**NOTA DE CAMPO**

|  |
| --- |
| **Semestre:** Octavo |
| **Profesora encargada:** |
| Licda. Mafer Jerez |

**Nombre del practicante:** Andrea Rivas

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 11

**Nombre del paciente:** Z.I.D.L.A.

**Fecha y hora de la sesión:** 7 de octubre de 2021, 16:00 horas.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Orientar a la paciente a potencializar su automotivación para avanzar hacia el cambio por medio de la técnica línea de vida. |
| **Áreas trabajadas** | * Metas * Talentos / habilidades * Autoconocimiento y Automotivación |
| **Método-técnica** | **Línea de vida**: esta técnica tiene como objetivo principal guiar al paciente a movilizarse y avanzar hacia el cambio, consiste en realizar una representación de los diferentes acontecimientos que han tenido lugar a lo largo de la vida y que han dejado huella, tanto positiva como negativa. En general, se dibuja una línea con inicio en el año de nacimiento y se van situando los acontecimientos más destacables, se agrega un signo + que señale si es positivo o un digno – que señale que es negativo (Leila Nomen, 2015). |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: x No:

¿Por qué? Debido a que se logró que la paciente identificara diferentes etapas y momentos de su vida.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: x Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Porque la paciente logró comprender que todas las situaciones que ha vivido en el pasado le han ayudado a crecer como persona.

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

La paciente se conectó puntual, al iniciar comentó que había tenido una buena semana, pero que había sido “llena de caos” y había experimentado una “revolución de sentimientos”, posteriormente añadió “esta semana fue como mi examen final porque tuve que solucionar muchos problemas”. Comentó que todo comenzó el día lunes, dado que ella necesitaba pedir permiso para faltar al trabajo el día miércoles porque debía de ir a realizar un trámite, por lo cual conversó con su jefe, sin embargo, el jefe se encontraba en un momento muy “estresante” y no tomo bien la situación.

La paciente indica que comenzó a explicarle porque necesitaba el permiso, a lo cual él le respondió que no podía dárselo, ella le comentó que en serio lo necesitaba y le recordó que ella había estado realizando doble trabajo, él le mencionó que no debía de “quejarse” de eso porque le daban más trabajo porque confiaban en ella, seguido ella nuevamente le comentó lo de permiso, él le contesto que no se lo daría porque ella saldría de vacaciones en dos semanas, la paciente le respondió que de haber sabido esto antes ella no le hubiera pedido el permiso y que estaría realizando su trámite durante sus vacaciones.

La paciente comentó que la situación al inició la había molestado, pero que recordó los pasos a seguir para una buena comunicación asertiva y para la resolución de conflictos, por lo cual comenzó por respirar y tranquilarse, seguido expreso lo que sentía y lo que deseaba, finalmente busco solución y se las presentó a su jefe. Luego de esto ella refiere sentirse muy contenta y orgullosa de sí misma porque se comunicó y solucionó la situación adecuadamente.

Seguido de esto refirió que el día miércoles vivió otra situación que “le elevó el cortisol”, porque su pareja ha estado atravesando por diferentes situaciones que se relación con los síntomas de abstinencia por el alcohol (ansiedad, dificultades en el sueño, falta de coordinación, alteraciones en el pensamiento, etc.), estos síntomas lo han llevado a actuar de forma “rara y extraña” y el miércoles él llegó a buscarla a su trabajo, pero estaba “alterado”, los policías del lugar tuvieron que sacarlo y él no quería irse así que ella tuvo llevarlo en taxi hasta su casa. Comenta que esto la estresó y preocupó más porque debía de regresar rápidamente a su trabajo y en la noche conversó con la madre de él para indicarle que debían de hacer algo porque él no podía seguir así.

Luego de esto se dio inició a la actividad, la paciente indicó al comienzo que esa actividad “se le hacía muy linda”, luego de aproximadamente 10 minutos empezó a llorar refiriendo que todo lo que estaba escribiendo la hacía pensar mucho y le ponía feliz darse cuenta de que a pesar de los malos momentos que ha vivido hay muchas cosas buenas también y que no quiere olvidar esos buenos momentos, al contrario, quiere repetirlos. Añadió “ahora comienza una nueva etapa en mi vida, una en donde crecí y soy mejor persona, ahora soy la mejor versión de mí misma”.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó con vestimenta formal, pero adecuada para su edad, pelo suelto y maquillaje, su higiene personal era muy prolija y cuidadosa, su postura fue relajada y su mirada y expresión denotaban felicidad, alegría y emoción.

La paciente se mostró cooperativa, franca y abierta, en ningún momento se mostró temerosa, hostil o cautelosa. Su estado de ánimo la mayor parte del tiempo fue de calma y felicidad, no obstante, al realizar la actividad comenzó a llorar indicando y se mostró un poco nostálgica. Este estado de ánimo era adecuado para el contenido del pensamiento y se encontraba en una intensidad normal. Así mismo, su lenguaje verbal y no verbal eran coherentes.

No presenta alucinaciones, percepciones defectuosas, ideas delirantes, malinterpretaciones ni ideas fóbicas o delirantes. Se encuentra orientada en tiempo, persona y lugar, y su memoria, aprendizaje, atención, concentración, base de información e inteligencia se encuentran en excelente estado. Finalmente es capaz de comprender proverbios y analogías.

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

Como terapeutas es importante brindar un espacio en donde los mismos pacientes puedan aceptar y reconocer sus avances, esto los motiva a continuar con el proceso y seguir las recomendaciones adecuadamente.

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