**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:** 8

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

**Fecha y hora de la sesión:** sábado 18 de septiembre, 2021 (9:15 a.m. – 11:15 a.m.)

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo** | Dialogar con la paciente sobre los patrones que ha observado en las anotaciones respecto al auto-registro asignado y psicoeducarla en lo que son los pensamientos automáticos y su relación con su motivo de consulta. |
| **Áreas trabajadas** | * *Rapport*: por medio del diálogo, establecer un vínculo de confianza con la paciente mientras esta brinda información relevante al caso. * Adaptación: determinar el grado de adaptación de la paciente en las áreas personal, familiar, escolar y social para brindar las herramientas oportunas en futuras sesiones. * Victimización escolar: poder analizar si el acoso escolar sufrido hace tres años tiene repercusiones actuales en el estado emocional y cognitivo de la paciente por medio de evaluaciones específicas. * Depresión: poder analizar si existe profunda tristeza, decaimiento anímico, baja autoestima, pérdida de interés general y disminución de las funciones psíquicas en la paciente por medio de evaluaciones específicas. * Personalidad: por medio del amplio conocimiento de las cualidades del temperamento y carácter de la paciente, poder conocer con mayor certeza su individualidad y la forma en la que esta se relaciona con los síntomas manifestados. |
| **Recursos utilizados** | * Formato del examen del estado mental * Lapicero |
| **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 el objetivo establecido en el plan de sesión.

1. **En esta sesión hubo:**

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

¿Por qué? La paciente fue capaz de ejemplificar todos los tipos de pensamientos automáticos presentados por el terapeuta y contrastarlos con su auto-registro de pensamientos realizado a lo largo de toda la evaluación. Esto asegura un paso adelante en cuanto a su conocimiento sobre sus esquemas cognitivos.

1. **Información significativa de la sesión:** La paciente se presentó de forma puntual a la sesión (9:15) y coopero con el terapeuta en cuanto a la presentación de su auto-registro de pensamientos y el aprendizaje sobre los pensamientos automáticos.

De esa manera, se psicoeducó a la paciente de forma posterior en estos tipos de pensamiento: pensamiento polarizado, pensamiento filtrado, sobregeneralización, interpretación, visión catastrófica, personalización, culpabilidad y el pensamiento “debería”. También se le pidió que diera ejemplos de cada uno y se prosiguió a comparar lo aprendido con lo anotado en sus registros.

De esa manera, concluyó en que su pensamiento recae en el catastrofismo y en algunos casos el pensamiento de filtro.

Se le pidió que analizará este tipo de pensamientos en cuanto a su conducta y prosiguiera a escribir en un cuadro ABC de Ellis con el objetivo de que fuera reestructurando estos pensamientos automáticos en unos más funcionales acorde a sus circunstancias.

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 debe ser un proceso activo en el cual la paciente pueda interactuar con los nuevos conceptos y tratar de aplicarlos a ejemplos cotidianos con el fin de asegurar el aprendizaje.

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