|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Daniela Ortega Escobedo | | | |
| **Iniciales del paciente** | K.J.U.S. | | | |
| **Fecha del plan** | 14 de septiembre 2021 | **N°. de sesión** | | 8 |
| **Objetivo general** | Disminuir el trastorno de depresión distímico con ansiedad moderada-grave de una adolescente de 13 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Entrenamiento en solución de problemas por medio de técnica de D’Zurilla y Goldfried | | | |
| **Áreas a trabajar:** | Baja Autoestima por medio de la toma de decisiones y solución de problemas. | | | |
| **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 explicará a la paciente la importancia que tienen las emociones en la solución de problemas. También explicarle a la paciente las 5 fases de la técnica de solución de problemas realizando un ejemplo con ella. (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 los problemas que se le presenten durante la semana y cómo los resolvería o resolvió ella, incluir si el problema no fue resuelto.  También se le pedirá que continúe trabajando con la técnica de verse al espejo. | | | 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).  Solución de problemas o toma de decisiones: Enseñarle a seguir los siguientes pasos:   1. Realizar un modelo de la situación actual o una definición del problema 2. Generar conductas alternativas posibles 3. Extrapolar los resultados asociados a cada conducta generada. 4. Extraer las consecuencias de cada resultado 5. Elegir la acción que se va a llevar a cabo. 6. Controlar el proceso cuando se lleva a cabo la acción 7. Evaluar resultados obtenidos   (García Higera, Dr. José Antonio, 2013) | | | | |

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