|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Monica Janeth Gómez Ramírez | | | |
| **Iniciales del paciente** | 1. V. | | | |
| **Fecha del plan** | 20 de marzo de 2021 | **N°. de sesión** | | 9 |
| **Objetivo general** | Disminuir los ligeros rasgos depresivos que se generaron como consecuencia de un duelo no resuelto en una adolescente de 14 años de edad. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Incrementar la capacidad de la paciente para mantener la calma en momentos de mucha tensión | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Personal:  Se tratará de incrementar el conocimiento propio de la paciente con respecto al límite de sus emociones y como mantener la calma cuando se encuentre en un ambiente o situación que le generen sentimientos negativos. | | | |
| **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:   Se creará un cuadro donde la paciente deberá de colocar sucesos que la han llegado a alterar de una forma negativa, y, a la par las emociones y sentimientos que reconoce se generaron a raíz de este suceso.  Seguidamente se requerirá un análisis por parte de la paciente para descifrar los elementos que causaron está alteración en su conducta, con la finalidad de incrementar el autoconocimiento de la paciente hacia las temáticas que le alteran, o bien, las personas que le generan un rechazo inmediato.  Luego, se le presentarán a la paciente tres ejercicios de respiración que proporcionen asistencia para que la paciente sea capaz de mantener la calma en un futuro.  40 minutos aprox.   1. Despedida:   Se requerirá que la paciente exprese sus sentimientos y opiniones con respecto a toda la actividad realizada durante la sesión y, 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  No fue mi culpa”  También se proporcionará explicación acerca del plan paralelo | | | Técnicas de respiración  Cuadro de situaciones | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| La paciente deberá de realizar los ejercicios proporcionados durante la sesión una vez al día, con la finalidad de que practique los mismos y asegurarse de tener conocimiento del cómo actuar en situaciones futuras similares. | | |  | |
| **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: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_