|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | María Andrea De León | | | |
| **Iniciales del paciente** | A.P | | | |
| **Fecha del plan** | 16/10/2021 | **N°. de sesión** | | 9 |
| **Objetivo general** | Disminuir los rasgos del trastorno depresivo persistente (distimia) en una adolescente de 14 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Mejorar la relación interpersonal con la paciente por medio de preguntas acerca de su semana. Relajación por medio del control de la respiración. Trabajar en la restructuración cognitiva por medio de un auto registro. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Mejorar la relación interpersonal con la paciente por medio de preguntas abiertas acerca del desarrollo de su semana. Relajación por medio del control de respiración y pensamientos intrusivos. Trabajar con la paciente en la restructuración cognitiva, a través de un auto registro, en este caso la técnica se enfocará en reestructurar sus preocupaciones habituales. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| Saludo inicial y presentación. (5 min)  Investigar información significativa a través del *rapport* por medio de preguntas cotidianas, no invasivas, específicamente acerca del estado actual y de lo que la rodea tales como ¿Cómo se encuentra? ¿Encontró tránsito pesado? ¿Qué le parece el clima de hoy? (5 min)  Relajación por medio del control de respiración y pensamientos intrusivos (5 min)  Se le explicará la actividad que se realizará a la paciente.  Trabajar en la restructuración cognitiva, y enseñarle la relación entre pensamiento-emoción-conducta por medio de un auto registro (tabla) en la que la paciente listará eventos que le provoquen sentimientos de tristeza, angustia, o culpabilidad, el pensamiento negativo que provoque en ella, el tipo de sentimiento, el error de pensamiento y por último pensamientos alternativos. (30 min)  Se reforzará la relación pensamiento-emoción-conducta. (5 min)  Resumen de las actividades realizadas dentro de la sesión, y despedida. (5 min) | | | * Hojas en blanco * Lápiz * Lapicero | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| No se llevará a cabo ningún plan paralelo. | | |  | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se evaluará la postura, aspecto y conducta, características del lenguaje, por medio de la observación (examen del estado mental). También se evaluará la capacidad de reconocimiento de emociones en la paciente, a través del auto registro. | | | | |

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