|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Andrea Rivas | | | |
| **Iniciales del paciente** | Z.I.D.L.A. | | | |
| **Fecha del plan** | 30 de septiembre de 2021 | **N°. de sesión** | | 10 |
| **Objetivo general** | Incrementar la Inteligencia Emocional en una mujer de 41 años. | | | |
|  | | | | |
| **Objetivo de la sesión:** | Mejorar el amor propio de la paciente ayudándole a identificar sus fortalezas y cualidades por medio de las técnicas mi lado bueno. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | * Autoestima | | | |
| **Actividades de intervención** | | | **Materiales y recursos** | |
| 1. **Saludo (5mins):** La terapeuta ingresará minutos antes a la plataforma, al conectarse la paciente la saludará de manera cordial y le comunicará que se continuará con las actividades de la intervención. 2. **Desarrollo de la sesión (40mins):** La terapeuta le comentará a la paciente que la actividad a realizar le ayudará a reconocer sus habilidades y cualidades con el fin de poder mejorar su autoestima y amor propio.   Luego de esto, se dará inicio a trabajar en la técnica de “mi lado bueno”, esta consiste en que la paciente identifique sus cualidades y habilidades, brinde ejemplo para estas y elabore un perfil sobre ella misma.   1. **Cierre (10mins):** Se espera poder completar la actividad, si en dado caso no se completa la terapeuta le comunicará que la próxima semana se estará concluyendo la misma.   La terapeuta hará una retroalimentación de lo que se realizó en la sesión y de lo que se realizará en la siguiente, le preguntará si tiene alguna duda.   1. **Despedida (5mins):** La terapeuta le agradecerá por la cooperación y por la confianza a las Clínicas UNIS, le recalcará el compromiso que debe de tener con la asistencia y luego de esto dará por concluida la sesión. | | | * Hojas en blanco o cuaderno * Lápiz o lapicero * Borrador y sacapuntas * Marcadores o crayones | |
| **Plan paralelo** | | | **Materiales y recursos** | |
| **Biblioterapia**: la paciente deberá de leer de la página 48 a la 62 del libro “Cómo hacer que te pasen cosas buenas” por Marian Rojas Estapé y deberá de identificar las ideas principales. | | | * PDF del libro | |
| **Área de evaluación** | | | | |
| * **Mi lado bueno**: esta técnica consiste en cambiar la percepción negativa que tiene los pacientes de sí mismos, con el objetivo de transformar el diálogo mental hasta hacerlo más suave y cariñoso, para esto los pacientes deben de identificar cualidades (características positivas de sí mismos) y habilidades (lo que se les da bien) (Mónaco, 2017). * **Examen del estado mental:** es una forma estructurada de observar y describir el funcionamiento psicológico del paciente en un momento dado, bajo los dominios de apariencia, actitud, comportamiento, estado de ánimo y afecto, habla, proceso de pensamiento, contenido de pensamiento, percepción, cognición, visión y juicio (Nachar, Paz Castañeda, Mena, & Gonzáles, 2018). | | | | |

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