|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLAN DE SESIÓN – PSICOLOGÍA CLÍNICA** | | | | |
| **Nombre del practicante** | Isabella Morales | | | |
| **Iniciales del paciente** | E.I.N.V | | | |
| **Fecha del plan** | 20 de agosto del 2021 | **N°. de sesión** | | 4 |
| **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: asumir la responsabilidad de uno mismo. Esta se hará por medio de una actividad de soportes externos e internos, y una autorevisión de la autorresponsabilidad en diferentes áreas. | | | |
| **Áreas a trabajar:** | - Autoestima: comprender la predisposición de la paciente a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida  - Autoaceptación: comprender que se debe tratar a sí mismo con cariño y reconocer que se es valioso y digno de ser queridos y respetados a pesar de no ser perfectos.  - 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. | | | |
| **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 nuevamente vivir conscientemente y autoaceptación.   Luego, se prosigue con el pilar de “ser autorresponsable” o “asumir la responsabilidad de uno mismo”. El objetivo de la sesión es que la paciente pueda entender que se debe practicar la responsabilidad personal asumiendo el control sobre su vida, sus actos y metas, al igual que sus deseos, su nivel de conciencia, la calidad de sus comunicaciones, la elección de sus propios valores, entre otros. Esto se hará primero con una actividad acerca de soportes externos e internos: darse cuenta de los soportes que utilizamos y las trampas que nos ponemos para evitar la autorresponsabilidad. Esto se hará por medio de un listado y un ejercicio de relajación.  Luego, revisar junto a la paciente que tan responsable está siendo en las siguientes áreas: salud, emociones, elección de pareja, elección de amigos, bienestar económico, conciencia y responsabilidad en el trabajo, en las relaciones, manera de tratar a la gente, desarrollo intelectual, carácter, felicidad y autoestima. Después, se califica del 1 al 10 cada área y se comparte en qué forma se puede ser más responsable (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. | | | | |