| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nombre del practicante** | Isabella Saravia | | | |
| **Iniciales del paciente** | K.G. | | | |
| **Fecha del plan** | 25 de febrero del 2022 | **N°. de sesión** | | 5 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición psicológica de una joven de 19 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Trabajar la relación terapéuticacon la paciente para poder llegar a recaudar más información de la misma.  Indagar en las conductas, emociones y pensamientos inconscientes por medio de la aplicación de pruebas psicométricas. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Trabajar en el vínculo de terapeuta-paciente, con el objetivo de mejorar la relación y potenciar un ambiente seguro dentro de la sesión.  Obtener mayor conocimiento de la paciente por medio de la observación y de las evaluaciones realizadas. Para ello se le aplicarán pruebas psicométricas que aporten información sobre su autoestima e inteligencia emocional.  Las pruebas que se planea aplicar son:  Prueba de autoestima de Coopersmith: Esta prueba evalúa el autoestima en el ámbito escolar, en el hogar, área social y general.  Cuestionario de Inteligencia Emocional BarOn Ice: Se evalúa la inteligencia emocional por medio de 5 escalas; interpersonal, intrapersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado del ánimo en general. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| * **Saludo y revisión de tarea (10 minutos):** La paciente y la terapeuta se conectan a la sesión y se hablará acerca del plan paralelo y lo que la paciente logró realizar con las instrucciones dadas. El plan paralelo trataba de que la paciente realizara una tabla en la que registra todos sus momentos de ansiedad. * **Evaluación por medio de pruebas psicométricas (40 minutos):** Se le darán las instrucciones a la paciente para poder realizar cada una de las pruebas. Ya que se realizan en modo virtual, la paciente solo tendrá que responder a las preguntas que se le hagan. Se tratará de abarcar la mayor cantidad de pruebas posibles en el tiempo de la sesión.   Las pruebas que se busca aplicar son la prueba de autoestima de Coopersmith, BarOn Ice y la Escala de Ansiedad de Hamilton. Las tres se llevarán a cabo de forma oral, en la que la terapeuta dirá las preguntas que se incluyen en el folleto de aplicación y apuntará las respuestas. Las instrucciones de las pruebas incluyen respuestas de opción múltiple, las cuales deben ser llenadas dependiendo de los síntomas que la paciente presente.   * **Despedida (10 minutos):** La paciente y terapeuta se despiden y se resuelve cualquier duda acerca de la terapia. Además, se le otorgarán instrucciones sobre la realización del siguiente plan paralelo. | | | Prueba de autoestima de Coopersmith y BarOn Ice. Papel y lápiz. Examen del estado mental. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| El plan paralelo consiste en la lectura del siguiente artículo:  <https://www.iepp.es/tecnicas-relajacion-asniedad-estres/>  Y la aplicación de una de las técnicas de relajación que se mencionan en la lectura. El objetivo de esta actividad es ayudar a la paciente a regularse a la hora de sufrir de ansiedad. Esto le permitirá reducir la cantidad de crisis que tenga y le puede llegar a ayudar a dormir mejor. | | | Computadora o celular para poder leer el artículo. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se utilizará el examen del estado mental para evaluar a la paciente, al igual que se observará su lenguaje corporal y lo que ella comenta de su vida.  Además, se aplicarán pruebas psicométricas que ayudarán a la terapeuta a entender aspectos importantes de la paciente más a fondo. Estas pruebas ayudarán a conocer el nivel de autoestima de la paciente y el grado de confianza en cada una de las áreas de su vida. Permitirá entender el nivel de inteligencia emocional de la paciente en los 5 ámbitos para saber en dónde se debe trabajar más. | | | | |

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