

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) <ul style="list-style-type: none">Se dará la bienvenida a la pacienteSe 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) <ul style="list-style-type: none">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... y 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 mecanismo de reacciones ante situaciones de afección emocional, los mecanismo de defensa que poseemos y el cómo saber abordarlos de manera adecuada para que no perjudiquen nuestras relaciones sociales y estabilidad emocional personal. <p>Al culminar de ver el video, se dialogará con la paciente sobre su comprensión ante el tema expuesto y se</p>		Hoja, lápiz, borrador. .Uso de cuadernillo de actividades sobre inteligencia emocional Uso de video sobre mecanismos de defensa	

<p>analizaran sus 3 mecanismo de defensa habituales y las situaciones en las que suceden. (40 minutos)</p> <p>Despedida (5 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> Se finalizará con un ejercicio de respiración 	
Plan paralelo	Materiales y recursos
<ul style="list-style-type: none"> 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. 	<p>Cuaderno, lápiz, borrador y crayones.</p>
Área de evaluación	
<p>Se evaluarán 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 los efectos que puede llegar a causar en su alrededor.</p>	