|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Monica Janeth Gómez Ramírez | | | |
| **Iniciales del paciente** | 1. V. | | | |
| **Fecha del plan** | 20 de febrero de 2021 | **N°. de sesión** | | 6 |
| **Objetivo general** | Aumentar el autoconcepto y autoestima de una adolescente de 14 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Proporcionar consciencia sobre la capacidad que poseen los pensamientos propios sobre el estado de ánimo con la finalidad de mejorar los mismos. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Emocional * Personal * Cognitivo | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. Saludo:   La terapeuta recibirá a la paciente con un saludo y, seguidamente requerirá que se realice un breve análisis de las actividades realizadas la sesión previa y los sentimientos que llegaron a causarle a la paciente. -10 minutos   1. Sesión:   La primera actividad que se llegará a trabajar el duelo inconcluso que la paciente siente por la muerte de su padre. La terapeuta requerirá que la paciente exprese los sentimientos que genera pensar en su padre, tanto los positivos como los negativos.  Los positivos se requerirá que los coloque en una hoja en blanco de forma organizada, mientras que los negativos deberán ser escritos de forma desorganizada en otra hoja aparte.  Cuando la paciente termine de escribir ambos tipos de sentimientos y emociones, se requerirá que analice ambos y que guarde de forma cuidadosa la hoja positiva, mientras que la hoja negativa la destruya con la finalidad de proporcionarle un espacio donde tenga la oportunidad de exponer su frustración, tristeza e impotencia de forma física.  Seguidamente se requerirá que la paciente realice un análisis de la diferencia que ella siente que ha tenido luego de realizar esta actividad. 40 minutos aprox.   1. Despedida:   Finalmente la terapeuta requerirá que la paciente recite la siguiente oración para finalizar con éxito la sesión:  “Soy capaz de realizar lo que propongo,  Tengo la fuerza de levantarme sola  Me amo como soy  Me aprecio como soy  Di mi mejor esfuerzo hoy”  Y se proporcionará explicación acerca del plan paralelo. | | | Hojas en blanco  Lápiz | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Se requerirá que la paciente escriba en un diario los diversos sentimientos que fue experimentando a lo largo de la semana y la causa por las que surgieron estos sentimientos, con la finalidad de proporcionarle a la paciente consciencia sobre cuáles son los tópicos que generan reacciones negativas y cuáles son los que generan reacciones positivas. De esta forma la paciente incrementará su autoconcepto. | | | Diario personal | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Examen del estado mental- el cual evaluara el estado del padre del paciente para verificar rasgos como si posee alguna manía, si al conversar demuestra coherencia, el nivel en que llego a cooperar y que tan cooperativo fue durante la entrevista. | | | | |

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