|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Octavo |
| **Profesora Encargada** | Dalia Valladares |

**NOTA DE CAMPO 4**

**Nombre del practicante:** Ana Sofía Hernández Santos

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 4

**Nombre del paciente:** E.G.

**Fecha y hora de la sesión:** 19/08/2021 – 4:00 pm

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Durante la sesión psicológica, se buscará que E.G. refuerce las herramientas necesarias para poder desenvolverse en los diferentes ámbitos: social, familiar y académico. Se continuará con el proceso de intervención psicológica, buscando la mejora personal y el autocontrol. |
| **Áreas trabajadas** | **Datos generales del paciente:** nombre completo, fecha de nacimiento, edad, nombre y ocupación, nombres de los miembros de la familia, etc.  **Motivo de consulta:** síntomas principales, problemáticas, la actitud de los familiares ante el motivo, tratamientos anteriores, comportamiento, etc.  **Antecedentes familiares y Ambientales:** miembros de la familia, estado socioeconómico, relación con los padres y hermanos, inconvenientes familiares, etc.  **Antecedentes personales:** concepción, tiempo de gestación, dificultades al nacer, tiempo de lactancia, edad de inicio de balbuceo, inicio de primeros pasos, evolución neuropsíquica relativa a la lactancia y alimentación, motricidad, sueño, vacunas recibidas, humor y afecto del paciente, relación con las personas de su entorno, escolaridad, rendimiento académico, sociabilidad presentada con los pacientes, etc. |
| **Método-técnica** | Cognitivo conductual: Es un enfoque que tiene como punto central los pensamientos de la persona, las emociones que esto le provoca, las reacciones físicas que tiene luego de estos dos aspectos y el comportamiento que se genera ante este proceso. Siendo estos cuatro aspectos importantes en la persona.  Con las técnicas de:  Parafraseo: es una técnica en la cual el terapeuta expresa lo que la persona le dijo, con el uso de palabras diferentes. Con el fin de afirmar o recalcar lo que se entendió.  Retroalimentación: Es cuando el terapeuta toma los puntos importantes de la sesión y los habla con el fin de recordar lo sucedido dentro de la sesión y dar una enseñanza o avance. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_\_ No: \_\_\_\_

¿Por qué? La paciente se presentó puntualmente a la plataforma de *zoom,* para llevar a cabo la sesión psicológica. Luego de esto, se llevaron a cabo los ejercicios que estaban previamente planificados y dirigidos al fortalecimiento del área personal y las habilidades sociales. E.G. cumplió con el plan paralelo, lo que permitió tener herramientas adicionales para realizar las actividades. Se hizo uso adecuado del tiempo y el objetivo fue completado.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Existió avance a lo largo de la sesión psicológica debido a que los ejercicios previamente planificados fueron realizados con el tiempo establecido. Se proporcionó información valiosa para la formación de las habilidades sociales y la confianza propia, al psicoeducar en temas importantes. La paciente fue colaboradora en cada actividad y brindó información importante.

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

La paciente asistió de manera puntual a la sesión virtual, esto permitió que pudiese llevarse a cabo cada actividad de la mejor manera. Inicialmente, comentó que su estado de ánimo se encontraba en una escala del 1 al 10, en 8 en ese momento, pero durante la semana prevaleció el 3 y 4. Lo cual ha generado menos motivación en la paciente sobre las actividades que lleva a cabo como recibir clases, leer o hacer tareas. Comentó que la próxima semana recibiría calificaciones y percibía con seguridad buenas notas, lo cual favorece a que el ciclo escolar sea ganado con un promedio alto, lo cual era una de sus principales metas del año.

Comenta un cambio drástico al ingreso de su madre a una rutina laboral durante todos los días, lo cual menciona que fue difícil por la ausencia de ella y también, porque actualmente han comprado insumos alimenticios de mayor costo, a lo que E.G. refiere que se siente incómoda porque prefiere solo comer cosas “baratas” como sopas instantáneas y que no requiera de tanto gasto, ya que, solo para su padre son la mayoría de alimentos llevados a casa.

Por otro lado, cuando se realizó la psicoeducación sobre la escucha activa y su relación con asertividad, E.G. comenta que con las personas cercanas se le hace más fácil poder escuchar, entender y prestar atención a lo que otros pueden estarle diciendo. Sin embargo, la dificultad se da cuando está relacionándose con personas desconocidas, ya que tiende a crear un rechazo por ellos y evita prestar la atención y empatía suficiente. Lo cual, comenta que nunca le generó disgusto, pero ahora es consciente de la necesidad de implementarlo para poder tener un desenvolvimiento social satisfactorio. Luego de esto, dio a conocer que existe un niño a quién conoce desde el grado escolar de kínder en el cual nunca se relacionó con él porque ella era “rechazada”, al decir esto, comenta que su hermana, durante la semana habían hablado sobre su conducta desde muy pequeña y le dio a conocer que E.G. siempre se ha alejado de las personas, aunque ellas acudan a su compañía. Después, mencionó que este niño constantemente le enviaba mensajes de texto y le decía que siente algo por ella, pero, no sabe cómo establecer un límite para evitarlo. Ante esto, llegó a la conclusión que tenía dos opciones para la situación y durante la semana decidiría si hablarle asertivamente sobre su disgusto o alejarse completamente de esta persona.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente hacia uso de una blusa color negro con serigrafía color verde, su cabello estaba suelto y mostró uso de maquillaje en su rostro. Su lenguaje fue constante, proporcionó detalles, analogías y existió una coherencia con las emociones y sentimientos prevalentes. En cuando a su estado de ánimo, mostró entusiasmo durante la sesión, no obstante, expresó aburrimiento por la rutina diaria que tiene. El contacto visual fue establecido de forma directa al ser necesario, a excepción del momento en el que habló de su amigo. Su postura era recta y tuvo varios movimientos de manos y solía acomodarse en la silla repetidas veces. Se encuentra ubicada en tiempo, persona y lugar, ya que logra establecer tiempos organizados para llevar a cabo actividades. También emite nombres y recuerda personas y diversos sitios o lugares. Además de esto, su memoria y aprendizaje fue notable, ya que al recordar algunos de los temas previamente vistos en el proceso, supo identificarlos y describirlos.

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

El psicólogo fue capaz de identificar que es necesario alargar el espacio o tiempo para ejecutar algunas actividades. Puede establecerse previamente un horario determinado para lo que quiere realizarse, pero puede estar sujeto a cambios según la estabilidad del paciente, su colaboración y rapidez para trabajar. En esta sesión, fue necesario proporcionar el tiempo suficiente a la paciente para crear un autoanálisis y continuar de finalizarlo la siguiente semana.