|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Gabriela Castillo | | | |
| **Iniciales del paciente** | C.S.Z.B. | | | |
| **Fecha del plan** | 15/03/21 | **N°. de sesión** | | 9 |
| **Objetivo general** | Fortalecer la inteligencia emocional en una mujer de 49 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Concientizar a la paciente acerca de sus mecanismos de defensa y pensamientos nucleares para facilitar la apertura emocional | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Inteligencia emocional  Racionalización  Empatía  Expresión emocional | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. Saludo: se da la bienvenida a la paciente con mucho entusiasmo y se le pregunta cómo le fue en su semana (5 min). 2. Desarrollo de la sesión/Evaluación:  * Se comenzará indagando en los recuerdos o acontecimientos de la paciente que le generan una problemática. Detrás de estos se tratará de que la paciente pueda notar la presencia de pensamientos dicotómicos y mecanismos de defensa en contra de la expresión emocional. Una vez la paciente logra identificarlos, se utilizará el diálogo socrático para exponer la lógica falsa detrás de algunos pensamientos, y mostrar la manera de evaluación continua que debe usarse antes de generar una opinión negativa sobre las personas (30 min). * Experimento emocional: la paciente traerá como plan paralelo a la sesión una lista de problemáticas que le generan dificultades emocionales. A partir de esta, se evaluará la emoción que desencadena cada una, la importancia de esta emoción y de sentirla, e identificar la manera de expresarla correctamente (20 min).  1. Cierre: dar por concluida la sesión. 2. Despedida: agradecer a la paciente por su honestidad y colaboración; diciéndole que se le espera la próxima semana para seguir trabajando. (5 min). | | | Tabla de experimento emocional | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Registro o diario de emociones: consiste en anotar todos los sentimientos que se experimentan durante la semana, logrando identificar estos sentimientos, y junto con ello situaciones en las que note que trata de bloquear una emoción en cuanto empieza a sentirla.  Planificación de actividades acompañada: la paciente deberá elegir una actividad a la semana para compartir con un miembro de su familia, ya sea su esposo o alguno de sus hijos. | | | Papel y lápiz | |
| **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. | | | | |