dar oportunidad de introspección de a la paciente al comentarle a grandes rasgos sus resultados en las pruebas proyectivas del Árbol y de Persona Bajo la Lluvia, con el fin de que ella llega a conocerse más profunda y claramente.  Brindar a la paciente técnicas de relajación que le ayuden a mantener un estado de regulación aún y cuando no esté en momento de crisis de ansiedad. En esta caso la Técnica de relajación progresiva de Jacobson. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Fortalecer el *rapport* con la paciente al preguntarle acerca de su semana con el fin de darle la escucha que ha expresado que desea que se tenga hacia ella.  Indagar en la dinámica y satisfacción familiar de la paciente.  Conducir a la paciente a su conocimiento personal por medio de una retroalimentación de sus resultados, a grandes rasgos, en las pruebas proyectivas de Árbol y Persona Bajo la Lluvia.  Técnica de relajación progresiva de Jacobson, para así continuar brindando a la paciente estrategias de regulación para mantener un estado que le permita controlar y disminuir su ansiedad. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. SALUDO: (5 minutos)   Ingresar a la sala virtual y dar la bienvenida a la paciente.   1. DESARROLLO DE LA SESIÓN:   (2 minutos) Dar a la paciente, a grandes rasgos, el cronograma de la sesión.  (15 minutos) Pasar a la paciente la prueba proyectiva de la Familia. Se destinará 3 minutos antes de cada una para dar las instrucciones de las mismas y resolver dudas si las hubiese.  (23 minutos) Dialogar con la paciente sobre sus resultados en las pruebas proyectivas del Árbol y Persona Bajo la Lluvia y contrastarlo con sus narrativas.  (10 minutos) Mostrar a la paciente la Técnica de relajación progresiva de Jacobson, realizándola con ella.   1. CIERRE: (3 minutos)   Comentarle que la próxima sesión será el mismo día y hora, y que permanecerá igual semanalmente.  Mencionarle que el link será el mismo para todas las sesiones.  Explicarle que esta semana se ha iniciado ya con la intervención.   1. DESPEDIDA: (2 minutos)   Finalmente, despedirle. Cerrar la sesión virtual. | | | 1 lápiz con borrador  4 hojas tamaño carta en blanco | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Técnica de relajación progresiva de Jacobson | | | Documento de Relajación Progresiva  Música de relajación | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Examen del Estado Mental, el cual consiste en evaluar al entrevistado para conocer sus facultades pensativas y de personalidad sin utilizar pruebas directas o que el paciente se conozca evaluado, en este caso, realizar este examen a los padres será de ayuda para tener una idea de dónde proviene la paciente y a lo que se enfrenta.  Prueba proyectiva de la Familia, la cual evalúa el estado emocional del paciente dentro de su familia, las relaciones y dinámica de esta. | | | | |

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