|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Andrea Rivas | | | |
| **Iniciales del paciente** | C.E.S.G. | | | |
| **Fecha del plan** | 21 de septiembre de 2021 | **N°. de sesión** | | 9 |
| **Objetivo general** | Evaluar la condición actual de una adulta de 25 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Orientar a la paciente a alcanzar nuevas perspectivas que desafíen sus creencias disfuncionales por medio de la técnica de descubrimiento guiado. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Pensamientos * Emociones * Actitudes | | | |
| **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 continuará con las actividades de la intervención. 2. **Desarrollo de la sesión (40mins):** La terapeuta le comentará a la paciente que la actividad a realizar le ayudará a analizar sus pensamientos desde diferentes puntos de vista.   Luego de esto, se dará inicio a trabajar en la técnica de Descubrimiento Guiado, la paciente deberá de identificar sus pensamientos más constantes, seguido se le formularán preguntas que guíen a realizar asociaciones y argumentaciones.  Las preguntas a realizar son: ¿Cuál es la evidencia a favor o en contra de estos pensamientos?, ¿Cuáles son las formas alternativas de pensar en esta situación? y ¿Cuáles son las consecuencias de pensar de esta manera?   1. **Cierre (10mins):** Se espera poder completar la actividad, si en dado caso no se completa la terapeuta le comunicará que la próxima semana se estará concluyendo la misma.   La terapeuta hará una retroalimentación de lo que se realizó en la sesión y de lo que se realizará en la siguiente, 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. | | | * Cuaderno * Lápiz o lapicero * Borrador * Marcadores o crayones | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Autorregistros:** en un cuaderno la paciente deberá de realizar una tabla para registrar una situación con carga emocional elevada, deberá de poner seis columnas: 1. Día y hora, 2. Situación, 3. Emoción, 4. Pensamiento, 5. Reacción fisiológica y 6. Reacción conductual (M. Díaz; M. Ruiz; A. Villalobos, 2017).  **Biblioterapia**: la paciente deberá de leer las primeras cincuenta páginas del libro “cuestión de Confianza” por Dr. Russ Harris y deberá identificar las ideas principales. | | | * Cuaderno * Lápiz o lapicero * Crayones o marcadores * PDF del libro | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| * **Descubrimiento guiado**: es una técnica que tiene como objetivo ayudar al paciente a realizar libremente asociaciones y argumentaciones que le permitan alcanzar nuevas perspectivas que desafíen sus creencias disfuncionales mediante el cuestionamiento socrático (M. Díaz; M. Ruiz; A. Villalobos, 2017). * **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 (Nachar, Paz Castañeda, Mena, & Gonzáles, 2018). | | | | |