|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Andrea Rivas | | | |
| **Iniciales del paciente** | C.E.S.G. | | | |
| **Fecha del plan** | 5 de octubre de 2021 | **N°. de sesión** | | 11 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición actual de una adulta de 25 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Elaborar un enunciado y un plan de actividades de defensa, así como una lista de razones para vivir por medio de la técnica de la técnica de tarjeta de defensa. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Cognición * Conducta * Sentimientos de desesperanza * Creencias irracionales | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo (5mins):** La terapeuta ingresará minutos antes a la plataforma, al conectarse la paciente la saludará de manera cordial y le comunicará que se continuará con las actividades de la intervención. 2. **Desarrollo de la sesión (40mins):** La terapeuta le comentará a la paciente que las actividades a realizar le ayudarán a saber cómo actuar y que hacer en momentos en donde presente desesperanza.   Luego de esto iniciará a trabajar en la técnica de “tarjeta de defensa”, esta se dividirá en dos partes. En la primera parte se realizará una tarjeta en donde la paciente reconozca que se siente triste y desesperada, pero que es una sensación pasajera y aunque es desagradable pronto pasará. En la segunda parte se realizará otra tarjeta (o el dorso de la anterior) en donde se enlistarán diferentes razones para vivir.   1. **Cierre (10mins):** Se espera poder completar las actividades, si en dado caso no se completan la terapeuta le comunicará que la próxima semana se estarán concluyendo las mismas.   La terapeuta hará una retroalimentación de lo que se realizó en la sesión y de lo que se realizará en la siguiente, le preguntará si tiene alguna duda.   1. **Despedida (5mins):** La terapeuta le agradecerá por la cooperación y por la confianza a las Clínicas UNIS, le recalcará el compromiso que debe de tener con la asistencia y luego de esto dará por concluida la sesión. | | | * Fichas media carta * Lápiz o lapicero * Borrador y sacapuntas * Marcadores o crayones | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Autorregistros:** en un cuaderno la paciente deberá de realizar una tabla para registrar una situación con carga emocional elevada, deberá de poner seis columnas: 1. Día y hora, 2. Situación, 3. Emoción, 4. Pensamiento, 5. Reacción fisiológica y 6. Reacción conductual (M. Díaz; M. Ruiz; A. Villalobos, 2017).  **Biblioterapia**: la paciente deberá de leer de la página 68 a la 78 del libro “cuestión de Confianza” por Dr. Russ Harris y deberá identificar las ideas principales. | | | * Cuaderno * Lápiz o lapicero * Crayones o marcadores * PDF del libro | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| * **Tarjeta de defensa**: esta técnica tiene como objetivo abordar de forma inmediata la desesperanza y las ideas suicidas cuando el paciente se encuentra solo. Dentro de esta tarjeta se incluye: reconocer y aceptar el sentimiento (de tristeza o desesperación), reconocer que es temporal, evaluar los propios recursos (habilidades) e iniciar acciones constructivas (See King Emilio Quinto Barrera, s,f.). * **Examen del estado mental:** es una forma estructurada de observar y describir el funcionamiento psicológico del paciente en un momento dado, bajo los dominios de apariencia, actitud, comportamiento, estado de ánimo y afecto, habla, proceso de pensamiento, contenido de pensamiento, percepción, cognición, visión y juicio (Nachar, Paz Castañeda, Mena, & Gonzáles, 2018). | | | | |