|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Fátima Castellanos | | | |
| **Iniciales del paciente** | J.R.D.S. | | | |
| **Fecha del plan** | 12-10-2021 | **N°. de sesión** | | 12 |
| **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 autoevaluación y autoaceptación. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | La autoevaluación de conciencia es un proceso introspectivo que permite visualizar y juzgar las propias conductas y pensamientos.  La autoaceptación se define como la capacidad de aceptarse y aprobarse a uno mismo, teniendo en cuenta, tanto las virtudes como los defectos. | | | |
| **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 una encuesta donde deberá contestar diferentes preguntas para profundizar en su autoevaluación. Para luego, discutir sobre las respuestas.  Posteriormente, se le indicará que realice un bosquejo de un autorretrato de su “yo del pasado” y de su” yo del presente”. Donde luego, escriba los aspectos que han cambiado de sí mismo. Por medio de la conversación y análisis, se le guiará para que evalué las situaciones de su presente y cómo podría mejorar su dinámica tanto familiar, social y escolar.  Seguidamente, se realizará una encuesta donde deberá llenar un listado de autoaceptaciones. Tratando de reflexionar sobre cada aspecto escrito. Se realizará una introspección de emociones negativas y pensamientos intrusivos que le provocan irritabilidad, culpabilidad o tristeza hacia sí mismo. se le guiará a la aceptación de errores y de los aspectos descritos de él mismo, así como, reconocimiento de logros personales.   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  Encuesta de autoevaluación  Encuesta de autoaceptaciones | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Se le indicará al paciente, que durante la semana se proponga cumplir las metas a corto plazo propuestas en la sesión. Anotar sus resultados y traerlo para la siguiente sesión. Igualmente, anotar cada noche oraciones que comience como “hoy acepte que…”, “acepto que…”, entre otros. | | | -- | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| La autoevaluación de conciencia es un proceso introspectivo que permite visualizar y juzgar las propias conductas y pensamientos.  La autoaceptación se define como la capacidad de aceptarse y aprobarse a uno mismo, teniendo en cuenta, tanto las virtudes como los defectos. | | | | |