|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Valerie Erdmenger González | | | |
| **Iniciales el paciente** | S.R.C. | | | |
| **Fecha del plan** | 22 septiembre 2021 | **N°. de sesión** | | 9 |
| **Objetivo general** | Intervención psicológica a paciente de 12 años con rasgos de ansiedad causados por inestabilidad en la dinámica familiar. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Fortalecer la autoestima de la paciente y fomentar la capacidad de reconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades, con el objetivo de trabajar en su identidad y mejorar su confianza en sí misma. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Se trabajará el reconocimiento de fortalezas y debilidades, en donde la paciente deberá escribirlas en un cuadro. Para esto, se utilizará la técnica del espejo en donde la paciente deberá visualizarse y se le realizarán una serie de preguntas para que después pueda realizar el cuadro de fortalezas y debilidades. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo:** Se saludará a la paciente, dándole la bienvenida nuevamente. Se le preguntará cómo ha estado, cómo se ha sentido, etc. Continuamente, se establecerá la agenda del día, explicándole que durante esta sesión se estará trabajando en su autoestima. (5 minutos) 2. **Desarrollo de la sesión/Evaluación:** Para iniciar, se trabajará la técnica del espejo, en la cual la paciente deberá observarse (puede ser un espejo o en la cámara en grande de la computadora). Se observará por un tiempo y luego se realizarán ciertas preguntas para que pueda reflexionar. (10 minutos)   Continuamente, se le solicitará que, en conjunto, se realice un cuadro con fortalezas y debilidades, tomando en cuenta la técnica del espejo. De este modo se espera que la paciente haya podido hacer una introspección y profundizar en sus fortalezas y debilidades. (20 minutos)  Por último, para abordar de manera completa el tema, se proyectará un video corto en donde se habla acerca de la importancia de la autoestima y cómo fortalecerla. Esto se relacionará con las fortalezas que escribió la paciente y se incentivará a que lo pueda poner en práctica. <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=NuNPpMS8Cts> (10 minutos)   1. **Cierre:** Para el cierre, se hará una retroalimentación de la sesión, recordándole que es un gusto trabajar con ella y así mismo nuevamente mencionarle que es un espacio de confianza. Así mismo se le explicará el plan paralelo, diario de emociones, para que pueda ponerlo en práctica. (5 minutos) 2. **Despedida:** Se dará la despedida, recordando que la vemos la próxima semana. (5 minutos) | | | * Cámara o espejo * Hoja en blanco * Crayones/marcadores * Lapicero * Video la autoestima <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=NuNPpMS8Cts> | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Como plan paralelo la paciente deberá poner en práctica sus fortalezas, aprovecharlas al máximo y en cuanto a sus debilidades trabajar en ella a través de las recomendaciones obtenidas en el video y que de este modo pueda mejorar su autoestima y seguridad en sí misma. | | |  | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Durante esta sesión, se tomará en cuenta la autoestima de la paciente, se evaluará la capacidad de introspección para definir sus fortalezas y debilidades. De igual forma, evaluará siempre el examen del estado mental y estado de ánimo de la paciente. | | | | |

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