|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Isabella Morales | | | |
| **Iniciales del paciente** | E.I.N.V | | | |
| **Fecha del plan** | 20 de abril del 2021 | **N°. de sesión** | | 13 |
| **Objetivo general** | Regular las emociones y fortalecer los sentimientos de valía personal en una mujer de 44 años en proceso de duelo oncológico | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Brindar un mejor conocimiento de las emociones de la paciente, en particular las emociones derivadas del duelo oncológico a través de la regulación emocional. Este se realizará nuevamente con el diccionario de emociones.  Además, introducir la autoestima y el “vivir conscientemente” a través de una psicoeducación | | | |
| **Áreas a trabajar:** | - Emociones: acciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso o recuerdo importante  - Ira: identificar el sentimiento de enfado muy grande y violento en diferentes circunstancias de la paciente  - Alegría: identificar el sentimiento de la paciente cuando se siente plenamente satisfecha por gozar de lo que desea o por disfrutar de algo bueno  - Miedo: identificar la sensación de angustia provocada por la presencia de un peligro real o imaginario.  - Sorpresa: identificar el estado de alteración emocional, que resulta de un evento inesperado o imprevisto.  - Disgusto: identificar el sentimiento de la paciente producido por algo que no se ajusta a lo que se desea o espera.  - Autoestima: comprender la predisposición de la paciente a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. Saludo: se recibirá a la paciente en la plataforma en línea Blackboard. Luego, se procede a preguntarle cómo está. Asimismo, fortalecer rapport con la paciente preguntándole acerca de su día. El objetivo es mejorar la alianza terapéutica junto a la paciente, tratando de conocer sus gustos e intereses y preguntarle de su semana (5 minutos). 2. Actividad: Proyectar el diccionario de emociones realizado y brevemente recordar lo trabajado la semana pasada. Luego, continuar con el último paso del modelo de Mayer, Salovey y Caruso de la inteligencia emocional, el cual es la regulación emocional. A través de una psicoeducación, se explica que es el fin último de dicha inteligencia, proporcionando una adecuada gestión de los procesos emocionales y utilizándolos para promover el conocimiento tanto racional como emotivo. Esta habilidad permite tomar distancia de las emociones cuando perjudican en un momento concreto o atraerlas y utilizarlas cuando el momento lo requiere o el contexto permite expresarlas.   Luego, se prosigue a iniciar el trabajo de la autoestima. Se explica lo que significa vivir conscientemente y la manera en la que puede enriquecerse la vida si se desarrolla la capacidad de darse cuenta de pensamientos, sentimientos y acciones. Además, se define la autoestima y por medio de una fantasía guiada, hacer consciente a la paciente de sus asuntos inconclusos. Además, indagar sobre los sentimientos que se tienen en la autoestima alta y en la autoestima (45 minutos)   1. Cierre: despedirse de la paciente, deseándole un buen día. Agendar la próxima cita (3 minutos). | | | Computadora, lápiz, bolígrafo, hojas en blanco, herramientas visuales para proyectar imágenes de las emociones y del diccionario de emociones realizado en la sesión anterior. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| Por medio del diario utilizado la sesión anterior, escribir los asuntos inconclusos que hayan surgido durante la semana y que considera que también se deben discutir | | | Lápiz, bolígrafo, diario/cuaderno | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| - Examen del estado mental: evaluación que involucra múltiples aspectos de la función cognitiva, como los siguientes: orientación en tiempo, espacio y persona, atención y concentración, memoria, habilidades verbales y razonamiento. | | | | |