|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Valerie Erdmenger González | | | |
| **Iniciales el paciente** | S.R.C. | | | |
| **Fecha del plan** | 15 septiembre 2021 | **N°. de sesión** | | 8 |
| **Objetivo general** | Intervención psicológica a paciente de 12 años con rasgos de ansiedad causados por inestabilidad en la dinámica familiar. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Brindar psicoeducación y herramientas efectivas a la paciente para que pueda regular sus emociones. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Se apoyará a la paciente con técnicas y herramientas que pueda implementar para regular sus emociones en situaciones difíciles. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo:** Se saludará a la paciente, dándole la bienvenida nuevamente. Se le preguntará cómo ha estado, cómo se ha sentido, etc. Continuamente, se establecerá la agenda del día, explicándole que durante esta sesión estaremos aprendiendo acerca de las emociones. (5 minutos) 2. **Desarrollo de la sesión/Evaluación:** Para iniciar, se jugará Basta de emociones, que consistirá en que se añade un renglón al listado de basta en donde se puedan identificar emociones. De este modo, la paciente se irá familiarizando más con estas. Se utilizará una ruleta de abecedario para el juego. https://wordwall.net/es/resource/2243267/ruleta-de-letras (10 minutos)   Continuamente, se le enseñará la técnica del semáforo de emociones, para que pueda comprender y aprender a regular sus emociones. Para esto se dará una breve explicación y luego haremos un ejemplo para que pueda comprender a totalidad. (15 minutos)  Para concluir con esta sesión, se tomarán en cuenta diversas situaciones que se pueden presentar en el día a día y se pondrá en práctica lo aprendido acerca de las emociones para encontrar una solución y aprender a regular las emociones en estas. (10 minutos)   1. **Cierre:** Para el cierre, se hará una retroalimentación de la sesión, recordándole que es un gusto trabajar con ella y así mismo nuevamente mencionarle que es un espacio de confianza. Así mismo se le explicará el plan paralelo, diario de emociones, para que pueda ponerlo en práctica. (5 minutos) 2. **Despedida:** Se dará la despedida, recordando que la vemos la próxima semana. (5 minutos) | | | * Hojas en blanco * Lápiz/lapicero * Imagen del semáforo de emociones para explicación * Listado de situaciones del día a día | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Como plan paralelo durante esta sesión, se establecerá un Diario de Emociones, el cual se le explicará a la paciente cómo puede trabajarlo y para qué le puede servir. De este modo pueda ir registrando sus emociones diariamente. | | | * Hojas en blanco o cuaderno * Lapicero | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Durante esta sesión, se evaluará la regulación de emociones de la paciente, determinar si es capaz de reconocer con mayor facilidad sus sentimientos según lo visto en la sesión anterior. Así mismo, a través de la técnica del semáforo de emociones se podrá visualizar si se le facilita controlar sus emociones. Por último, se tomará en cuenta también el examen del estado mental. | | | | |

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