**NOTA DE CAMPO #10**

|  |
| --- |
| **Semestre: Quinto** |
| **Profesora encargada:** |
| **Nathalia Lucía Jiménez García** |

**Nombre del practicante:** Ximena Xicará Aguilar

**Año que cursa:** Tercero

**N°. de sesión:** 10

**Nombre del paciente:** MRBA

**Fecha y hora de la sesión:** 30/mar/2022 15:30hrs

1. **Después de concluir la sesión con el paciente, completar el siguiente cuadro:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | A través del diálogo socrático y la redacción de palabras claves, conducir a la paciente a la introspección del porqué prioriza a otros antes que a sí y percatarle de lo beneficioso que es para ella el que con cierta regularidad se ponga como prioridad en su día a día. |
| **Áreas trabajadas** | Espacio de escucha para las situaciones de carga emocional que la paciente ha tenido a lo largo de la semana.  Reforzar a la paciente la promoción de ponerse de vez en cuando como prioridad, su tiempo personal y sus deseos y necesidades.  Conducir a la paciente al autoconocimiento a través del diálogo socrático y un listado de cualidades y fortalezas, con el fin de que ella pueda expresar lo que ve bueno de sí misma y las competencias que tiene. |
| **Método-técnica** | * Preguntas abiertas y cerradas * Parafraseo * Recapitulación * Diálogo socrático * Ejemplificación * Observación clínica * Escucha activa * Atención completa |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_X\_\_ No: \_\_\_\_\_

¿Por qué? Fue posible cumplir con todas las actividades propuestas en el tiempo planeado.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: \_X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? La paciente se mostró sumamente dispuesta a escuchar lo que la terapeuta tenía propuesto para ese día y su actitud fue muy receptiva y presta a la introspección.

1. **Información significativa de la sesión:**

* Este día la paciente solicitó iniciar la sesión media hora antes dado que tendría una reunión con amigas. Dado esto, se presentó bastante arreglada, y se le notaba que estaba contenta de verse así y gustosa de haberse arreglado.
* Indicó que cumpliendo con lo propuesto previamente en las sesiones y en su Listado de prioridades, el fin de semana fue con su familia a Antigua y disfrutó tanto ese día que incluso se olvidó de pensar en qué hacer sobre la casa de su hijo.
* Referente al Listado de prioridades, indicó que aún no ha comprado sus medicinas, pero que si se dio durante la semana tiempo para sí viendo de los programas de cocina y repostería que tanto le gustan.
* Explicó que su semana había estado “más o menos”, puesto que continúan con el tema de la mudanza de casa de su hijo, ante la cual tienen ya cuatro opciones, pero de estas a ella le convencen más dos y a su nuera le agranda más las otras dos.
* Con este mismo tema, comentó que parte de lo que le desagrada sobre que la nuera piense en vivir en apartamento es el perro que tienen, pues no es un perro con el que su nieto juegue, sino que más bien le roba atención y espacio.
* También respecto a su nuera, explica que le molesta que ella no sabe aún dónde hará su EPS, pues la nuera ha expresado que al tener que realizarlo el otro año, se llevará con ella a M y no regresarán seguido a la ciudad, además, le preocupa que no quiere aportar económicamente para las necesidades de M y que no se preocupa por su cuidado.
* Comenta que respecto a las opciones que tienen de nueva casa, el hermano de su nuera es el único “pensante”, pues es el que evalúa que en el apartamento no hay suficiente espacio para todos y que es muy caro para lo que ofrece.
* Menciona también que la última semana le ha resultado aún más difícil hablar con su hijo, pues considera que el no está abierto a escucharla y en todas sus conversaciones terminan peleando.
* Explicó también que se siente más preocupada por la salud de su hija, pues cada vez que habla con ella no escucha mejoría y como madre le mueve el saber que no está con ella y que no puede brindarle mayor cuidado.
* Ante estas narrativas se condujo al cuestionamiento de “¿Por qué más por los demás?”, si “hay cosas a las que no logro sacarle fruto”.
* La paciente reflexionó en su pasado. Narró que se crio con niñeras y creció con la convicción de que sus hijos no crecerían igual.
* Tras esta reflexión se llegó a cinco puntos relevantes.
  + - 1. Se proyecta en los demás y por eso les continúa ayudando tan incondicionalmente.
      2. Explica que “llega un momento de cansancio” respecto a ayudar tanto y sentir que no le es retribuido. Ante lo que explica que siente que ya está llegando al punto de sentirse harta de ello.
      3. A pesar de, no se arrepiente de lo que ha hecho, de las ayudas que ha dado.
      4. Explica que ha identificado desde hace ya tiempo que constantemente vivía de acuerdo con pensamientos catastróficos, lo que explica “es difícil”.
      5. Se le dificulta decir “no”.
* Se realizó un cuadro sobre sus cualidades y fortalezas, en el que destacó como más favorecedoras e importantes el ser: cumplidora, que le lleva a ser organizada; y altruista, que le lleva a tener capacidad de amar desinteresadamente.
* Se retiró de esta sesión contenta de haber interiorizado y sentir que cada vez llega a conocerse más.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó contenta, entusiasmada y activa. Llamó la atención que en esta ocasión la paciente veía más veces hacia la pantalla.

Algo novedoso durante la sesión fue que utilizó en varias ocasiones palabras en inglés, para expresarse y referirse a cosas positivas.

1. **¿Qué aprendizaje obtuvo usted como profesional al llevar a cabo la sesión?**

He aprendido que, con adultos, permitirles hablar a manera de monólogo es una útil herramienta para que ellos mismos se dirijan a la introspección, pues, aunque muchas veces esperan que la terapeuta sea quien le dé la respuesta, es allí donde se percatan que son ellos mismos quienes pueden darse sus mejores conclusiones.

En esta sesión también observé la motivación extrínseca en realidad tiene una influencia enorme sobre la actitud de la paciente incluso en la terapia.

Firma / sello de asesora: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_