| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nombre del practicante** | Isabella Saravia | | | |
| **Iniciales del paciente** | K.G. | | | |
| **Fecha del plan** | 06/05/2022 | **N°. de sesión** | | 14 |
| **Objetivo general** | Disminuir los rasgos ansiosos de una mujer de 19 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Darle a conocer a la paciente sus fortalezas y debilidades. Además de eso, fijar objetivos a corto, mediano y largo plazo para la paciente, estos serán de gran ayuda para que pueda seguir mejorando por sí misma luego del proceso terapéutico. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Autoconocimiento: Se trabajará el autoconocimiento que la paciente tiene de sí misma a la hora de enlistar sus fortalezas y debilidades. Esto le dará una idea más o menos clara de todas las distintas características que la definen, así como las que debe trabajar más y las que debe utilizar a su ventaja.  Llevar lo teórico a la práctica: El plantear metas en la paciente le ayudará a poder poner en práctica todo el contenido que ha aprendido en las sesiones. Además, dividirlas entre distintos lapsos de tiempo le permitirá organizarse mejor. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| * **Saludo y revisión de tarea (10 minutos):** Se conectan a la sesión, y se hablará acerca del plan paralelo y lo que la paciente logró realizar con las instrucciones dadas. El plan paralelo pasado consistía en mirar la el video de la charla: El poder de la vulnerabilidad, en Youtube. * **Terapia (40 minutos):** * Se le presentará el informe ejecutivo a la paciente, se leerán conjuntamente todos los rubros y se resolverá cualquier duda que tenga. * Luego, se le preguntarán acerca de cuáles cree que son sus debilidades y fortalezas, prosiguiendo, escribiremos por lo menos un objetivo a corto plazo, uno a mediano plazo y otro a largo plazo para continuar con la mejora luego de terminar la terapia. * **Despedida (10 minutos):** Se da la despedida y se resuelve cualquier duda acerca de la terapia. Además, se le otorgarán instrucciones sobre la realización del siguiente plan paralelo. | | | Cuaderno de notas, examen del estado mental y lapicero. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| El plan paralelo será apuntar el listado de sus objetivos de una forma que se vea agradable y bonito, para ponerlo en alguna parte de su casa a la vista.  El objetivo de este plan paralelo es ayudar a la paciente a cumplir sus objetivos y a motivarse, al tener un afiche que le recuerde siempre que debe cumplirlos. | | | Marcadores y cartulina. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se evaluará el autoconocimiento que tiene la paciente acerca de sí misma, haciendole enlistar sus fortalezas y debilidades. Adicional a eso, se observará su lenguaje no verbal y sus expresiones durante la lectura del informe. | | | | |

Firma / Sello de asesora: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_