|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | José Fernando Dávila | | | |
| **Iniciales del paciente** | D.O | | | |
| **Fecha del plan** | 9-04-2021 | **N°. de sesión** | | 11 |
| **Objetivo general** | Disminuir los síntomas de ansiedad en un adolescente de 17 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Reforzar la capacidad de resolución de problemas del paciente para futuras situaciones que sean causa de malestar | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Entrenamientos en Resolución de Problemas * Pensamientos * Sentimientos * Conductas | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Inicio (5 min)**   * El terapeuta y paciente se conectarán a la sesión durante el horario estipulado. * Se cuestionará al paciente sobre su semana, el desarrollo de la misma y aquellos cambios positivos o negativos que haya experimentado. * Juntos, establecerán la agenda de trabajo para la sesión del día, revisando también el plan paralelo de la semana anterior.   **Desarrollo de la Sesión (45 min)**   * El terapeuta explicará nuevamente las bases para establecer un plan para resolver problemas de forma asertiva, buscando sintetizar los puntos ya abarcados en sesiones anteriores. * Es importante utilizar situaciones anteriores donde el paciente pueda revisar acciones positivas que realizó y cuales cambios pudieron haber sido útiles. * Se crearán planes de intervención que el paciente pueda implementar en un futuro, de ser necesario, utilizando técnicas de imaginación para prever los posibles resultados e ir adecuando el plan.   **Cierre (5 min)**   * El terapeuta pedirá al paciente que sintetice los puntos más importantes abarcados durante la sesión, así como el aprendizaje que considere más valioso.   **Despedida (1 min)**   * Ambas partes se desconectarán de la sesión al terminar las actividades. | | | * Cuaderno de notas para la terapia. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| El paciente deberá de leer una vez al día sus notas de terapia, específicamente aquellos puntos importantes abarcados durante la sesión. Es importante que intente implementar las estrategias para resolución de problemas creadas y documentar los resultados obtenidos. | | | * Notas de terapia | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Examen del Estado Mental | | | | |

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