



PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA			
Nombre del practicante	Débora Cristal Ramírez Archila		
Iniciales del paciente	P.L.T		
Fecha del plan	Jueves 24 de febrero 2022	Nº. de sesión	5
Objetivo general	Evaluar la condición psicológica en una persona de 25 años.		
Objetivo de la sesión:	Conocer pensamientos, emociones y síntomas que la paciente presenta, por medio del diálogo y Prueba Psicométrica de Autoestima de Sorensen.		
Áreas a trabajar:	Las áreas a trabajar en la sesión serán la inteligencia en diferentes ámbitos, por ejemplo los pensamientos automáticos que la paciente presenta en su vida y en el cual está se relaciona a su estado emocional y éxito en la vida evaluará con la Prueba Psicométrica de Autoestima de Sorensen.		
Actividades de intervención		Materiales y recursos	
<b>1. Saludo (5 minutos)</b> La sesión dará inicio mediante la plataforma Zoom, se le dará la bienvenida a la paciente a la sesión y en seguida se comenzará con una técnica de relajación, en este caso se le dirá a la paciente que ella tiene la opción de elegir el tipo de técnica de relajación que desee usar esta sesión, esto con el objetivo de supervisar si la paciente se encuentra aprendiendo estas técnicas, las cuales son importantes para reducir el estrés y relajar los músculos de la tensión recibida durante lo largo de la semana.		<ul style="list-style-type: none"><li>- Hojas en blanco</li><li>- Lapicero/ lápiz</li><li>- Borrador</li><li>- Computadora</li><li>- Prueba Proyectiva de Autoestima de Sorensen.</li></ul>	
<b>2. Desarrollo de la sesión (45 minutos)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Revisión del plan paralelo (10 min)</b></li></ul> El plan paralelo consistió en un diario de emociones. Este diario de emociones hecho por la paciente ayudará a dialogar sobre los		<ul style="list-style-type: none"><li>- Diario de emociones</li><li>- Globo</li><li>- Harina</li></ul>	



<p>acontecimientos que sucedieron durante la semana, permitiendo expresar sus emociones y sus sentimientos ante dichos acontecimientos.</p> <p>- <b>Actividad antiestrés (20 min)</b></p> <p>Esta actividad consiste en realizar un globo con harina, logrando que la paciente cuando se encuentre estresada, en lugar de arrancarse el pelo, pueda apachar la pelota antiestrés hecha en la sesión.</p> <p>- <b>Cuestionario de Autoestima de Sorensen (20 min)</b></p> <p>Evaluación del grado de autoestima que la paciente tiene sobre ella misma. La paciente deberá de responder conforme a lo que ella crea y la terapeuta le leerá las oraciones de la prueba.</p> <p><b>3. Cierre: (4 minutos)</b></p> <p>Los últimos minutos se utilizarán como un momento en el que el paciente puede expresar sus ideas o emociones. Así mismo, dialogar sobre los últimos acontecimientos sucedidos en su vida y explicarle el plan de sesión de la semana.</p> <p><b>4. Despedida (1 min)</b></p> <p>Paciente y terapeuta se despiden y finaliza por completo la sesión.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Agua</li><li>- Bowl</li></ul>
Plan paralelo	Materiales y recursos
<p>La carta para los días de lluvia, es una carta dirigida a ella misma, la cual incluye sus fortalezas, cualidades y recursos que le ayudan en los días en que se encuentra mal. Esto con el objetivo de que la paciente analice sus fortalezas y cualidades, las cuales olvida. También, que identifique los recursos con los que puede contar en esos días que se encuentra mal y superarlos de la mejor forma.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Hoja</li><li>- Lápiz</li></ul>
Área de evaluación	
<p>Entrevista psicológica: diálogo con la paciente para tener más información acerca de la problemática y sintomatología.</p> <p>Examen del estado mental: este es un examen que analiza la capacidad mental actual de la paciente. Evaluando aspectos generales como conducta, lenguaje, contenido del pensamiento y sus funciones del sensorio.</p> <p>Prueba Psicométrica de Autoestima de Sorensen: esta prueba permitirá evaluar actitudes valorativas personales, familiares y sociales de la paciente.</p> <p>:</p>	



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