



PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA			
Nombre del practicante	Ana Gabriela Pineda Suchini		
Iniciales del paciente	A.F.V.C		
Fecha del plan	18 febrero 2022	N°. de sesión	4
Objetivo general	Evaluar la condición psicológica de una adolescente de 15 años.		
Objetivo de la sesión:	Aplicar las pruebas proyectivas de Persona Bajo la Lluvia, Frases Incompletas de Sacks en adolescentes, Ansiedad y Depresión de Beck. El objetivo de evaluar la ansiedad y el temor en determinados ámbitos se puede observar cuáles son sus defensas, la adaptación de forma patológica a los cambios y evaluar sintomatología indicativa como tristeza, llanto, sentimientos de fracaso y culpa. Así como también, se obtendrá el reflejo de los deseos, temores, actitudes que revelan pensamientos conscientes e inconscientes del paciente y evaluará las habilidades emocionales en las que tiene problemas y el nivel general de autoestima.		
Áreas a trabajar:	Durante esta sesión serán aplicadas las pruebas proyectivas, Prueba Proyectiva de Persona Bajo la Lluvia: Dicha prueba nos permite evaluar las ansiedades y conflictos que tiene la paciente. Frases Incompletas de Sacks en adolescentes: Nos permite evaluar proyecciones inconscientes. Ansiedad y Depresión de Beck: Permite evaluar la sintomatología que son indicativos como tristeza, llanto,		

	<p>sentimientos de fracaso y culpa, pensamientos y deseos de suicidio, pesimismo entre otros.</p> <p>Examen del estado mental: evalúa las diversas variables del funcionamiento y consiste en la valoración de la capacidad mental actual del paciente mediante la evaluación del aspecto general, comportamiento, cualquier idea inusual o percepción insólita o extraña, el estado de ánimo y todos los aspectos de la cognición.</p> <p>Técnica de respiración: Trabajar la forma en la que el paciente pueda mejorar la concentración, la creatividad y el rendimiento cognitivo por medio de técnicas de respiración consciente.</p>
Actividades de intervención	Materiales y recursos
<p>Bienvenida (5 min): Se recibirá a la paciente en la plataforma Zoom, en donde la terapeuta empezará a preguntarle a la paciente de su día, del colegio, entre otras preguntas y harán comentarios, con el fin de eliminar sentimientos de nerviosismos e inseguridades.</p> <p>Actividades (50 min): Antes de empezar las pruebas proyectivas se realizará una respiración</p> <p>TÉCNICA DE RESPIRACIÓN (10-15 min): En esta actividad es una técnica de respiración guiada, donde la terapeuta le pedirá al paciente que se siente y cierre los ojos. La terapeuta en este caso le dirá a la paciente que este en un lugar tranquilo y sin distracciones. Esta técnica de respiración se realizará de la siguiente manera: Se le pedirá que se siente en la silla y que se acomode de manera que su espalda esté recta. Luego, debe de colocar las manos sobre el pecho y la otra sobre el abdomen. Se le indicará que inhale lentamente por la nariz y que cuente hasta 2. A medida que inhale, el abdomen debe empujar la mano. El</p>	<p>Lápiz, hojas en blanco y borrador (paciente)</p> <p>Protocolos de las pruebas Proyectivas de Persona Bajo la Lluvia.</p> <p>Hoja de respuestas del test de Frases Incompletas de Sacks para Adolescentes.</p> <p>Cuestionarios de Ansiedad y Depresión de Beck.</p>

pecho debe permanecer quieto. Después, se le indicará que expulse el aire lentamente con los labios juntos (casi cerrados). Se contará hasta 4. A medida que expulsa el aire, debe sentir que el estómago se hunde y se realizará 3 veces la misma secuencia hasta que esté más relajado.

Se iniciarán las evaluaciones de pruebas proyectivas:

1. **Prueba proyectiva de Persona Bajo la Lluvia:** La paciente en esta actividad podrá dibujar una persona bajo la lluvia. La terapeuta le dará una hoja en blanco en forma vertical, un lápiz y un borrador; le dará la instrucción de "Dibuja una persona bajo la lluvia".
2. **Frases Incompletas de Sacks para Adolescentes:** La terapeuta en esta actividad le dirá a la paciente que se le va a ir diciendo una parte de la oración y ella dirá lo primero que se le venga a la mente. Cabe mencionar se hará esta prueba dependiendo del tiempo y viendo cómo se encuentra la paciente.
3. **Ansiedad de Beck:** La terapeuta en esta actividad le proyectará el cuestionario donde se va a ir leyendo las instrucciones juntas. Se le irá diciendo que debe de leer cuidadosamente las sintomatología, donde va a decir que se le ha ido afectando durante la última semana y en el momento actual. Deberá de elegir (0= en absoluto; 1=levemente, no me molesta mucho; moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo y 3 severamente, casi no podía soportarlo. **Depresión de Beck:** La terapeuta en esta actividad le proyectará el cuestionario donde se va a ir leyendo las instrucciones juntas. Se le irá diciendo que debe leer cuidadosamente las afirmaciones y debe de señalar cuál de las afirmaciones de cada grupo describe mejor como se ha sentido durante esta última semana incluida el día de hoy,



Cierre y despedida: Se cerrará la sesión con la paciente, con comentarios positivos del comportamiento que presentó dentro de clínica, se le expresará al paciente el deseo de volver a tener una sesión nuevamente. Cualquier duda o temor que se perciba por la terapeuta, será comentado de una forma que el paciente no se sienta amenazado sino transmitiendo confianza. Por último, la terapeuta dará por concluida la sesión y se despedirá de la paciente.	
Plan paralelo	Materiales y recursos
<p>Consiste en que realice un <i>journaling</i> o registro por diario. El <i>journaling</i> es una herramienta psicológica que se basa en almacenar la información necesaria para restablecer los datos afectados.</p> <p>Este tiene como objetivo que el paciente pueda generar detalladamente ya sea por escrito o dibujado los eventos y las emociones que experimenta durante el día. Este lo debe de realizar toda la semana. (de viernes a viernes)</p> <p>Esto ayudará al paciente a experimentar una mayor sensación de bienestar emocional y a sentirse mejor físicamente.</p> <p>En este caso el paciente debe anotar en el cuaderno cada vez teniendo un mal día o cuando quiera desahogarse. El registro debe contener los siguientes datos: fecha. Situación (¿qué ha pasado), pensamiento (¿qué he pensado?), emoción (¿qué he sentido?) y conducta (¿qué hago?).</p>	<p>Cuaderno, borrador, lápiz y crayones.</p> <p>(Este material lo debe de tener la paciente en su casa)</p> <p>Cabe mencionar que la paciente debe de mandar foto al correo indicado.</p> <p>Dentro de la intervención de la siguiente semana se va a comentar dicho plan.</p>
Área de evaluación	
Durante esta sesión serán aplicadas las Pruebas proyectivas.	



El dibujo es el medio a través del cual el niño puede expresar sus emociones. Estas pruebas se usarán con el objetivo de saber lo que le sucede en un momento dado, y así poder comprender y ayudar al paciente.

Técnica de respiración: Trabajar la forma en la que el paciente pueda mejorar la concentración, la creatividad y el rendimiento cognitivo por medio de técnicas de respiración consciente.

Durante esta sesión serán aplicadas las pruebas proyectivas

Prueba Proyectiva de Persona Bajo la Lluvia: Dicha ayuda a evaluar las ansiedades y conflictos que tiene la paciente.

Frases Incompletas De Sacks para Adolescentes: Prueba que consta de 56 reactivos, que Brinda proyección de las ideas, valores, creencias, temores, fantasías, entre otras cosas que posee el paciente. Con base en las respuestas obtenidas, se realiza una sumatoria por área y se determina la alteración a los diferentes niveles mencionados.

Ansiedad y Depresión de Beck: Prueba que es útil para valorar los síntomas somáticos de ansiedad, tanto en desórdenes de ansiedad como en cuadros depresivos.

Así mismo, durante la sesión se estará evaluando el examen del estado mental, cuyo fin es poder observar las diversas variables del funcionamiento cognitivo y consiste en la valoración de la capacidad mental actual del paciente mediante la evaluación del aspecto general, comportamiento, cualquier idea inusual o percepción extraña, el estado de ánimo y todos los aspectos de la cognición.

Firma / Sello de asesora: _____