**NOTA DE CAMPO**

|  |
| --- |
| **Semestre: VII** |
| **Profesora encargada:** |
| **Dalia Valladares** |

**Nombre del practicante:** Gabriela Castillo

**Año que cursa:** 4º

**N°. de sesión:** 16

**Nombre del paciente:** CSZB

**Fecha y hora de la sesión:** 16/04/21; 3:00pm

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo** | Trabajar en el cierre de los sentimientos de frustración generados por una ruptura de pareja y una insatisfacción marital por medio de la reformulación de problemas. |
| **Áreas trabajadas** | Racionalización  Empatía  Tolerancia a la frustración |
| **Recursos utilizados** | N/A |
| **Método-técnica** | Diálogo y debate socrático  Entrenamiento en asertividad  Técnicas de completación |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí X No

¿Por qué? La paciente se presentó con la intención de trabajar en este tema luego de que esa semana su esposo se quedara sin trabajo. Comenzó a trabajar en la identificación de sentimientos de frustración en su matrimonio y fue capaz de identificar las cosas que la motivan a no querer seguir con el cónyuge y las cosas que aún le gustan de su matrimonio.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? La paciente fue capaz de llegar a la conclusión de que no puede seguir postergando enfrentarse a las preguntas acerca de su matrimonio, y se propuso como objetivo comunicarle a su esposo sus preocupaciones.

1. **Información significativa de la sesión (aspectos importantes, información relevante, entre otros):**

La paciente llegó con un estado de frustración y preocupación. Dijo que en ese momento no sentía más que decepción por su esposo, y que no quería actuar cuando esta se enteró de que perdió su empleo. Comentó que sentía que había llegado a un punto en el que ya no quería pelear, porque ella y su pareja son diferentes a la hora de pensar y buscar cumplir sus metas. Con la reestructuración cognitiva la paciente pudo darse cuenta de que el que su esposo no tenga las mismas aspiraciones que ella no le impide a ella cumplir sus metas, llegando a la conclusión de que debe sentarse a terminar de pensar en los aspectos que no le gustan del matrimonio y comentarlo con su esposo, para llegar a un acuerdo, o en caso no se llegue, pensar si la separación es una opción viable. A pesar de decir que no le gusta que ella y su esposo sean tan diferentes, cuando estaba con su ex pareja, comenzaron problemas a raíz de que ambos eran muy parecidos (tenían ambiciones, metas, y querían estar siempre activos). Esto llevó al inicio de actitudes competitivas y la paciente ya no se sentía cómoda en esta relación.

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

Aprendí la importancia de empatizar con el paciente y darle un espacio donde se sienta libre y seguro, para que este se sienta mejor al momento de expresar sus preocupaciones.

**Observaciones:**

La paciente se conectó a la sesión luego de salir del trabajo. Se conectó con casi treinta minutos de retraso debido a mala conexión, teniendo que llevar la sesión a cabo por Google Meet. Al inicio de la sesión se mostró más frustrada, debido a que no sabía cómo reaccionar a la noticio que su esposo le dio esa semana. Hasta la fecha no había logrado expresar lo que sentía ni había hablado del tema con su marido. Utilizó un lenguaje extenso y se alargaba en sus anécdotas, mismas que servían para darse cuenta de las razones detrás de sus estados de ánimo o forma de pensar.

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