|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Ximena Xicará Aguilar | | | |
| **Iniciales del paciente** | AEUJ | | | |
| **Fecha del plan** | 09/04/2022 | **N°. de sesión** | | 11 |
| **Objetivo general** | Aumentar la inteligencia emocional y autoestima a un niño de 11 años al estabilizar sus estados y expresiones emocionales. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Brindar al paciente herramientas que le ayuden a regular sus emociones, principalmente la de ira, las cuales serán la técnica de relajación muscular y la caja de herramientas. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Regulación del estado de estado ánimo de molestia e inquietud del paciente ante los juegos pesados de su hermano menor y el estrés académico que manifiesta.  Brindarle al paciente herramientas de comunicación y expresión asertiva, como es la caja de herramientas. A fin de que sea más respetuoso y menos agresivo con sus padres.  Evaluar la comprensión lectora del paciente a través de una lectura corta, con el fin de confirmar el diagnóstico psicopedagógico de dificultades en la comprensión lectora. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. SALUDO: (5 minutos)   Dar la bienvenida a la clínica al paciente. Preguntarle acerca de su semana y revisar con él el Termómetro de ira y frustración trabajado durante la semana anterior.   1. DESARROLLO DE LA SESIÓN:   (20 minutos) Propiciar al paciente un espacio de relajación y ambiente de tranquilidad. Explicarle que debe acostarse sobre la colchoneta y que se realizará un ejercicio de relajación que puede realizar posteriormente en casa. Será el ejercicio de relajación muscular progresiva de Jacobson, el cual consiste en ir concientizando al paciente de las expresiones fisiológicas que toman sus emociones al concientizarle de cada una las partes de su cuerpo, tensarlas y relajarlas. Esto se realiza en un ambiente que esté lo más tranquilo posible y con el paciente en una posición cómoda, mientras la terapeuta guía el ejercicio de cabeza a pies.  (20 minutos) Explicarle al paciente la importancia de la comunicación y el lenguaje expresivo, utilizando la técnica de caja de herramientas, explicándole a la vez lo que es cada una de las herramientas y cuando debe utilizarlas.  (10 minutos) Solicitarle al paciente que lea la fábula del pastorcito mentiroso y posteriormente realizar 3 preguntas con las que se pueda observar su capacidad de comprensión.   1. CIERRE: (2 minutos)   Comentarle que la próxima sesión el mismo día y hora, y que permanecerá igual semanalmente, aclarándole que la semana próxima será también de manera presencial y que continuará así de acuerdo con las disposiciones gubernamentales.   1. DESPEDIDA: (3 minutos)   Finalmente, despedirle. Acompañarlo a la puerta y entregarlo con sus padres.  Recordar a los padres que la siguiente sesión será también presencial.  Comentarles también que se han realizado unos globos que funcionan como las “pelotas antiestrés”, los cuales se espera utilice a lo largo de la semana cuando se sienta molesto con su entorno o consigo mismo. | | | Colchoneta  Caja con dibujos de herramientas | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Economía de fichas, con el fin de que el paciente pueda priorizar sus tareas tanto escolares como del hogar, y con ello él pueda valorar más las recompensas que se le dan al respecto.  Globos antiestrés, como método para descargar sus ideas agresivas y conductas de ira de con un objeto en vez de con sus familiares. | | | Fichas  Globos antiestrés realizados en la sesión | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Examen del Estado Mental, el cual consiste en evaluar al entrevistado para conocer sus facultades pensativas y de personalidad sin utilizar pruebas directas o que el paciente se conozca evaluado, en este caso, realizar este examen a los padres será de ayuda para tener una idea de dónde proviene la paciente y a lo que se enfrenta.  Lectura de la fábula del pastorcito mentiroso, a manera de utilizarlo como recurso de evaluación que ponga en manifiesto la sospecha pedagógica de “dificultades en la comprensión lectora”. | | | | |

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