|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Ana Sofía Hernández Santos | | | |
| **Iniciales del paciente** | E.G. | | | |
| **Fecha del plan** | 19 de agosto de 2021 | **N°. de sesión** | | 4 |
| **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 mencionará sobre el espacio de expresión verbal luego de realizar las actividades planificadas.   * **Revisión del plan paralelo (5 min):**   Se solicitará a la paciente que muestre sus materiales previamente solicitados, ya que serán de gran ayuda para la sesión. Luego, se preguntará sobre la ejecución constante de las técnicas que se han aprendido a lo largo del proceso.   * **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 mostrará una infografía con información importante, luego se hará una gráfica de barras relacionada con el tema y finalmente, se llevará a cabo un *Role-play.*   * **Intervención (45 min):**   Se iniciará proyectando en la pantalla una infografía digital sobre el tema de “Escucha Activa”, lo que será factible para iniciar con el establecimiento de habilidades sociales. Se explicará acerca del concepto de esto, los elementos que la facilitan y los que deben evitarse para practicarla adecuadamente.  Luego, realizará una gráfica de barras que simbolice las actividades que sí lleva a cabo y son parte de la escucha activa. Después, se hará otra con lo que hace y que debe evitarse dentro de esta habilidad. Funcionará para hacer consciente y reconocer la importancia de esto.  Finalmente, se hará un *Role-Play* en el que la paciente escogerá ser un miembro de su familia y la terapeuta será la figura paterna, ya que con él es más ausente esta habilidad. Al establecer los roles, se iniciará con una conversación y la paciente debe de aplicar lo previamente aprendido. Esto será importante para que pueda llevarlo a cabo con más facilidad y para que dentro de su casa lo practique.  Se asignará el siguiente ejercicio para realizar durante la semana: cada día elegirá a una persona con la cual pasará más tiempo durante el día y hará uso de su escucha activa y asertividad. Esto fortalecerá sus habilidades adquiridas.   * **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 del tema Escucha Activa  Hojas  Lapiceros  Regla | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Se asignará el siguiente ejercicio para realizar durante la semana: cada día elegirá a una persona con la cual pasará más tiempo durante el día y hará uso de su escucha activa y asertividad. Esto fortalecerá sus habilidades adquiridas. Posterior a cada día, llenará una tabla que consta de dos opciones: “Completo” y “No Completado” para evaluar si está empleando bien estas dos técnicas. | | | Lapicero  Hoja con tablas de registro | |
| **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: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_