|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Abigail Quiroa | | | |
| **Iniciales del paciente** | F. E. S | | | |
| **Fecha del plan** | 22 febrero 2022 | **N°. de sesión** | | #5 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición psicológica de un adolescente de 19 años | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Recaudar información del paciente por medio de las pruebas psicométricas de la Escala de Ansiedad de Beck cuyo propósito es indagar sobre la gravedad de la sintomatología. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Escala de Ansiedad de Beck: es un instrumento que se especializa en conocer la gravedad de la sintomatología de la ansiedad en el individuo * Técnicas de relajación: la respiración diafragmática es una excelente herramienta para que la persona empiece a tomar control, regular sus emociones y reacciones fisiológicas. * Técnica del Semáforo: con el objetivo que el paciente pueda reflexionar sobre sus próximas conductas y entender sus emociones. | | | |
| **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. Se le comenta que se estará realizando una actividad y una prueba.   **Desarrollo (30 minutos)**   * Se comenzará la evaluación con la aplicación de la prueba psicométrica de la Escala de Ansiedad Beck. Se le leerá las instrucciones que están establecidas en la prueba. El paciente debe de indicar el grado de cada síntoma que ha presentado el paciente.   Numeración:   1. En absoluto 2. Levemente, no me molesta mucho 3. Moderadamente fue muy desagradable, pero podía soportarlo 4. Severamente, casi no podía soportarlo  * Siguiente punto, se explica lo que es la respiración diafragmática por medio de un video en youtube, el cual se proyectará por medio de la plataforma de *zoom* y se le hará entrega de un infograma con imágenes e indicaciones concisas para que lo practique en casa. * Por último, se le presenta la Técnica del semáforo para utilizarlo como un recurso para controlar las emociones que presenta en determinado momento.   **Retroalimentación (10 minutos)**   * Seguido de la aplicación de la evaluación, se tomarán unos minutos para resolver cualquier duda acerca de la tarea del plan paralelo o sobre algún tema en específico que cause intriga en el paciente.   **Cierre (5 minutos)**   * Se procederá a despedir al paciente, haciendo mención sobre las siguientes evaluaciones que se llevarán a cabo durante la próxima sesión. | | | Escala de Ansiedad de Beck  Video de Youtube e infografía sobre la respiración diafragmática  Canva y video sobre la Técnica del Semáforo | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Respiración Diafragmática: es una excelente herramienta para que la persona empiece a tomar control, regular sus emociones y reacciones fisiológicas. Se elaborará una infografía con el *link* el video y unas imágenes para ayudar al paciente.  Técnica del semáforo: se realizará con el objetivo que el paciente pueda reflexionar sobre sus próximas conductas y entender sus emociones. Este material se trabajará en Canva y así mismo, brindarle la herramienta al paciente. | | | Video de youtube e infografía sobre la respiración diafragmática  Canva y video sobre la Técnica del Semáforo | |
| **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. * Escala de Ansiedad de Beck: es un instrumento que se especializa en conocer la gravedad de la sintomatología de la ansiedad en el individuo * Técnicas de relajación: la respiración diafragmática es una excelente herramienta para que la persona empiece a tomar control, regular sus emociones y reacciones fisiológicas. * Técnica del Semáforo: con el objetivo que el paciente pueda reflexionar sobre sus próximas conductas y entender sus emociones | | | | |

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