|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Daniela Ortega Escobedo | | | |
| **Iniciales del paciente** | K.J.U.S. | | | |
| **Fecha del plan** | 7 de septiembre 2021 | **N°. de sesión** | | 7 |
| **Objetivo general** | Disminuir el trastorno de depresión distímico con ansiedad moderada-grave de una adolescente de 13 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Aumentar la confianza en sí mismo y la sensación de autoeficacia. Se trabajará la inteligencia emocional por medio de la reestructuración cognitiva. También la comunicación asertiva junto con la madre. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Baja Autoestima, inteligencia emocional y comunicación asertiva. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. Se saludará a la paciente, se le dará la bienvenida, se le preguntará sobre su semana y su día. (5 min)      1. Desarrollo de la sesión/Evaluación: Se le pedirá a la paciente que escriba una lista de cosas de las cuales ella siente que es capaz de realizar por sí misma y otra lista de las cuales ella no se considera capaz. Se le pedirá que comparta en ambos casos. De igual forma se le pedirá que haga una lista sobre sus valores y se discutirá sobre ellos, se trabajará la inteligencia emocional. (40 min) 2. Cierre: Se le preguntará a la paciente si tiene alguna pregunta o algún tema en específico que le gustaría abordar en la siguiente sesión. (3 min) 3. Despedida: se despedirá a la paciente y se le recordará de la próxima sesión. (2 min) | | | Computadora para tomar apuntes, hojas y lapicero para las pruebas y entrevista. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Se le pedirá a la paciente que realice una lista sobre todos los conflictos que se le presenten durante la semana y como los resuelve.  También se le pedirá que continúe trabajando con la técnica de respiración. | | | Cuaderno y lapicero para tomar apuntes. | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| Se evaluará un examen mental de la paciente para ir evaluando su progreso durante cada sesión.  El examen mental incluye áreas como conducta, características del lenguaje, estado de ánimo y el pensamiento (alucinaciones, obsesiones y/o fobias).  Reestructuración cognitiva: El objetivo principal es demostrar y hacer consciente al paciente que no son las situaciones las que generan las emociones y determinan su comportamiento, sino que son las interpretaciones que hace de esas situaciones las que los generan. | | | | |

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