**NOTA DE CAMPO #9**

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

**Nombre del practicante:** Ximena Xicará Aguilar

**Año que cursa:** Tercero

**N°. de sesión:** 9

**Nombre del paciente:** MRBA

**Fecha y hora de la sesión:** 23/mar/2022 16:00hrs

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Brindar psicoeducación a la paciente acerca de maneras asertivas para tratar cotidianamente su ansiedad, al presentarle el concepto de resiliencia y lo que el desarrollar esta virtud puede favorecerle en su estabilidad y capacidad de flexibilidad que ha expresado desea. |
| **Áreas trabajadas** | Educar a la paciente en resiliencia, qué es este concepto, cómo puede utilizarse y qué capacidad se posee de desarrollarla.  Utilizar el diálogo socrático para conducir a la paciente en el autoconocimiento de sus habilidades adaptativas en contrastación con lo que ella mejor rescató del video visto hace 2 semanas. |
| **Método-técnica** | * Preguntas abiertas y cerradas * Parafraseo * Recapitulación * Diálogo socrático * Ejemplificación * Observación clínica * Escucha activa * Atención completa |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_\_\_ No: \_\_\_X\_\_\_

¿Por qué? La paciente comentó desde el inicio de la sesión que se sentía muy cargada emocionalmente por lo que está sucediendo en su presente respecto a su familia, por lo cual la mayor parte de la sesión se basó en que ella expresara cómo se siente al respecto y lo que puede hacer y no ante lo que está viviendo. Aún así, si intentó tratar de forma paralela la resiliencia, dado que era el tema supuesto para la sesión y que podía adaptarse muy bien a la necesidad que tiene de utilizar la misma en su vida cotidiana.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento: X\_\_\_

¿Por qué? En esta sesión la paciente mostró que aún no utiliza cotidianamente las técnicas que se le han mostrado durante las sesiones. Además, en esta ocasión la paciente resaltó lo complicado que le resulta el sentirse impotente ante las decisiones que toma su hijo sobre su nieto. Sine embargo, se observa que si hay avance en su pensamiento a comparación del inicio del proceso terapéutico.

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

* La paciente ingresó puntualmente a la sesión, a las 16:00 horas.
* Al inicio de la sesión comentó que se sentía cansada, físicamente porque había estado bastante atareada su semana, y emocionalmente porque ha tenido desafíos con uno de sus hijos y una de sus hijas.
* En cuanto a su hija, comentó que le preocupa el hecho de que continúe enferma en un país extranjero, pues se encuentra sola y le han tenido que enviar medicinas, lo que ha representado una fuerte inversión económica y le ha hecho sentir decaída de no poder estar con ella cuando se siente así de mal.
* Respecto a su hijo, explicó que está preocupada porque a su nuera le pidieron la casa en la que vive actualmente con su nieto, por lo que están buscando una nueva casa. Sin embargo, las opciones que su hijo y su nuera plantean no se le hacen realistas a la paciente de acuerdo con la realidad de vida que tienen.
* La opción que más le angustia es que su nuera y su nieto se vayan a vivir al extranjero con su hijo, pues considera que si esto sucede su nieto estará totalmente descuidado y teme que incluso pudiera fallecer por ello.
* Explica que la opción que a ella le parece mejor es buscar una casa en la misma colonia en la que viven actualmente ya que ella también vive ahí, y explica que considera que M tiene ya una dinámica segura de poder pasar con ella cuando quiere y regresar fácilmente a su casa, por lo que no quisiera que al buscar casa en otro lugar esto se perdiera y le afectara también a él.
* Con esto, la paciente consiguió concluir que ella no puede tener el control de lo que piensan o hacen sus hijos, pero que eso no significa que deba quedarse de “brazos cruzados”, sino que puede tener el control de sus reacciones y la manera en que comunica sus pensamientos a sus hijos y nuera.
* Comentó que reconoce que es una situación que le mantendrá ocupada y pensativa durante la semana, pero que procurará utilizar las técnicas de relajación aprendidas para regularse y evitar que le afecte más de la cuenta.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

Se denotaba inquietud y preocupación en la expresión de la paciente. Constantemente cerraba los ojos en señal de tristeza y conflicto. Su postura corporal era suelta, a manera de cansancio y desánimo.

Su tono de voz se elevaba y su ritmo se apresuraba al hablar de lo molestada y decepcionada que está de la postura de su hijo.

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

Aprendí que muchas veces los pacientes tienen una situación durante su semana que es más importante de darle espacio que el plan que podemos tener, por lo que es importante estar abiertos y ser reflexibles al respecto.

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