|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | María Fernanda Gordillo Franco | | | |
| **Iniciales del paciente** | S.R.S | | | |
| **Fecha del plan** | 11/03/2022 | **N°. de sesión** | | 7 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición psicológica de una paciente de 51 años | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Educar a la paciente sobre la inteligencia emocional y las vías de reacción ante diversas situaciones estresantes. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Dentro de sesión se trabajarán nuevamente las emociones, enfocadas en la mejora de reacciones y análisis sobre las situaciones, el pensar antes de actuar, a su vez se trabajarán las consecuencias o impacto emocional de las reacciones sobre sí misma y su entorno. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Saludo (15 minutos)**   * Se dará la bienvenida a la paciente * Se le pedirá a la paciente que evaluemos su semana, comentando palabras clave de cada día e indicando la puntuación que le ha otorgado en cuanto a cómo se sintió ella, en: emocional, social, familiar y laboral   **Desarrollo de sesión (50 minutos)**   * Se dará inicio a la sesión por medio del uso del cuaderno de inteligencia emocional, el cual se trata de realizar ¨el podio de necesidades ̈ de la paciente, el cual se pretende que la paciente evalúe cuales son sus necesidades primordiales a nivel emocional, físico, familiar, etc. Luego de esto se llevará a cabo otra actividad complementaria que se enfoca en que la paciente redacte e identifique sus emociones y el cómo satisface las necesidades que la llevan alcanzarlas con un mínimo de 8 (15 minutos) * Posterior a esto, se le expondrá a la paciente un vídeo enfocado en los mecanismos de reacciones ante situaciones de afección emocional, los mecanismos de defensa que poseemos y el cómo saber abordarlos de manera adecuada para que no perjudiquen nuestras relaciones sociales y estabilidad emocional personal.   Al culminar de ver el video, se dialogará con la paciente sobre su comprensión ante el tema expuesto y se analizaran sus 3 mecanismo de defensa habituales y las situaciones en las que suceden. (40 minutos)  **Despedida (5 minutos)**   * Se finalizará con un ejercicio de respiración | | | Hoja, lápiz, borrador.    Uso de cuadernillo de actividades sobre inteligencia emocional  Uso de video sobre mecanismos de defensa | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| * Se trabajará en casa un diario emocional, en el cual se pretende que la paciente pueda redactar cómo se sintió a lo largo de los días e identificar aquellos comportamientos, pensamientos o emociones negativas y las situaciones en las que se presentan, para poder llevarlo a sesión y reconocer las áreas a trabajar y las herramientas a utilizar. * Se le solicitará a la paciente realizar una actividad al día personal, como: salir a caminar, dibujar, cocinar, etc. que le permitan el encontrar un espacio seguro. | | | Cuaderno, lápiz, borrador y crayones. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se evaluaran la comprensión sobre la inteligencia emocional, así como también la identificación y psicoeducación sobre los mecanismo de defensa, para poder promover en la paciente una mayor consciencia sobre sus emociones y sobre lso efectos que puede lelgar a causar en su alrededor. | | | | |