**NOTA DE CAMPO #13**

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

**Nombre del practicante:** Ximena Xicará Aguilar

**Año que cursa:** Tercero

**N°. de sesión:** 13

**Nombre del paciente:** MRBA

**Fecha y hora de la sesión:** 13/may/2022 16:00hrs

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Ayudar a la paciente en su flexibilidad de pensamiento, por medio de la lectura de “El poder del pensamiento flexible”, con el fin de que en su día a día pueda ser más flexible al cambio y menos arraigada al control. |
| **Áreas trabajadas** | Se leyó la introducción de “El poder del pensamiento flexible”, con el fin de mostrarle a la paciente de manera puntual que es posible desarrollar la flexibilidad de pensamiento y lo útil que es para la vida cotidiana.  Por medio del anclaje emocional, se llevó a la paciente a crear una frase que determinase el deseo y convicción que tomará hacia mejorar en su flexibilidad de pensamiento. |
| **Método-técnica** | * Diálogo socrático * Observación clínica * Escucha activa * Atención completa * Biblioterapia (El poder del pensamiento flexible) |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_X\_\_\_ No: \_\_\_\_\_\_\_

¿Por qué? Fue posible cumplir con las actividades propuestas.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: \_X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Cada sesión, la paciente va mostrando un diálogo más abierto a lo no planificado, en sus narrativas comenta cómo se da tiempos para sí misma más seguido y priorizando sus necesidades.

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

* La paciente ingresó de manera puntual a la sesión.
* La mayor parte de su narrativa fue en torno a la nueva casa en la que vivirá su nuera con su nieto, expresando cómo esto le agrada por la cercanía y cómo le disgusta por lo pequeña que ella la considera.
* Llamó la atención una acción que tomó. Indicó que ella acompañará al hermano de la nuera a entregar las llaves de la casa actual al propietario ya que él se lo solicitó “y como él es joven y no tiene experiencia es lo mejor”. Lo que denota que ya no busca ella directamente involucrarse en las decisiones de los demás, pero continúa mostrando su necesidad por tener control.
* Mencionó que le preocupa la economía de su hijo por todo lo que invirtió en arreglar la casa antes de entregarla, pero que aún así tomó la decisión de no ofrecerle su ayuda económica.
* También comentó que se siente dubitativa, pues su hijo que vive en el extranjero le hizo la invitación a visitarlo y que él le pagaría todo. La paciente se emociona por ello, pero tiene duda del gasto que esto puede representar. Comenta que le influye también “el ya estar vieja”, pues piensa que debe aprovechar cada vez más las oportunidades que se le presentan.
* Ante lo que la paciente iba comentando, se consideró oportuno leer en ese momento el texto de *El poder del pensamiento flexible*. La paciente leía detenidamente el texto, denotando que busca comprenderlo y asociarlo con su realidad actual.
* MB indicó que luego de haberlo leído comprendía la importancia de desarrollar un pensamiento más abierto al cambio y lo imprevisto, en vez de sentir frustración y estrés por ello.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

Al inicio de la sesión se le notaba tensa, sin embargo, al finalizar expresó que se sentía mejor al haber dicho sus preocupaciones, que se sentía más relajada, y de hecho se le notaba más tranquila, con una expresión facial menos tensa y más amena.

Continúa viendo a la cámara solo cuando se le habla o cuando la terapeuta habla y no cuando ella está hablando.

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

Aprendí que, la biblioterapia es una herramienta que puede ser de gran utilidad con adultos mayores, pues se detienen a leer más profundamente lo que les hace sentido o llama la atención. Consiguen encontrar de manera más puntual la respuesta que buscan que la terapeuta dé.

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