**NOTA DE CAMPO**

|  |
| --- |
| **Semestre: 8º.** |
| **Profesora encargada:** |
| **Licenciada Dalia Valladares Aquino** |

**Nombre del practicante:** David Bollat Spillari

**Año que cursa:** 4º. año

**N°. de sesión:** 13

**Nombre del paciente:** A.P.U.

**Fecha y hora de la sesión:** sábado 23 de octubre, 2021 (9:15 a.m. – 11:15 a.m.)

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo** | Trabajar en el establecimiento de límites internos, con el fin de que la referida aprenda a decir no cuando percibe que alguien intenta manipularla o convencerla de hacer lo contrario a lo que ella desea o necesita. Esto con el fin de establecer las bases de una autoestima elevada a largo plazo. |
| **Áreas trabajadas** | * *Rapport*: por medio del diálogo, establecer un vínculo de confianza con la paciente mientras esta brinda información relevante al caso. * Asertividad: educar a la paciente en como las conductas pasivas y agresivas en la comunicación son poco funcionales para poder expresar las propias creencias y deseos. * Límites: hacer que la paciente reestructure la forma en la que permite que los factores estresantes la afecten negativamente por medio del aprendizaje de como los límites son una forma de autocuidado. |
| **Recursos utilizados** | * Formato del examen del estado mental * Lapicero * Hojas en blanco |
| **Método-técnica** | **Metodología cognitivo conductual:** enfoque que se basa en modificar la conducta del paciente y contribuir a la adquisición de hábitos de vida y comportamiento más adaptativos, trabajándose y modificándose también la base cognitiva que inducen los comportamientos originales.   * Parafraseo: reflejar la declaración del paciente, es decir, repetir con palabras propias lo escuchado y verbalizar los sentimientos ocultos que puedan ser reconocidos en dicha situación mediante la información recibida. * Diálogo socrático: método cuyo objetivo es que el paciente pueda ser capaz de profundizar en su propia psique y reflexión con el fin de que este desarrolle su propio conocimiento por sí mismo. * Preguntas abiertas y cerradas: las preguntas cerradas permiten que el encuestado solo puede responder en aquellos parámetros que la pregunta indica como predeterminados mientras que las preguntas abiertas son aquellas que dan al encuestado la posibilidad de contestar empleando sus propias palabras. * Observación clínica: estrategia que pretende describir, codificar, cuantificar y analizar el comportamiento que se quiere evaluar. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí X\_\_\_\_ No

¿Por qué? La paciente se presentó de forma puntual y coopero con el terapeuta para cumplir los objetivos establecidos en el plan de sesión.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: x\_\_\_ Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? La paciente fue capaz de comprender el concepto de autocuidado, el cual implicaba el establecimiento de límites internos asociados con la inteligencia emocional. Pudo aplicar ejemplos cotidianos a estas circunstancias y mostró entusiasmo ante la idea de poder utilizar este conocimiento a su favor en la casa y en la escuela.

1. **Información significativa de la sesión:** La paciente se presentó de forma puntual a la sesión (9:15) y se trabajó inicialmente en la psicoeducación de lo que era la autocompasión. Siendo un término nuevo para la paciente, se explicó por medio de su relación con el asertividad y la autoprotección vistas con anterioridad.

Luego, se explicó que este concepto engloba la capacidad de reconocer las emociones que sentimos y poder limitar la forma en la que impactan en nuestra conducta. Esto se englobó en cuanto a la frustración padecida. De esa forma, por medio de la educación en lo que es reconfortarse, calmarse y validarse ante un disgusto interno o externo, se explicó que solo se puede abordar de forma asertiva los límites con otros si existen límites internos.

Finalmente, se respondieron dudas sobre el proceso y se le recordó sobre la confidencialidad con el fin de establecer el *rapport*.

1. **Observaciones conductuales del paciente:** Inicialmente, la paciente presentó apertura hacia el proceso terapéutico, cooperando con el terapeuta asignado al caso de forma amable, cortés y respetuosa, demostrando confianza en el proceso terapéutico.

El vestuario de la paciente constó de una blusa negra y pantalones a la medida sin deterioro visible. Adicional a esto, podemos afirmar que la paciente denota perfecta salud.

Paralelamente, muestra disposición para la comunicación y su lenguaje es fluido y posee un ritmo controlado, aunque se ha percibido cierta evitación a algunas preguntas, dando respuestas manipuladas o asociadas con temas completamente diferentes.

Cabe mencionar que la paciente establece contacto visual y, en lo que al estado de ánimo respecta, la paciente manifestó calma y deseos de poder mejorar como persona, específicamente en cuestiones de carácter social.

Cabe agregar que la paciente es capaz de decir, reconocer y diferenciar cómo se siente, aunque posee dificultad para controlar la autocrítica y el perfeccionismo. Asimismo, su estado anímico demuestra congruencia con su testimonio y el contenido de pensamiento de la paciente demuestra coherencia y adaptación a la realidad.

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

Comprendí que la psicoeducación en temas específicos puede facilitarse por medio de su asociación consecuente con términos nuevos discutidos en sesiones anteriores. De esa forma, el objetivo de un plan general consistente puede beneficiar altamente el aprendizaje de los pacientes.