**NOTA DE CAMPO**

|  |
| --- |
| **Semestre: Primero** |
| **Profesora encargada:** |
| **Lic. Dalia Valladares** |

**Nombre del practicante:** Valerie Erdmenger

**Año que cursa:**.3 año

**N°. de sesión:** 7

**Nombre del paciente:** Adela Villegas

**Fecha y hora de la sesión:** 12 marzo 2021 1:30pm- 2:30pm.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo** | Brindar psicoeducación a la paciente sobre la emoción para trabajar la inteligencia emocional. |
| **Áreas trabajadas** | Se trabajó la introducción de las emociones, cuáles son las principales emociones, la importancia de expresarlas, etc. |
| **Recursos utilizados** | 1. Lapicero 2. Video |
| **Método-técnica** | Se proyectó un video introductorio bajo el cual se fue desarrollando la conversación a través del diálogo socrático sobre la importancia de las emociones, cuáles eran estas, etc. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí No

¿Por qué? Si se logró cumplir con la planificación, se explicó sobre las emociones, a través de un video introductorio se fue desglosando el tema, así mismo, se fue relacionando con casos en que la paciente podía poner en práctica el manejo de las emociones.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Adicional a lo que se trabajó en sesión, se pudo observar que hubo un gran avance en la paciente, comentaba que había puesto en práctica las técnicas de respiración vistas en la sesión anterior y relató que se había sentido muy bien aplicándolas. Así mismo, se logró cubrir el objetivo de dicha sesión.

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

La sesión se llevó vía BlackBoard. Inició con puntualidad a la 1:30 y finalizó a las 2:30p.m. Para iniciar la sesión, se le consultó a la paciente cómo se había sentido, que tal había estado su semana, etc. Para esto, comentó que durante este fin de semana se habían ido a la playa con su familia, por lo que se sentía contenta y relajada ya que iba a poder descansar. Así mismo, tuvo una excelente retroalimentación sobre las técnicas de respiración que se habían enseñado durante la sesión anterior, y comentó algunas experiencias en que las pudo poner en práctica y si notó un cambio positivo en ella. Según refirió, un día estaba haciendo la limpieza en su casa y comenzaron a discutir en su familia, dijo un comentario nada más y luego se dio cuenta que se estaba alterando y comenzó a respirar profundo y automáticamente sintió un cambio y se tranquilizó. Se sentía bastante bien poniendo en práctica esta técnica.

Para continuar, expresó que quería comentar sobre algo que había estado en su mente durante estos días y quería compartirlo conmigo. Comentó que había tenido una situación con su pareja, en la que él le decía que no le iba a presentar a su mejor amigo ya que se podía preocupar por su aspecto físico. La paciente comentó “a mí no me afecta, si hubiera sido antes sí”. Sin embargo, lo había tenido en su mente y quería expresarlo.

Continuamente, se proyectó el video de inteligencia emocional, el cual fue útil como referencia para relacionarlo con el caso de su pareja, cómo podía aplicarlo, etc. Se le explicó sobre las emociones, enojo, tristeza, felicidad y cómo estas influyen en nuestro estado de ánimo. A través del diálogo socrático, se enlazó la situación con su pareja y el manejo de emociones, l cuál le resultó bastante útil ya que comentó que se sentía más tranquila. Para finalizar la sesión, se le recordó esperarla la próxima semana.

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

Durante esta sesión, puede aprender que es importante que los pacientes pongan en práctica lo enseñado durante las sesiones y darles seguimiento respecto a lo mismo, por eso la importancia de enlazar las sesiones. Ya que personalmente pude observar avances en la paciente aplicando las respiraciones; le fue bastante útil y enriquecedor en su día a día.

**Observaciones:**

* En cuanto al aspecto general de la paciente es importante mencionar que no encendió su cámara ya que estaba en el puerto.
* Con respecto a su conducta, es una paciente muy cooperadora. Se muestra franca y abierta y durante esta sesión pudo expresar algo que la tenía inquieta, por lo que tiene facilidad de expresión.
* A pesar de que no tuviera la cámara prendida, se pudo escuchar su habla, la cual demostraba interés y seguridad en sí misma. Su habla era fluida, no tenía dificultad para comentar o responder lo que se le consultaba.
* En su estado de ánimo se puede observar que se sentía muy bien, positiva y contenta de poder compartir tiempo con su familia en la playa. Así mismo, se pudo notar que durante la semana se había sentido bien, las respiraciones le habían ayudado bastante.
* Se encuentra ubicada en tiempo y espacio. El contenido de su pensamiento es adecuado, no presenta alucinaciones ni ideas delirantes.

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