|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | José Fernando Dávila | | | |
| **Iniciales del paciente** | D.O | | | |
| **Fecha del plan** | 26-02-2020 | **N°. de sesión** | | 6 |
| **Objetivo general** | Disminuir los síntomas de ansiedad en un adolescente de 17 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Guiar al paciente a que logre reestructurar aquellos pensamientos automáticos que causen ansiedad. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Pensamientos * Sentimientos * Conductas * Capacidad para la resolución de problemas | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Inicio (5 min)**   * El terapeuta se conectará a la sesión durante la hora estipulada. * Se consultará si fue capaz de cumplir con el plan paralelo de la semana anterior y los resultados obtenidos. * Se preguntará al paciente sobre su semana, aquellos aspectos positivos y negativos experimentados. De manera conjunta, se decidirán los temas a trabajar durante la sesión.   **Desarrollo de la Sesión (45 min)**   * El terapeuta comenzará a trabajar los temas establecidos en la agenda de trabajo. Se tomará esta oportunidad para utilizar el diálogo socrático y enseñar al paciente como responder a sus pensamientos automáticos por sí mismo. Se procurará dar una psicoeducación del por qué esto es esencial para el tratamiento y cómo es que puede dar uso a esta técnica por sí mismo. * Se presentará al paciente el nuevo formato para el registro de pensamientos, explicando que las preguntas utilizadas durante el diálogo socrático se encuentran escritas debajo, para futuras referencias. Es importante trabajar varios ejemplos durante esta explicación, de manera que esta herramienta quede clara.   **Cierre (5 min)**   * El terapeuta pedirá al paciente que de un breve resumen de los temas tratados durante la sesión y provea una breve retroalimentación sobre la misma. * Se revisará por última vez el plan paralelo, buscando reforzar la confianza del paciente para que este lo complete.   **Despedida (1 min)**   * Ambas partes se desconectarán al finalizar la sesión. | | |  | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| El paciente continuará realizando un registro de pensamientos, tratando de aplicar las técnicas de diálogo socrático para reestructurar sus pensamientos por sí mismo. Asimismo, deberá de continuar leyendo las notas de terapia al menos una vez al día, en la mañana. | | | * Formato de registro de pensamientos * Notas de terapia. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| * Examen del Estado Mental | | | | |

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