|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | 2 |
| **Profesora Encargada** | Lda. Dalia Valladares |

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Daniela Ortega Escobedo

**Año que cursa:** 3er año

**N°. de sesión:** 12

**Nombre del paciente:** K.J.U.S.

**Fecha y hora de la sesión:** 12 de octubre de 2021 / 3:15 - 4:15 pm

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Intervenir con la paciente y enseñarle técnicas de reducción de estrés. |
| **Áreas trabajadas** | Estrés, planificación y alimentación. |
| **Método-técnica** | Escucha activa, preguntas abiertas y cerradas. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_ X \_\_\_ No:

¿Por qué?

Se logró profundizar en el tema, se le brindaron técnicas para poder llevar una vida balanceada, como organizar y planificar y la importancia sobre la buena alimentación, el ejercicio y el descansar.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué?

Se trabajó con la paciente en las áreas mencionadas y ella pudo mencionar que sentía que le iba a funcionar muchísimo, sobre todo la alimentación, descanso y ejercicio en vacaciones le ayudará a mantenerse activa y no solo ver tele o jugar en su teléfono.

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

Al inicio de la sesión se presentaron problemas de conexión por parte de la paciente, por lo que se tuvo que esperar a que ella se cambiara a otra computadora para poder encender su micrófono y comenzar la sesión. Después de hacer el cambio de computadora la paciente presentó problemas para encender su micrófono el cual después de unos minutos se logró arreglar y ya se pudo trabajar con ella.

Durante la sesión se le brindaron técnicas y herramientas para que ella pueda organizarse, planificar sus quehaceres, se le enseñó sobre la importancia de una buena alimentación, de hacer ejercicio y de dormir más de 8 horas.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó con una camiseta casual y jeans. Su atuendo era adecuado respecto a su edad y demostraba higiene. Su mirada y expresión reflejaban distracción, no mantenía la atención y constantemente miraba hacia otro lado.

Su conducta fue cooperativa, abierta y entusiasmada, así como en otras sesiones. Mencionó estar contenta de salir de clases y emocionada por estar en la sesión del día de hoy. La paciente se encontraba orientada en tiempo y espacio, respondió correctamente al lugar en donde se encontraba. Su memoria y aprendizaje no se ve afectada, sin embargo si se observó un poco de dificultad en su atención y concentración. No presentó ideas delirantes, malinterpretaciones, alucinaciones o ideas obsesivas y fóbicas.

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

Durante esta sesión pude aprender a escuchar a la paciente, se aprendió a respetar el tiempo y el avance de la paciente. También se aprendió a tener paciencia y a poder entender que existen los problemas de internet y que se debe poder adaptarse según la necesidad.

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