| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nombre del practicante** | Isabella Saravia | | | |
| **Iniciales del paciente** | K.G. | | | |
| **Fecha del plan** | 4 de marzo del 2022 | **N°. de sesión** | | 6 |
| **Objetivo general** | Disminuir los rasgos de ansiedad de una joven de 19 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Indagar en la paciente, por medio de la escucha activa, para poder encontrar las situaciones problemáticas que más le afectan y ayudarla a manejarlas.  Poder explicarle a la paciente los resultados de sus pruebas con el objetivo de que ella tenga un conocimiento más profundo de sí misma y sus problemáticas. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Indagar acerca de las distintas preocupaciones o problemas que afectan la vida de la paciente. Descubrir qué otros aspectos inconscientes en la mente de la paciente disminuyen su calidad de vida y la afectan para ayudarle a identificarlos y tratarlos.  Brindarle a la paciente los resultados de sus pruebas proyectivas y psicométricas, las cuales la ayudarán a poder identificar sus problemas actuales. Los resultados de las pruebas permitirán a la paciente estar más consciente de su estado actual y lo que debe mejorar, así como de sus fortalezas.  Además, se le brindará psicoeducación acerca de todas las problemáticas que se le mencionen, esto evitará las malas interpretaciones. Adicional a eso ayudará a ampliar el conocimiento de la paciente acerca de sí misma. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| * **Saludo y revisión de tarea (10 minutos):** Se conectan al link de sesión y se hablará acerca del plan paralelo y lo que la paciente logró realizar con las instrucciones dadas. El plan paralelo consistía en la lectura de un artículo en el cual se emplean las técnicas de relajación y poder llevar a cabo una técnica. * **Terapia (40 minutos):** En primer lugar, se emplea la escucha activa para que la paciente pueda expresar todo lo acontecido durante la semana. Además, se tomará en consideración cualquier tema adicional que la paciente quiera tratar. En este caso, se busca centrar esta escucha en los acontecimientos actuales, no pasados.   Luego, se proporcionarán los resultados de las pruebas psicométricas y proyectivas. Estas pruebas demuestran represión de parte de la paciente, así como distintos rasgos que es importante destacar.  Al brindarle los resultados a la paciente se le explicará a que se refiere cada característica mencionada y una breve explicación de cómo podemos abordarla. Esto evitará ansiedad innecesaria y una mala interpretación de parte de la paciente.   * **Despedida (10 minutos):** La paciente y terapeuta se despiden y se resuelve cualquier duda acerca de la terapia. Además, se le otorgarán instrucciones sobre la realización del siguiente plan paralelo. | | | Interpretación de pruebas proyectivas y psicométricas. Cuaderno de notas y lapicero. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Realiza una lista de todos los pensamientos que más han prevalecido en tu mente durante la semana. Pueden ser buenos o malos, trata de incluir los que más estuvieron en tu mente, no incluyas solo buenos ni solo malos.  El objetivo de este plan paralelo es poder utilizar la lista en la siguiente sesión e identificar qué emociones le llegan a causar esos pensamientos. Esto se utilizará para empezar con la psicoeducación emocional la próxima sesión. | | | Se puede escribir a celular o a papel. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se utilizará el examen del estado mental para evaluar a la paciente, al igual que se observará su lenguaje corporal y lo que ella comenta de su vida.  Además, se observará su reacción y sus comentarios ante los resultados de las pruebas. | | | | |

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