|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Sergio Santos | | | |
| **Nombre del paciente** | J.A. | | | |
| **Fecha del plan** | 18/octubre/2021 | **N°. de sesión** | | 12 |
| **Objetivo general** | Disminuir la sintomatología de ansiedad en un adolescente de 15 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Brindar técnicas para mejorar las habilidades sociales del paciente. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Área intrapersonal: manejar el reconocimiento y canalización de las emociones, con la finalidad de que pueda expresarlas y comunicarlas.  Área familiar: trabajar en la independencia de la relación madre-hijo.  Área social: brindar al paciente herramientas que ayuden a poder mejorar las habilidades sociales del paciente. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. Saludo (5 min.): conectarse a la plataforma *OliviaHealth*, se realizarán preguntas sobre las tareas de la semana, si hubo algún suceso que fuera distinto a las semanas anteriores. 2. Desarrollo de la sesión (40 min.): se trabajará con la identificación de círculo social y adentrarse en grupo de compañeros de colegio. Así también, en los temas iniciales para tener conversaciones y controlar la exposición ante varias personas. Se practicará sobre los resultados que se pueden obtener si toma iniciativa para conversar.   Para ello, se recordará previamente las técnicas de autoconcepto que se utilizaron al inicio, se recalcará la finalidad de poder entablar una relación de amistad y cómo estas pueden influir en ser una red de apoyo que ayude a reducir la sintomatología de ansiedad.  Junto con esto, se utilizará el juego como medida para poder conversar con amigos o bien solicitar ayuda en alguna tarea que se le dificulte con la condición de poder ayudar a realizar otra.   1. Cierre (5 min.): se dará la actividad con la que desea mantener el registro el paciente, si desea que sea un registro emocional o de ejercicios físicos. 2. Despedida (5 min.): se le agradecerá por el tiempo y esfuerzo por conectarse. Se le indicará que se espera a la misma hora la siguiente semana. | | | Estado del examen mental.  Hojas en blanco.  Lapicero.  Lápiz. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Se solicitará que el paciente entable una conversación con algún compañero de clase al que anteriormente no ha hablado, puede ser mediante los temas de iniciar conversación (como deporte, tareas o ayudar a comprender un tema) | | | Hojas en blanco, lapicero, lápiz, borrador, sacapuntas. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Examen del estado mental: evaluar el lenguaje corporal, coherencia con el verbal, así como los ademanes utilizados.  Habilidades sociales: se utiliza la estrategia de mejorar las habilidades sociales con la finalidad de obtener un círculo social más amplio que ayude al paciente a fomentar la vida social. | | | | |