|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Segundo semestre del 2021 |
| **Profesora Encargada** | Licenciada María Fernanda Jeréz |

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Andrea Cuezzi

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 11

**Nombre del paciente:** A.M.R.A.M.

**Fecha y hora de la sesión:** 8 de octubre del 2021 de 3-4pm

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Reforzamiento positivo en la valía persona de la paciente brindar herramientas para mejorar su autoestima y autoconcepto |
| **Áreas trabajadas** | Reestructurar los pensamientos erróneos de la paciente hacia su persona, mejorar su autoestima y autoconcepto por medio de herramientas y técnicas como reestructuración cognitiva, técnica de espejo, tabla comparativa. |
| **Método-técnica** | Reestructuración cognitiva  Valia personal  Técnica de espejo  Autoafirmaciones  Diálogo abierto  Reforzamiento Positivo |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_\_ X No: \_\_\_\_

¿Por qué?

Se le explico a la paciente lo importante que era la valía personal y que ella pudiera tener un conocimiento claro de quien es ella y de sus capacidades. La paciente mantuvo una actitud positiva durante la sesión ya que menciono que le gustaba entender y darse cuenta que ella si era capaz de muchas cosas. Debido a los comentarios despectivos que ha recibido por parte de sus familiares, su autoestima a disminuido, comenta sentirse desvalorizada y comenta sentirse como su familia la describe. Incluso en su vocabulario las palabras para describirse son “rara”, “tonta” o “loca”, mismas palabras despectivas que su familia suele describirla. Tambien es importante menciona que las personas que han sufren de estrés postraumático suele tener una autoestima baja, esto debido a los eventos traumáticos que afectan su área cognitiva, emocional y física. Por lo tanto, se enfoca la reestructuración cognitiva para que la paciente pueda valorar su autoconcepto y valía personal.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué?

La paciente menciona que no sabia que era capaz de tantas cosas como ser ilustradora, escritora, o maestra. Logro comprender que tiene muchas cualidades como tener paciencia, ser amable, educada o comprensiva. Ella reconoce sus debilidades y errores, menciona que sus cualidades no las demuestra ya que muchas personas se han aprovechado de ella en los momentos que “baja la guardia y se vuelve sensible”. Ella menciona que el ser fría le ha ayudado a prevenir que la lastimen otras personas, sin embargo, se le explica que en ese momento ella esta generalizando nuevamente. Ella se da cuenta del error y menciona que va a poner en practica todas sus calidades. Se va logrando que la paciente tenga una mejor perspectiva de su autoestima y autoconocimiento ya que estos no le ha dado importancia y han sido desvalorizados por los eventos traumáticos y los comentarios despectivos que realizan sus familiares.

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

La paciente es capaz de reconocer sus habilidades, reconoce que su autoestima esta baja y tenia un autoconocimiento casi nulo. Ella comenta que sabe quien es ella y que debe de mejorar la forma en la que ella piensa de si misma. Menciona que si ella no se respeta nadie más lo va a hacer. Se pudo notar que la paciente estaba presente y atenta en esta sesión, se logró cumplir en su totalidad el objetivo de la sesión. La paciente menciona incluso que debe practicar en sus distorsiones cognitivas como el sobregeneralizar, ya que cree que todas las personas que ella interactúa ya sean familiares o extraños le desean hacer daño.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

En esta sesión la paciente no se encontraba en un dispositivo el cual tuviera cámara por lo que se pudo hacer una evaluación de su estado físico y el vocabulario no verbal. Sin embargo, se logró escuchar el volumen y tono de voz de la paciente, este concordaba con el hilo de la sesión, si se mencionaba algo de valía personal, de su autoestima de como incrementarlo la paciente subía su tono de voz afirmando que si concordaba con lo que decía. Cuando se tocaba un tema como los comentarios despectivos la paciente baja su tono de voz. Como se comento anteriormente la paciente se encontraba presente en tiempo y espacio, se logró ver el interés de la paciente en cuanto a la intervención y objetivo de la sesión.

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

Las palabras afirmativas van a provocar un efecto positivo en los pacientes, esto va a provocar que el paciente se coloque en el presente y pueda estar más involucrado en la sesión. Cuando un paciente tiene una valía personal pobre se debe de trabaja de inmediato en eso ya que puede generar un impacto negativo en el paciente y provocar que este genere alguna otra problemática aparte de la que se esta tratando.

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