



| PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA | | | |
|-------------------------------------|--|---------------|----|
| Nombre del practicante | Abigail Quiroa | | |
| Iniciales del paciente | F. E. S | | |
| Fecha del plan | 15 febrero 2022 | N°. de sesión | #4 |
| Objetivo general | Evaluar la condición psicológica de un adolescente de 19 años | | |
| | | | |
| Objetivo de la sesión: | Recaudar información del paciente por medio de las prueba psicométrica de Trait Meta Mood Scale TMMS24 con el objetivo de evaluar la inteligencia emocional del paciente. Indagar sobre sintomatología depresiva y de ansiedad por medio de las Escalas de Beck. | | |
| Áreas a trabajar: | Trait Meta Mood Scale (TMMS24) - Es una evaluación de la inteligencia emocional que se enfoca en 3 componentes: la atención (ser capaz de sentir y expresar sentimientos), comprensión (entender el estado de ánimo) y la regulación (regulación de la conducta directamente relacionada con los sentimientos). Escala de Depresión de Beck - Es un instrumento que se especializa en conocer la gravedad de la depresión en el individuo. Diario Emocional - Es una técnica cognitivo conductual, el paciente deberá de realizar un registro de sus emociones, los | | |

| | pensamientos y la conducta que desencadenó una situación en específico. |
|--|---|
| Actividades de intervención | Materiales y recursos |
| <p>Inicio (5 a 6 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> - La sesión se realiza por medio de la plataforma de zoom, se realiza un saludo formal al paciente y se le pregunta sobre sus actividades en el transcurso de la semana. <p>Desarrollo (30 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se comenzará la evaluación con la aplicación de la prueba psicométrica de Trait Meta Mood Scale (TMMS24), se le hará el recordatorio que es una prueba para conocer más sobre su estado emocional actual. <p>Instrucciones: a continuación, hay una serie de afirmaciones acerca de sus emociones y sentimientos. Debe de leer atentamente cada una de las frases, debe de identificar el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a los mismos.</p> <p>Es importante marcar una “X” en las siguientes opciones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nada de acuerdo 2. Algo de acuerdo 3. Bastante de acuerdo 4. Muy de acuerdo 5. Totalmente de acuerdo <p>Al momento de leer bien la frase, deberás seleccionar la respuesta con la que más te relaciones. Es importante mencionar que no hay respuestas buenas o malas.</p> <p>La segunda prueba psicométrica que se llevará a cabo es la Escala de Depresión de Beck. Se le menciona las instrucciones: en este cuestionario aparecen varios grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada una. A</p> | <p>Trait Meta Mood Scale (TMMS24)</p> <p>Escala de Depresión de Beck</p> <p>Escala de Ansiedad de Beck</p> <p>Lápiz</p> <p>Borrador</p> |

| <p>continuación, señale cuál de las afirmaciones de cada grupo describe mejor cómo se ha sentido durante esta última semana, incluido el día de hoy. Si dentro de un mismo grupo, hay más de una afirmación que considere aplicable a su caso, márquela también. Asegúrese de leer todas las afirmaciones dentro de cada grupo antes de efectuar la elección.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Después de la prueba psicométrica se le explicará el plan paralelo que se llevará a cabo, el diario emocional se trata de poder llevar un registro en el cual el paciente podrá identificar una situación, algún pensamiento que se dio, alguna emoción que sintió en el momento y alguna conducta que se desencadenó de dicha situación. Se le explica un momento que el haya vivido y se llena el cuadro con él. <p>Retroalimentación (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Seguido de la aplicación de la evaluación, se tomarán unos minutos para resolver cualquier duda acerca de la tarea del plan paralelo o sobre algún tema en específico que cause intriga en el paciente. <p>Cierre (5 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se procederá a despedir al paciente, haciendo mención sobre las siguientes evaluaciones que se llevarán a cabo durante la próxima sesión. | |
|--|---|
| Plan paralelo | Materiales y recursos |
| <p>Diario emocional: es una técnica muy relevante para fortalecer la Inteligencia Emocional.</p> | <p>Material en Canva</p> <p>Se elaborará un machote llamativo</p> |



| | |
|---|--|
| <p>Objetivo: permite que el paciente sea más consciente de lo que siente y la manera correcta de gestionar las emociones. Aparte, logra determinar efectos corporales que el cuerpo cede ante diferentes situaciones o pensamientos.</p> <p>Identificar:</p> <ul style="list-style-type: none">- La situación que ha desenbocado dicha emoción. El paciente debe de describir con detalles la situación.- Las sensaciones físicas que se han percibido ante la situación.- Las emociones que se presenciaron en dicho momento- Los pensamientos que se tuvieron ante lo ocurrido. | <p>para que el paciente pueda hacer sus anotaciones diariamente. Dicho material se le enviará por medio de correo electrónico.</p> |
| Área de evaluación | |
| <p>Examen del Estado Mental</p> <ul style="list-style-type: none">- Es un examen que permite recabar información sobre el aspecto general, la conducta, características del lenguaje, el estado anímico y afectivo, el contenido del pensamiento, funciones del sensorio, autocognición y juicio. <p>Trait Meta Mood Scale (TMMS24)</p> <ul style="list-style-type: none">- Es una evaluación de la inteligencia emocional que se enfoca en 3 componentes: la atención (ser capaz de sentir y expresar sentimientos), comprensión (entender el estado de ánimo) y la regulación (regulación de la conducta directamente relacionada con los sentimientos). <p>Escala de Depresión de Beck</p> <ul style="list-style-type: none">- Es un instrumento que se especializa en conocer la gravedad de la depresión en el individuo. <p>Escala de Ansiedad de Beck</p> <ul style="list-style-type: none">- Instrumento especializado en conocer la sintomatología de la ansiedad en el individuo. | |



Firma / Sello de asesora: _____