|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | José Francisco De León Régil | | | |
| **Iniciales del paciente** | S.M.V. | | | |
| **Fecha del plan** | 06/05//2021 | **N°. de sesión** | | 14 |
| **Objetivo general** | Brindar acompañamiento psicológico a una mujer de 35 años, con Trastorno de la Personalidad Obsesivo-Compulsiva. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Trabajar los síntoma de ansiedad y estrés de la paciente, habilidades sociales al igual que la autoestima y la ansiedad. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Ansiedad, Autoestima y habilidades sociales. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| * Saludo inicial con la paciente, en la plataforma Olivia Health **(3 min).** * Como toda sesión se iniciará preguntando a la paciente como estuvo esta semana, se le cuestionará sobre cómo ha estado su semana en su vida personal y en el área laboral. Se pretende darle un espacio a la paciente para poder escucharla y brindarle herramientas en caso que tenga un problema en un tiempo corto. **(5 min).** * Se brindarán técnicas para el control de la ansiedad, como la de respiración y relajación, en el cual se busca enseñar a la paciente como actuar al momento de un episodio de ansiedad, se utilizará música relajante como herramienta para la actividad **(10-12 min).** * Se trabajarán habilidades sociales con la paciente, primero que todo se trabajará con la paciente la introducción que son las habilidades sociales, se enseñará a la paciente por qué son importantes en la vida. Luego se le pedirá a la paciente que comente de sus amistades más cercanas, se le cuestionará si estar sola es lo mejor o estar con amigos. Luego de esto se realizará la actividad de la prirámide de las relaciones en donde consiste en dibujar una pirámide, dividirla entre dos y en un lado poner “yo” y en otro poner “los demás”, la paciente deberá reflexionar sobre el nivel de compromiso que tiene con sus amistades. En el lado de yo, la paciente deberá reflexionar sobre el compromiso que tiene con sus amistades y por qué estas son importantes para ella **(25 min).** * Actividad de autoconcepto y de valía personal: Somos iguales y diferentes, la paciente deberá colocar en una hoja o describir las cosas positivas y diferentes que tiene con sus compañeros y las cosas positivas que tiene de ella, luego deberá analizar que no somos iguales con niguna persona, con fin de trabajar autoconcepto y autoestima **(15 min).** * Despedida: Se despedirá a la paciente y se le solicitará que brinde una conclusión, de lo que se lleva de la sesión **(5 min).** | | | * Computadora * Blackboard * Olivia Health * Hojas * Lápiz * Borrador * Papel Bond * Sacapuntas * Música | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| * No hay, ya que es entrega de informe final, pero la paciente deberá ir trabajando con su libro. | | | * Diario * Lapicero * Borrador * Lápiz * Sacapuntas. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| * Examen del estado mental * Autoestima * Mentira * Personalidad * Mecanismos de defensa * Estado de ánimo * Temperamentos * Habilidades sociales * Ansiedad | | | | |

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