



PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA			
Nombre del practicante	Marcela Ruiz		
Iniciales del paciente	CL		
Fecha del plan	20/03/2021	N°. de sesión	11
Objetivo general	Brindar apoyo psicológico a una persona de la edad adulta con problemas de inseguridad a causa de un abuso		
Objetivo de la sesión:	Brindar técnicas de respiración con el fin de que la paciente tenga el conocimiento de cómo disminuir los niveles altos de estrés, así mismo ejercicios que son funcionales para un momento de crisis.		
Áreas a trabajar:	<ul style="list-style-type: none">• Ejercicios de relajación y respiración• Detección de algún pensamiento negativo y no expresado.• Imaginación de una escena agradable• Solicitar el DPI		
Actividades de intervención		Materiales y recursos	
<ol style="list-style-type: none">1. Introducción: Se brindará 5 minutos con el fin de que la paciente pueda comentar sobre su semana.2. Explicación: Se van a tomar 10 minutos para explicar la dinámica de la sesión de ese día. Brindando una breve introducción de lo que se estará realizando ese día.3. Técnica de Autocontrol: Se va a llevar a cabo por realizar el ejercicio dentro de la sesión<ol style="list-style-type: none">1. Se va a trabajar con el enojo y situaciones de estrés que se da a nivel cotidiano o estando fuera de casa.2. . Expresarle que debe respirar profundo 10 segundos3. Buscar una escena agradable para la misma, puede ser imaginativa o real.4. Despedida (10 minutos): Preguntarle a la paciente como se sintió con la actividad.			
Plan paralelo		Materiales y recursos	



Área de evaluación	
<p>Examen del estado mental:</p> <ul style="list-style-type: none">• Aspecto general y conducta• Características del lenguaje• Estado del ánimo y Afecto• Contenido del pensamiento• Funciones del sensorio• Autogestión y juicio.	

Firma / Sello de asesora: _____