|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Primer Semestre 2021 |
| **Profesora Encargada** | Lcda. Dalia Valladares |

**NOTA DE CAMPO 8**

**Nombre del practicante:** Isabel Del Rosario Ortíz Girón

**Año que cursa:** Cuarto año

**N°. de sesión:** 7

**Nombre del paciente:** PG

**Fecha y hora de la sesión:** 16 de marzo de 2021. 15:00-16:00

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Conforme a lo trabajado en la sesión anterior, sobre la influencia de los pensamiento y emociones en el estado de ánimo, se busca comenzar a identificar como los mismos pueden ser cambiados positivamente a través de una reestructuración cognitiva. Lo anterior, iniciando por una técnica de respiración y relajación de Robert Benson. Asimismo, por medio de un listado de pensamientos sobre sí mismo se intervendrá en el autoconcepto. |
| **Áreas trabajadas** | Por medio de las actividades, se trabajará la influencia de sus pensamiento con relación a sus emociones y estado de ánimo. Así también, se intervendrá en los rasgos de ansiedad. |
| **Método-técnica:** | Las técnicas utilizadas fueron:  Recapitulación: "síntesis de comunicaciones más amplias, busca recortar los elementos significativos del relato. su objetivo es la estimulación de la capacidad sintética del paciente así como de relevar los elementos significativos de un tema determinado" (Rodriguez, 2021).  “Detén todo lo que estás haciendo”:, de esta forma se le explicará que cuando las personas están nerviosas pueden tomar un descanso. Introduciendo ejercicios de inhalación y exhalación para retomar la atención y calma cuando está a punto de perderla. Es importante mencionar, que se le indicará al paciente los pensamientos y emociones positivas para unificarlos con sensación de calma.(Gomez, 2021).  reformulación de contenido: "intervención inmediata, repitiendo o reformulando con pequeñas modificaciones, lo expresado por el paciente. mejora el entendimiento, y comprensión mediante la percepción propia de la experiencia. favorece el vínculo porque demuestra atención por parte del terapeuta" (Rodriguez, 2021). |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_X\_\_ No: \_\_\_\_

¿Por qué? si, no obstante, se tuvo que intervenir en distintas problemáticas que generan en la actualidad, incertidumbre en el paciente.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento: X

¿Por qué? Debido a que el paciente mencionó tres problemáticas que le sucedieron durante la semana. Por lo tanto, tuvo que intervenir en las mismas ya que, se mostraba inquieto, triste y ansioso.

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

Inicialmente, el paciente comentó presentar tres distintas problemáticas, las cuales se dieron durante la semana siendo estas las siguientes: pérdida de examen parcial, sentimientos de enamoramiento hacia una nueva persona, y problemas de sueño. cabe mencionar que, lo anterior generó ansiedad y sentimientos de tristeza en PG, debido a que relata sentirse una “basura” ante el primer problema así como al segundo refiere sentir incertidumbre a la situación que presenta ya que, alude “me confunde como me siento , como estancado”.Por último, respecto a los problemas de sueño, el paciente menciona “todo lo que me ha pasado durante la semana me ha hecho que no duerma bien y esto hace que mi día sea desanimado”, añadiendo “no tengo ganas de hacer ejercicio solo de estar en mi cama”.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

El paciente PG, vestía camisa blanca, denotando higiene corporal. De la misma manera, se pudo observar un contacto visual constante. No obstante, P, evade el mismo cuando se hablan temas sobre sus sentimientos en el ámbito amoroso. Cabe mencionar que PG, relata ”reconozco lo que me sucede y me permito sentir mis emociones” lo cual se podría deducir como *insight.* Sin embargo, resalta sentir malestar ante los problemas que se presentaron durante la semana debido a que alude sentirse un “fracasado” ante la pérdida de un parcial. Igualmente, durante la sesión, se pudo observar que se encuentra ubicado en tiempo, espacio y tenía consciencia de sí mismo.

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

El aprendizaje que obtuve fue observar cómo los sucesos que ocurren en una semana pueden ser de gran influencia para el paciente, ya que en este caso afectaron negativamente al paciente representando un estancamiento.

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