|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Sexto |
| **Profesora Encargada** | Licenciada Dalia Valladares |

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Valerie Erdmenger

**Año que cursa:** 3er año

**N°. de sesión:** 9

**Nombre del paciente:** A.S.L.

**Fecha y hora de la sesión:** 29/10/2021 3:00pm-4:00pm.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Fortalecer el autoconcepto de la paciente tomando en cuenta el aprendizaje adquirido durante las previas sesiones, de modo que pueda mejorar la percepción de sí misma. |
| **Áreas trabajadas** | Se trabajó el fortalecimiento de autoconcepto por medio del aprendizaje adquirido en las sesiones anteriores, se trabajó el ejercicio de “véndete” en el cual la paciente debía dibujar su silueta y colocar sus cualidades. |
| **Método-técnica** | Se trabajó por medio del diálogo socrático en el cual se iba conversando acerca de la actividad realizada, tanto la paciente como la terapeuta hicieron la dinámica de modo que fuera más interactivo. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_ No: \_\_\_\_

¿Por qué? A pesar de que la paciente se conectó tarde a la sesión, se logro cumplir con las actividades planificadas en el tiempo estimado.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Durante esta sesión hubo avance ya que la paciente logró identificar sus cualidades y poner en práctica las técnicas aprendidas acerca de la autoestima.

1. **Información significativa de la sesión:** La sesión se llevó a cabo el día viernes 29 de octubre en horario de 3:00pm a 4:00pm. La paciente se conectó 20 minutos tarde, ya que se le había “olvidado” que tendríamos sesión, sin embargo, esto no fue un impedimento para lograr realizar las actividades planificadas. Al inicio se le consultó cómo estaba, cómo se había sentido durante la semana, etc., para esto respondió que otra vez no había estado bien: no dormía en las noches, pasaba los días muy tristes, se sentía “agotada”. Refirió también que estuvo muy “pensativa” es decir que ella en esos momentos constantemente estaba pensando acerca de sus preocupaciones y eso le afectaba. También expresó que se había peleado con su mamá, ya que le decía comentarios que quera “perezosa” que no hacía nada. A.S. comentó que la mayor parte del tiempo se sentía sin ganas de hacer nada, incluso se sentía obligada por parte de sus padres a hacer ejercicio, pero ella no deseaba hacerlo; considera que esto es falta de motivación. Se le recomendó a la paciente que poco a poco pudiera ir realizando diferentes actividades, de modo que fuera teniendo más energía. Así mismo, con respecto al hecho de no poder dormir se le recomendó que durante las noches dejara de vez el celular y la computadora 1 hora antes de acostarse, para poder tener una mejor relajación y así mismo al no poder dormir que pudiera practicar técnicas de respiración.

Luego de haber conversado sobre eso, se procedió a realizar las actividades que se tenían planificadas. Se le explicó en qué consistía la actividad, que debía dibujar su silueta y adentro de la misma colocar sus cualidades, aspectos positivos, etc., que ella pudiera encontrar en sí misma. Se le indició que se haría en conjunto de modo que pudiera entender claramente la dinámica. Continuamente, la paciente “se vendió” poe medio de la actividad; se pudo observar que fue capaz de identificar sus cualidades, tuvo mayor facilidad durante esta actividad que la del reconocimiento de fortalezas y debilidades. Se hizo una retroalimentación de la actividad, recordándole que es importante que nos fijemos en nuestras cualidades y podamos observar todas las cosas buenas que tenemos.

Por último, se le proyectó el video de “La autoestima” que abordaba recomendaciones importantes acerca de cómo poder continuar fortaleciendo su autoestima y autoconcepto. Se le explicó el plan paralelo que consistía en que hiciera “bote de cualidades”, en donde diariamente pudiera colocar un papelito con cualidades o aspecto positivos de su día.

1. **Observaciones conductuales del paciente:** Con respecto al atuendo y aspecto general de la paciente, se presenta con una blusa de color negro. Como usualmente, estaba sentada en la cama por lo que su postura no fue recta, sin embargo, se pudo observar que durante esta sesión no se recostaba sobre la pared, demostrando más interés y atención por la sesión. Su mirada se mantuvo fija la mayor parte del tiempo hacia la pantalla, a excepción del momento en que debía realizar las actividades; por lo que se puede indicar que mantuvo un buen contacto visual. Con respecto a su habla, fue detallada y tuvo facilidad de expresarse. A.S. es una paciente honesta, colaboradora y se observa cómoda durante las sesiones. Al momento de realizar la actividad de “véndete” se identificó que se sintió motivada a realizarla, demostrando mucho entusiasmo. A través de su estado de ánimo se reflejó desánimo en cuanto al hecho de no tener ganas de hacer actividades, así mismo, cansancio por no haber dormido bien en los últimos días.
2. **¿Qué aprendizaje obtuvo usted como profesional al llevar a cabo la sesión?** Durante esta sesión aprendí que con algunos pacientes puede ser útil realizar la actividad conjunto con ellos ya que de este modo pueden comprenderla mejor y así mismo motivarse en mayor medida a realizarla, lo que tendrá un impacto positivo en el resultado.

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