|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Sergio Santos | | | |
| **Nombre del paciente** | J.A. | | | |
| **Fecha del plan** | 20/septiembre/2021 | **N°. de sesión** | | 7 |
| **Objetivo general** | Disminuir la sintomatología de ansiedad en un adolescente de 15 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Trabajar con identificación de creencias mediante la técnica *A entonces B.* Así como, metodología de resolución de problemas. | | | |
| **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. Al igual que se abordará el trabajo durante la semana con respecto al registro de control emocional. 2. Desarrollo de la sesión (40 min.): Se comenzará a explicar que se en la sesión se realizará un cuadro que cuente con diversas opciones y se hará por medio de una tabla virtual, del lado derecho estarán las situaciones, en el medio la frase “entonces” y la tercera columna se encontrará en blanco, ya que el paciente debe ir rellenando según el criterio que posea. Sin embargo, se guiará brindando detalles y analizando las respuestas con la finalidad de que sea concisa y concreta.   Luego, conforme se avance en los objetos y circunstancias que esté planteando se trabajará la modificación situacional que puede realizar. Al abordar los temas de la familia donde no puede modificar el entorno se le brindará estrategias que puede utilizar para sentirse mejor o tener mayores opciones de canalizar la emoción que presenta en ese momento.   1. Cierre (5 min.): se dará tiempo al paciente para que pueda comentar sus dudas o bien hablar sobre situaciones específicas. También explicará que debe de continuar con el ejercicio anterior y agregar el registro de respiraciones. 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 continúa un registro emocional, por medio de un calendario diario donde anote las emociones percibidas, al igual que los ejercicios de respiración en los días o circunstancias que lo utilizó. | | | 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. | | | | |