|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Isabella Morales | | | |
| **Iniciales del paciente** | E.I.N.V | | | |
| **Fecha del plan** | 27 de agosto del 2021 | **N°. de sesión** | | 5 |
| **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 la autoestima por medio de otro pilar de Nathaniel Branden: vivir con propósito. Esto se hará por medio de asumir la responsabilidad de uno mismo. Esta se hará por medio de una actividad de concientizar metas, recursos y debilidades, y hacer compromiso de cumplir alguna meta. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | - Autoestima: comprender la predisposición de la paciente a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida  - Autorresponsable: practicar la responsabilidad personal en la paciente y consiste en pensar por uno mismo, en tener la sensación de control sobre su vida, asumir la responsabilidad de sus actos y metas, del bienestar y de felicidad.  - Vivir con propósito: practicar la iniciativa de querer que algo funcione y tener un propósito consciente, utilizando los recursos para llevar a cabo las metas elegidas. | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. Saludo: se recibirá a la paciente en la plataforma en línea Zoom. 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: se prosigue a recapitular lo enseñado la semana pasada, definiendo la autorresponsabilidad.   Luego, se prosigue con el pilar de “vivir con propósito”. El objetivo de la sesión es concientizar metas, recursos y debilidades, y hacer compromiso junto a la paciente. Primero, se trabaja en las metas contestando las siguientes preguntas:  ¿En qué quiero que consista mi vida? ¿Qué quiero lograr como profesional? ¿Qué quiero en mis relaciones personales? ¿Cuáles son mis metas en mi relación con mis hijos, mi pareja, mi familia y mis amigos? ¿Están mis metas enfocadas con claridad o son vagas y poco definibles?  Por último, se prosigue con el apartado de los recursos y debilidades. Se realice lo siguiente:  Buscar al menos una meta en cada área. Conmigo mismo(a), con mi pareja, con mi familia, con mi trabajo, con mis amigos. Escribir una lista de cinco recursos, cualidades o fuerzas que me sirven para cumplir las metas. Otra lista de cinco debilidades o deficiencias que son obstáculos para llevar a cabo las metas. Una lista más de cinco pasos que tengo qué hacer para poder llevar a buen término las metas. Hacer por escrito un pequeño contrato en el que me comprometo a cumplir las metas que creo poder cumplir (45 minutos)   1. Cierre: despedirse de la paciente, deseándole un buen día. Agendar la próxima cita (3 minutos). | | | Computadora, lápiz, bolígrafo, hojas en blanco. | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| No se asigna plan paralelo para esta sesión. | | |  | |
| **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. | | | | |