| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nombre del practicante** | Ana Gabriela Stein Burgos | | | |
| **Iniciales del paciente** | V.S.M. | | | |
| **Fecha del plan** | 16 de marzo de 2022 | **N°. de sesión** | | 9 |
| **Objetivo general** | Afrontar la agresividad que se ha dado a raíz de un duelo por pérdida familiar en una niña de 8 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Trabajar los sentimientos de duelo con la paciente, por medio de cartas a la persona que ha muerto y la externalización de los sentimientos por medio del dibujo. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | **Diario emocional:** se revisará lo que registró la paciente en el diario, con el propósito de identificar las reacciones emocionales poco adaptativas que puede presentar.  **Carta al ser querido:** se le pedirá a la paciente en la sesión que escriba una carta a su hermano, en la que le cuente lo que ha pasado en su vida, qué le preocupa, qué le quiere decir, etc.  **Dibujo de sentimientos:** se harán dibujos con la paciente sobre cómo nos sentimos en ese momento, y se comentará por qué se siente así. Se le pedirá que siga este ejercicio también en casa. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Introducción (5 minutos aproximadamente):** se iniciará la sesión verificando que la terapeuta y la paciente tengan adecuada conexión. Una vez se haya verificado esto, se hará un saludo, y se dará un breve espacio en el que la paciente pueda expresar cómo se ha sentido en la semana. Después, se harán los ejercicios de respiración con ella (inhalar 3-4 segundos, dejar el aire 2-3 segundos en los pulmones y exhalar lentamente). Posteriormente, se le explicará a la paciente qué se hará en la sesión de hoy, mencionando que se hará una carta, dibujaremos nuestras emociones y revisaremos su diario. 2. **Actividades (50 minutos aproximadamente):**   **Revisión del diario emocional (15 minutos aproximadamente):** se estará revisando lo documentado por la paciente en el diario en la sesión, para identificar qué emociones han predominado y cómo han sido expresadas. Se discutirá si considera que las reacciones que tuvo fueron adecuadas o no.  **Carta al ser querido (20 minutos aproximadamente):** se hará una carta al hermano de la paciente. Primero, se le explicará que esta le ayudará a sentir que está presente con ella, ya que en esta carta ella expresará cosas que le quiera contar, cómo se ha sentido, qué le preocupa, etc. Se le pedirá que la lea en voz alta para que exprese realmente lo que escribió. Luego, se le preguntará cómo se sintió haciendo este ejercicio.  **Dibujo de emociones (15 minutos aproximadamente):** se estará haciendo un dibujo de la emoción que se siente en el momento de la sesión. Se le explicará que puede ser lo que ella quiere, siempre que se relacione con la emoción que está sintiendo. Una vez termine, se le pedirá que enseñe el dibujo y describa qué esta pasando. Además, se le pedirá que continúe implementando este ejercicio en casa.   1. **Conclusión (5 minutos aproximadamente):** se terminará la sesión dándole a la paciente una breve recapitulación de lo que se trabajó en la sesión. Además, se le dará un espacio para que exprese cómo se sintió en la sesión. Después, se le recordará que debe seguir aplicando la técnica de la tortuga, ejercicios de respiración y continuar con el diario emocional. También, se le pedirá que trate de hacer dibujos de sus emociones. Se concluirá la sesión con una despedida por parte del terapeuta al paciente. | | | * Hojas bond blancas * Marcadores * Lápices * Lapiceros | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Se le pedirá a la paciente que continúe haciendo los ejercicios de respiración cuando se sienta enojada, triste, etc., incorporando también la técnica de la tortuga.  Se le pedirá que continúe implementando el diario emocional, identificando al menos una situación por día.  También, se le pedirá que, si puede, haga dibujos de las emociones que siente en el día, como las realizadas en la sesión. | | | * Hojas bond blancas * Marcadores, lapiceros, lápices, etc. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| **Diario emocional:** se identificarán las reacciones y emociones que presenta la paciente, y cuáles deben ser trabajadas.  **Examen del estado mental:** se estará observando el lenguaje (verbal y no verbal), cognición y concentración de la paciente, de manera que se pueda identificar las reacciones que puede tener o dificultades que presenta, para que sean también trabajadas en la clínica.  **Dibujos de emociones:** en la sesión, por medio de los dibujos realizados por la paciente, se analizará si puede comprender sus emociones, qué las causan y cómo reacciona ante ellas usualmente. | | | | |

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