|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | María Andrea De León | | | |
| **Iniciales del paciente** | A.P | | | |
| **Fecha del plan** | 9/10/2021 | **N°. de sesión** | | 8 |
| **Objetivo general** | Disminuir los rasgos del trastorno depresivo persistente (distimia) en una adolescente de 14 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Mejorar la relación interpersonal con la paciente por medio de preguntas acerca de su semana. Relajación por medio del control de la respiración. Trabajar autoestima y autoconcepto de la paciente por medio de Psicoeducación y la Técnica del Espejo. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Mejorar la relación interpersonal con la paciente por medio de preguntas abiertas acerca del desarrollo de su semana. Relajación por medio del control de respiración y pensamientos intrusivos. Psicoeducar a la paciente en cuanto al autoestima por medio de un video informativo.Trabajar en la autoestima de la paciente empleando la autocontemplación, también fomentar la construcción de un autoconcepto sano, por medio de la introspección mientras se ejecutan algunas conductas frente al espejo. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| Saludo inicial y presentación. (2 min)  Investigar información significativa a través del *rapport* por medio de preguntas cotidianas, no invasivas, específicamente acerca del estado actual y de lo que la rodea tales como ¿Cómo se encuentra? ¿Encontró tránsito pesado? ¿Qué le parece el clima de hoy? (3 min)  Relajación por medio del control de respiración y pensamientos intrusivos (5 min)  Psicoeducación acerca de la autoestima por medio de video:  La autoestima: qué es y cómo potenciarla (7 min)  <https://www.youtube.com/watch?v=xdd2I9OUga0>  Se le explicará la actividad que se realizará a la paciente.  Trabajar en la autoestima de la paciente empleando la autocontemplación, también fomentar la construcción de un autoconcepto sano, por medio de la introspección mientras se ejecutan algunas conductas frente al espejo. (25 min)  Se reforzará el concepto de autoconcepto, y autoestima. Y se le dará el espacio a la paciente para expresar sus inquietudes o comentarios al respecto. (10 min)  Resumen de las actividades realizadas dentro de la sesión, despedida. (5 min) | | | * Video   La autoestima: qué es y cómo potenciarla   * Espejo | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| No se llevará a cabo ningún plan paralelo. | | |  | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se evaluará la postura, aspecto y conducta, características del lenguaje, por medio de la observación (examen del estado mental). También se evaluará el autoestima y autoconcepto de la paciente. | | | | |

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