|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Gabriela Castillo | | | |
| **Iniciales del paciente** | C.S.Z.B. | | | |
| **Fecha del plan** | 26/04/21 | **N°. de sesión** | | 14 |
| **Objetivo general** | Disminuir los rasgos distímicos y ansiosos en una mujer de 49 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Recapitular los aprendizajes de las sesiones con una actividad de cierre que refleje lo que la paciente se lleva a casa del proceso terapéutico. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Cierre de emociones problemáticas  Estrategias de resolución | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| Saludo  Desarrollo de la sesión:   * Árbol de las emociones: durante una de las sesiones la paciente comentó a la terapeuta que cuando era niña, en su casa había un árbol grande al que le encantaba subirse. Trepaba casi todos los días para poder ver el horizonte y todas las casas desde lo alta. Comenta que le encantaba este árbol, y podía pasar horas aquí. Sin embargo, un día, su madre lo mandó a cortar, una acción que hasta el día de hoy resiente. Por esto, como actividad de cierre la paciente recreará el árbol de su infancia, un buen recuerdo para que puede asociarlo con la expresión emocional. En una cartulina, con pinturas o marcadores, la paciente dibujará el árbol de su patio, iniciando por las raíces y el tronco, hasta llegar a las ramas y la copa. Una vez el dibujo esté hecho, se le asignarán las emociones de la paciente a cada parte del árbol. Las emociones primarias serán las raíces del árbol, así que estas serán escritas encima del dibujo. Las emociones secundarias se irán desplazando desde el tronco hacia las ramas. Estas son todas las emociones que la paciente ha evadido pero que habrá logrado experimentar durante las sesiones. Por último, así como la paciente se sentaba en las ramas del árbol para ver el mundo desde lo alto, con una perspectiva diferente, en la copa del árbol irán todas las afirmaciones que ayudarán a la paciente a verse a sí misma y al mundo desde el lado más emocional, esto incluye lo que ha aprendido de sí misma, o de sus propias emociones, como que son válidas y comprensibles. La paciente podrá conservar este cartel como un recordatorio de que las emociones también son una herramienta que debe utilizar para relacionarse con el mundo de una perspectiva diferente. (30 min). * La rueda de la resiliencia: se le presenta a la paciente un diagrama en el que tendrá que enlistar sus apoyos internos y externos, habilidades personales, expectativas a futuro, y por último un plan de cambio para manejar las problemáticas que se trataron durante esta sesión (20 min).   Cierre  Despedida | | | Cartulina blanca  Pinturas, marcadores o crayones  Marcador peramente  Tijeras  Papel | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| N/A | | | N/A | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se utilizará el formato designado para evaluar el examen del estado mental del entrevistado. Este abarca las áreas de aspecto general y conducta, características del lenguaje, estado de ánimo y afecto, contenido del pensamiento, funcionamiento sensorial y motor, funcionamiento cognoscitivo. | | | | |