**NOTA DE CAMPO**

|  |
| --- |
| **Semestre: 2o** |
| **Profesora encargada:** |
| **Lcda. María Fernanda Jerez** |

**Nombre del practicante:** José Fernando Dávila

**Año que cursa:** 4o

**N°. de sesión:** 12

**Nombre del paciente:** A.C

**Fecha y hora de la sesión:** 16-10-2021 de 9:15 a.m. a 10:15 a.m.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Mejorar la comunicación asertiva en la paciente |
| **Áreas trabajadas** | * Reestructuración de creencias irracionales y pensamientos negativos. * Autocontrol de las emociones |
| **Método-técnica** | * Terapia Cognitiva Conductual   + Reestructuración Cognitiva   + Diálogo Socrático   + Resolución de Problemas |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_x\_ No: \_\_\_\_

¿Por qué? Se logró cumplir con los ejercicios planeados para trabajar durante la sesión, pudiendo aplicar ejercicios propios de la terapia cognitivo conductual para mejorar la comunicación asertiva en la paciente, así como repasar ejercicios de mindfulness nuevamente.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: x Retroceso: Estancamiento: x

¿Por qué? La paciente refiere que experimentó una semana complicada, donde fue expuesta a momentos frustrantes con su esposo, así como ciertos desafíos en su trabajo debido a su nuevo jefe.

1. **Información significativa de la sesión:** La paciente admite que tuvo un descontento con su esposo debido a que este dio un am manejo a ciertos fondos monetarios que la hermana de la paciente les encargó para supervisar la remodelación del hogar, sin embargo, no mantuvo una buena documentación de las transacciones realizadas, algo que causó gran frustración en ella.

Menciona que el ambiente en su trabajo ha sido tenso debido a que su jefe ha intentado cambiar toda la estructura de trabajo de los profesores, aumentando considerablemente su carga laboral.

Reveló que algunas de sus metas que desea completar en un futuro cercano es escribir un libro así como dar clases privadas a estudiantes, debido a que su carrera como psicóloga educativa le ha permitido educarse en estrategias que le facilitarían implementar estas ideas.

1. **e. Observaciones conductuales del paciente:** La paciente asistió a la sesión portando una vestimenta casual, denotando higiene y arreglo personal adecuado. Se mostró sumamente colaboradora durante el proceso y con un buen ánimo para trabajar. Su tono de voz fue estable y no evidenciaba alguna dificultad para el lenguaje como tartamudeos o balbuceos, estuvo dispuesta a compartir sus problemas sin mayor defensividad. Se observó una mayor relajación en su estado de ánimo y pensamiento más optimista.

No se observaron alteraciones en su pensamiento como delirios o alucinaciones, sin embargo, refería constantemente una necesidad por tener el control de las situaciones y que esta es una cualidad que es consciente de su impacto negativo.

Su capacidad para la memoria a corto y largo plazo no muestra alteraciones, algo evidenciado en las historias de su pasado y otros datos provistos de la historia clínica. Es capaz de ubicarse en tiempo, espacio y persona.

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

Las relaciones conflictivas entre parejas pueden tener distintos impactos negativos en el estado emocional de cada pareja y empeorar el impacto de otras dificultades que afectan el estado emocional.

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