|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Estela Franco | | | |
| **Iniciales del paciente** | JAMM | | | |
| **Fecha del plan** | 1 de marzo del 2022 | **N°. de sesión** | | 6 |
| **Objetivo general** | Orientar y apoyar al paciente en el proceso del duelo. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Adquirir un mayor conocimiento de las propias emociones y desarrollar habilidades para regularlas. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Control de emociones, asertividad, estado de ánimo y conductas. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Saludo (5 minutos):**  Se saludará al paciente y se le realizará las siguientes preguntas: ¿Cómo está? ¿Cómo le fue en su semana? ¿Qué hizo en su fin de semana?  **Desarrollo de la sesión (40 minutos)**   * Video El Monstruo de las Emociones (5 minutos) * Se le proyectará en la pantalla las imágenes de las emociones vistas en el video y se le realizarán las siguientes preguntas (15 minutos): ¿Cómo se llama esta emoción? ¿En qué situaciones puede aparecer esta emoción? ¿Qué puedo hacer para conservar o cambiar esta emoción? * Elaboración de caja de emociones (20 minutos): Decorar una caja de manera creativa. Por aparte el paciente deberá dibujar o imprimir las caritas de las diferentes emociones y las deberá colocar dentro de la caja. Cuando termine de decorar su caja se le realizará la siguiente pregunta: ¿Cómo te sientes? y él deberá tomar la emoción y la deberá enseñar.   **Cierre (5 minutos):**  Jugaremos a cada oveja con su pareja, este juego consiste en que el paciente deberá observar detenidamente las expresiones faciales que aparecen en la pantalla y deberá encontrar la pareja de esta. Es una actividad en donde reconocerá las emociones.  **Despedida (5 minutos)**  Se le explicará al paciente lo que deberá trabajar en casa y posteriormente se le explicará a la mamá. | | | * <https://www.youtube.com/watch?v=oq3TcqUvEts&t=1s> * Caja * Papel de colores * Goma * Tijeras * Hojas * Lápiz * Imágenes de las emociones * <http://www.czpsicologos.es/evenbettergames/jugar.php?juego=cadaoveja> | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| * El paciente deberá realizar un diario de sus emociones. Esta actividad consiste en hacer un diario en donde escribirá las cosas positivas y hasta el final escribirá las cosas negativas. La mamá deberá realizarle las siguientes preguntas: ¿Cómo nos sentimos hoy? ¿Qué pensamientos tuvimos? ¿Cómo actuamos? ¿Actuamos de la manera correcta?. | | | * Cuaderno * Lápiz | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Por medio de las actividades planificadas se evaluará si el paciente conoce las diferentes emociones. Lo hará más consciente de las emociones que vive, entenderá sus causas y cuales son los pensamientos que provocan en él a la hora de expresar las distintas emociones. | | | | |

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