|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Andrea Cuezzi | | | |
| **Iniciales del paciente** | AMRAM | | | |
| **Fecha del plan** | 3 de septiembre del 2021 | **N°. de sesión** | | 6 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición psicológica de una adolescente de 13 años | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Trabajar con la paciente por medio de actividades lúdicas y técnicas del enfoque cognitivo conductual. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Se pondrá a la paciente a realizar diferentes actividades donde se expondrá a encontrar una solución a un cierto problema emocional, poder encontrar un control en una situación estresante, inoculación de estrés poder explicarle a la paciente como puede controlar este estrés y como le afecta en su vida. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| Saludo: se le dará a la paciente la bienvenida a la segunda sesión, se le preguntara como estuvo su semana y si sucedió algún acontecimiento el cual quiera compartir y hablar. 10 min  Desarrollo: se le explicara a la paciente que se realizaran diferentes actividades en las cuales se va a ir explicando el motivo de la actividad lúdica. 10 min  Evaluación: para inoculación de estrés, se planteara un problema a la paciente para que ella pueda sentir ese estrés y poder encontrar una solución, darle a entender en que ocasión es correcto sentir estrés pero no intensificarlo. 5 min  Se le pedirá que escriba una pequeña historia donde encuentre un problema de la vida cotidiana y poder encontrar una solución, evaluar en el momento como encontró la solución y explicar el motivo de porque se necesita encontrar soluciones a los problemas. 10 min  Se realizara un rol play para que la paciente pueda expresar sus emociones de una manera correcta. 10min  Cierre: Se le explicara a la paciente la técnica de relajación, donde tiene que respirar por la nariz, sostener el aire por 5 segundos y sacar el aire por la boca poco a poco, esto para disminuir la ansiedad y estabilizar a la paciente en momentos donde haya un desajuste emocional. 5 min  Despedida: Se le invitará la paciente que entre a la siguiente sesión que se llevará a cabo el día 20 de agosto para seguir trabajando. 5 min | | |  | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| No aplica plan paralelo | | |  | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se trabajará en las técnicas del enfoque cognitivo condutal para evaluar el pensamiento de la paciente y como puede solucionar ella sus problemas. Poder enfocarla y darle técnicas para que sus sentimientos sean expresados de una forma sana y correcta. | | | | |

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