|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Ana Sofía Hernández Santos | | | |
| **Iniciales del paciente** | E.G. | | | |
| **Fecha del plan** | 12 de agosto de 2021 | **N°. de sesión** | | 3 |
| **Objetivo general** | “Disminuir los rasgos depresivos en una adolescente de 13 años” | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Durante la sesión psicológica, se buscará que E.G. refuerce las herramientas necesarias para poder desenvolverse en los diferentes ámbitos: social, familiar y académico. Se continuará con el proceso de intervención psicológica, buscando la mejora personal y el autocontrol. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | **Datos generales del paciente:** nombre completo, fecha de nacimiento, edad, nombre y ocupación de los padres, nombres de los hermanos, miembros de la familia, etc.  **Motivo de consulta:** síntomas principales, la actitud de los familiares ante el motivo, tratamientos anteriores, comportamiento, etc.  **Antecedentes familiares y Ambientales:** miembros de la familia, estado socioeconómico, relación con los padres y hermanos, inconvenientes familiares, etc.  **Antecedentes personales:** interacción en el ambiente educativo satisfactorio, patrón de pensamientos, control emocional, sucesos relevantes e impactantes. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| * **Bienvenida al paciente/estado de ánimo (8 min):**   A las 4:00 de la tarde la terapeuta se conectará a la plataforma de digital a esperar a que la paciente ingrese. Al momento de estar presente, se saludará cordialmente y se preguntará cómo se encuentran de manera general.  Se hablará brevemente sobre el estado de ánimo actual y prevalente a lo largo de la sesión. Y se aclarará que se obtendrá el espacio de expresión verbal luego de realizar las actividades planificadas.   * **Revisión del plan paralelo (5 min):**   Se solicitará a la paciente que hable acerca del termómetro emocional realizado. Con el objetivo de determinar si estableció una identificación de lo que siente y piensa, junto al nivel de intensidad de este. También se preguntará si posee los materiales solicitados.   * **Planea las tareas y se pregunta (3 min):**   A las 4:13, se le explicará a la paciente sobre las actividades que se llevarán a cabo: se hará un juego de *Kahoot* en el que ella podrá comprobar su capacidad para recordar y aplicar las técnicas aprendidas. Se hará una actividad con las hojas solicitadas y se indagará más en su autoconocimiento y autocontrol.   * **Intervención (45 min):**   Se iniciará solicitando a la paciente que, dentro del buscador de Google en su celular, busque la aplicación de *Kahoot,* luego que ingrese el código que se proyectará en la pantalla y después, se iniciará el juego. Al terminar, el terapeuta y el paciente, analizarán que tanto recuerda de todo lo previamente aprendido y la forma en que se está aplicando.  Luego de esto, se usarán las hojas partidas a la mitad con un marcador. E.G. debe de dibujar haciendo uso solo de líneas para expresar cada una de las emociones, esto permitirá que se fortalezca el autoconocimiento, exista introspección y al autocontrol.   * **Retroalimentación (3 min):**   La terapeuta volverá a hablar sobre los aspectos tocados dentro de la sesión. Recordará que la próxima sesión será en el mismo horario: jueves de 4:00 a 5:00 de la tarde y por la misma plataforma utilizada.   * **Cierra (2 min):**   La sesión finalizará a las 5:00 de la tarde y la terapeuta le agradecerá por su asistencia y se despedirá cordialmente. Se esperará a que la paciente se desconecte de la plataforma digital para poder salir de la misma. | | | Plataforma de *zoom*  Infografía  Termómetro emocional  Hojas  Lapicero  Celular  *Kahoot* | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| La paciente, debe de contar con los siguientes materiales: hojas en blanco, lapiceros de colores o marcadores, regla. Esto, para realizar en la siguiente sesión una gráfica de barras con la cual identifique los temas que serán vistos: escucha activa y sus características. | | | Lapicero  Hojas  Regla | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| **Área personal:**  El estado de ánimo actual, aspectos de la personalidad reflejados por la paciente, los síntomas, la trascendencia de su comportamiento, etc.  **Área cognitiva:** Pensamientos que suelen determinar el pensamiento de la paciente, junto a las consecuencias que puede traer.  **Área emocional:** Determinar la conexión frecuente que se da a raíz de la manera de pensar e identificar si existe un patrón emocional recurrente. | | | | |

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