



NOTA DE CAMPO 10

Semestre: 5to
Profesora encargada:
Nathalia Jimenez

Nombre del practicante: Débora Cristal Ramírez Archila

Año que cursa: tercero

Nº. de sesión: 10

Nombre del paciente: D. I. B. M

Fecha y hora de la sesión: 02 de abril del 2022

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

Objetivo de la sesión	Identificar un problema y centrarse en el pensamiento negativo y convertirlo en un pensamiento racional. Brindar técnica de meditación para reducir ansiedad, guiar a identificar cualidades de ella misma.
Áreas trabajadas	Resolución de problemas, aprender a escuchar, trabajar en solución de conflictos, flexibilidad de pensamiento.
Método-técnica	Preguntas abiertas, entrevista, diálogo socrático, reestructuración cognitiva, técnicas de autocontrol.

b. ¿Se cumplió la planificación?

Sí: x

No:

¿Por qué? Se cumplió la planificación, aunque la paciente no realizó de nuevo el plan paralelo establecido, se realizó un diálogo sobre lo ocurrido durante la semana y los sentimientos que estuvieron presentes en los diferentes sucesos. Fue una sesión, en la cual se pudo identificar un factor de gran importancia en la vida de la paciente, como lo es el autoestima, estando en un nivel bajo.

c. En esta sesión hubo:

Avance: x

Retroceso:

Estancamiento:



¿Por qué? Hubo un avance porque la paciente aprendió técnicas de autocontrol, acompañado de una psicoeducación del mismo, modificar hábitos, dedicar tiempo a relajarse y liberar tensiones. Esto con el objetivo de disminuir la sintomatología ansiosa que presenta la paciente.

d. Información significativa de la sesión:

La sesión inició con una técnica de meditación, pidiendo a la paciente que mencione 3 cosas por las que se encuentra agradecida y 3 retos que se encuentre enfrentando, por los cuales se sienta agradecida. Continuando con la sesión, se realizó un diálogo sobre los acontecimientos ocurridos durante la semana, en la cual, no ocurrió algo importante. Solamente recibió clases e hizo tareas.

Continuando con la sesión, la paciente jugó a “la búsqueda del tesoro”, encontrando como el objeto escondido, un espejo. En el cual se debía de observar a ella misma en el espejo y decir cualidades y habilidades positivas sobre ella misma. Se observó una molestia, debido a un comentario que la terapeuta realizó hacia la paciente, el cual fue, “eres bonita”, dejando inmediatamente el ánimo de jugar y siguiendo con un “ya no quiero jugar”.

En ese juego la paciente tuvo dificultades para decir cualidades y habilidades sobre ella, debido a que, mencionó tener inseguridades, como sus dientes “por que están separados”, su nariz, sus labios, sus manos y sus piernas. La madre menciona que respecto a esto, la paciente le dice que no es bonita, y hace una comparación constante con las adolescentes que son varios años mayor que ella, diciendo “mira tan linda, así quiero estar yo”. La madre comentó que estaba enterada que no le gustan sus dientes, sin embargo, no sabía que no le gustaba la mayoría de partes de su cuerpo, lo cual dijo, ayudarla a darse cuenta de lo bonita que es por dentro y por fuera y ayudarla a aumentar la autoestima.

e. Observaciones conductuales del paciente: la paciente muestra una conducta cooperadora, le gusta jugar con Play Doh o con arena mientras escucha y responde.

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



Esta sesión fue de gran importancia, porque se pudo identificar un problema de gran importancia en la paciente, la autoestima debe ser intervenida y ayudar a aumentar, debido a que esta es la base de muchas decisiones que se suele tomar en la vida.

Firma / sello de asesora: _____