|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Fátima Castellanos | | | |
| **Iniciales del paciente** | J.R.D.S. | | | |
| **Fecha del plan** | 05-10-2021 | **N°. de sesión** | | 11 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición general de un adolescente de 16 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Fortalecimiento de la autoestima por medio de actividades creativas, introduciendo el concepto de autoconocimiento y autoconcepto. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Autoconocimiento: conocimiento que tenemos de nosotros mismos, es decir, al conjunto de cosas que sabemos acerca de quiénes somos.  El autoconcepto se define como el conjunto de características (físicas, intelectuales, afectivas, sociales, etc.) que conforman la imagen que un sujeto tiene de sí mismo. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo (5 min.):** Conectarse por medio de la plataforma *OliviaHealth y Zoom,* recibir al paciente realizándole preguntas sobre su día. 2. **Desarrollo de la Sesión (45 min.):**   Al comienzo de la sesión, se realizará la actividad “autocaracterización”, que consiste en que redacte en tercera persona sobre él mismo. Luego, se le realizará una serie de preguntas que le ayudarán a favorecer la introspección. Seguidamente, se hará la actividad “frente al espejo”, con el fin, de ayudarlo y guiarlo para que se observe, y exprese qué ve en el espejo de él mismo, pero al mismo tiempo realice una introspección más allá de los aspectos físicos.  Luego, se realizará la actividad “yo soy”, el cual consiste en que escriba algunos aspectos que digan de él las demás personas (sus familiares, amigos y maestros). Con el objetivo, de diferenciar los reales de los que no. Analizar todos los aspectos escritos guiándolo en encontrar los aspectos con los que se identifica, y los que no, deshacerse de ellos.  Para finalizar, se le indicará que se realizará la actividad “el árbol”, donde se dialogue sobre la vida de un árbol comparándola con el pasado (las raíces e inicio del tronco), el presente (tronco y ramas principales) y el futuro (otras ramificaciones, hojas y frutos/flores).   1. **Cierre (5 min**.): Para finalizar, se le agradecerá su cooperación y se le cuestionará si tiene alguna duda personal o si quisiera agregar algo sobre lo trabajado anteriormente. De igual forma, se realizará una retroalimentación de lo trabajado y algunas recomendaciones (si es necesario) para la semana. 2. **Despedida (5 min.):** Se despedirá amablemente y haciendo énfasis en que se le espera para la próxima sesión. Se le agradecerá por su tiempo, y de igual modo, se le indicará que cualquier duda pueden consultar a la clínica o conmigo. | | | Lápiz  Borrador  Lapicero  Música instrumental o sonidos ambientales relajantes | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Regalarse mañanas soleadas, la cual consiste en comenzar mirándose en el espejo, mientras se dirige a sí mismo con palabras agradables. Anotar los momentos de soledad y pensamientos automáticos. | | |  | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Autoconocimiento: conocimiento que tenemos de nosotros mismos, es decir, al conjunto de cosas que sabemos acerca de quiénes somos.  El autoconcepto se define como el conjunto de características (físicas, intelectuales, afectivas, sociales, etc.) que conforman la imagen que un sujeto tiene de sí mismo. | | | | |