|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Andrea Noemi Rivas Mendoza | | | |
| **Iniciales del paciente** | Z.D.L | | | |
| **Fecha del plan** | 6 de marzo de 2021 | **N°. de sesión** | | 7 |
| **Objetivo general** | Mejorar la regulación emocional y cambiar las creencias irracionales. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Alterar la relación entre el sentir – pensar – actuar de la paciente y guiarla a estar más abierta a las experiencias privadas y a experimentarlas. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Sentimientos * Pensamientos * Conductas * Valores * Metas | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo (5mins):** La terapeuta ingresará minutos antes a la plataforma, al conectarse la paciente la saludará de manera cordial y le comunicará que se trabajará en la intervención. 2. **Desarrollo de la sesión (40mins):** La terapeuta le comentará a la paciente que las actividades a realizar la ayudaran a clarificar sus metas y a ser más abierta a las experiencias privadas.   Luego de esto, se dará inicio a trabajar en la técnica de “Orientación Hacia Valores” la cual se llevará a cabo mediante el diálogo socrático. Se le pedirá a la paciente que identifique cuáles son sus “terrenos” valiosos y que caminos cree que son los mejores para llegar a ellos.  Al finalizar con esta técnica, se dará inicio a trabajar con la siguiente la cual es “El Control es el Problema”, se guiará a la paciente a darse cuenta que intentar controlar todo puede causar problemas más graves y que debe permitirse experimentar las emociones.   1. **Cierre (10mins):** Se espera poder completar las actividades, si en dado caso no se completan la terapeuta le comunicará que la próxima semana se estarán concluyendo las mismas.   La terapeuta realizará una retroalimentación de lo que se realizó en la sesión y de lo que se realizará en la siguiente sesión, le preguntará si tiene alguna duda.   1. **Despedida (5mins):** La terapeuta le agradecerá por la cooperación y por la confianza a las Clínicas UNIS, le recalcará el compromiso que debe de tener con la asistencia y luego de esto dará por concluida la sesión. | | | * Hojas en blanco * Lápiz * Borrador y sacapuntas | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| No se trabajará plan paralelo. | | | Ninguno | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| * **Orientación hacia los valores:** esta técnica busca el poder crear condiciones que le faciliten a la paciente clarificar sus metas en la vida en términos de sus valores y que alteren la relación entre sentir – pensar – actuar que la alejen de lo quiere en su vida. * **El control es el problema:** con esta técnica se busca que la paciente comprenda que sus intentos de control son el propio problema y que se dé cuenta (por sí misma) que sus estrategias de control no tienen un buen resultado y que únicamente pueden llegar a empeorar el problema. * **Examen del estado mental:** Es una forma estructurada de observar y describir el funcionamiento psicológico del paciente en un momento dado, bajo los dominios de apariencia, actitud, comportamiento, estado de ánimo y afecto, habla, proceso de pensamiento, contenido de pensamiento, percepción, cognición, visión y juicio. | | | | |

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