|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Sergio Santos | | | |
| **Nombre del paciente** | J.A. | | | |
| **Fecha del plan** | 4/octubre/2021 | **N°. de sesión** | | 9 |
| **Objetivo general** | Disminuir la sintomatología de ansiedad en un adolescente de 15 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Exposición del paciente hacia la ansiedad mediante la imaginación guiada con situaciones. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Área intrapersonal: manejar el reconocimiento y canalización de las emociones, con la finalidad de que pueda expresarlas y comunicarlas.  Área familiar: trabajar en la independencia de la relación madre-hijo.  Área social: brindar al paciente herramientas que ayuden a poder mejorar las habilidades sociales del paciente. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. Saludo (5 min.): conectarse a la plataforma *OliviaHealth*, se realizarán preguntas sobre las tareas de la semana, si hubo algún suceso que fuera distinto a las semanas anteriores. 2. Desarrollo de la sesión (40 min.): Se realizará un reforzamiento de los ejercicios de respiración, resolución de problemas y de identificación antes de adentrarse a la exposición. Luego, se pedirá que cierre los ojos y que imagine una situación que le genere ansiedad (leve), posteriormente durante esa situación que la confronte con las herramientas brindadas. Después, que acuda a un recuerdo como lugar u objeto agradable, pidiendo que verbalice lo que sucede durante esa transición.   También se solicitará que trabaje en el autorregistro de emociones positivas durante la semana y que utilice una frase positiva diaria (que la anote y coloque en un lugar visible).   1. Cierre (5 min.): se dará a elegir la actividad con la que desea mantener el registro el paciente, si desea que sea un registro emocional, de ejercicios físicos o de respiración, pero que elija uno como principal. 2. Despedida (5 min.): se le agradecerá por el tiempo y esfuerzo por conectarse. Se le indicará que se espera a la misma hora la siguiente semana. | | | Estado del examen mental.  Hojas en blanco.  Lapicero.  Lápiz. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Se continúa con el registro de emociones positivas del paciente. | | | Hojas en blanco, lapicero, lápiz, borrador, sacapuntas. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Examen del estado mental: evaluar el lenguaje corporal, coherencia con el verbal, así como los ademanes utilizados. | | | | |