|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Valentina Bejot Montenegro | | | |
| **Iniciales del paciente** | V.D.P. | | | |
| **Fecha del plan** | 19 de febrero del 2021 | **N°. de sesión** | | 5 |
| **Objetivo general** | Disminuir los rasgos de ansiedad en una adolescente de 17 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Dar inicio a la etapa de interveción utilizando técnicas del enfoque cognitivo conductual. Se pretende indagar acerca de la raíz del problema y las distorsiones cognitivas que surgen a partir de esta. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Problemática principal/motivo de consulta * Inteligencia emocional * Ansiedad * Personalidad | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| * Saludo:   Se introducirá a la sesión vía Doxy.me, en la cuál ingresará la paciente. Se dará un cordial saludo, y de esta manera se dará inicio a la sesión. (5 minutos aprox.)   * Desarrollo de la sesión/Evaluación:   Al inicio de la sesión se comentará acerca de los resultados que se encontraron en las pruebas aplicadas. Luego de esto, se dará inicio a explicarle cómo se llevará a cabo el proceso de intervención. Se le dará a conocer un poco acerca del enfoque que se estará utilizando y cuál es la finalidad del mismo. Se utilizarán flashcards y material de psicoeducación de realización propia para explicarle esto a la paciente. Posteriormente, se comenzará a trabajar en los errores cognitivos utilizando la técnica ABC propuesta por Ellis. En esta técnica, la “A” representa Adversidades, la “B” representa las Creencias (o beliefs en ingles), y la “C” representa las Condcutcas, Cogniciones Consecuentes y las emociones . (45 minutos aprox.)   * Cierre:   Se le explicará el plan paralelo, el cual será un documento de registro, que consistirá en escribir los momentos que aparezcan estos errores cognitivos, y qué conductas aparecen a partir de estos sucesos. (5 minutos aprox.)   * Despedida:   Se dará una cordial despedida a la y se le dirá que se le espera la siguiente semana a la misma hora por la misma plataforma. (2 minutos aprox.) | | | * Lapiz * Material de psicoeducación * Hojas extras | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Cuaderno de Registro para apuntar las situaciones que le provoquen ansiedad, escribir el error cognitivo y las conductas a partir de este. | | | Se le compartirá un documento en word, para este plan. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| * El modelo ABC es parte de la Terapia Racional Emoctiva Conductual, la cual tiene como fin lograr detectar los errores cognitivos del paciente que causan emociones negativas o perturbadoras, y a partir de eso, ir sustituyendo esos errores cognitivos negativos, por cogniciones realistas y adaptativas. * Examen del estado mental: consiste en preguntas cerradas, las cuales permiten obtener información precisa acerca del contenido de su pensamiento, saber si está ubicada en tiempo y espacio, y, permite verificar si hay congruencia entre el lenguaje verbal y el lenguaje corporal. | | | | |

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