

NOTA DE CAMPO 4

Semestre: 5to semestre
Profesora encargada:
Nathalia Jimenez

Nombre del practicante: Débora Cristal Ramírez Archila

Año que cursa: Tercer año

Nº. de sesión: 4

Nombre del paciente: P.L.T

Fecha y hora de la sesión: Jueves 17 de febrero 2022, con horario de 4:00-5:00 pm.

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

Objetivo de la sesión	Conocer pensamientos, emociones y síntomas de la paciente, logrando entender con claridad la problemática y evaluar ansiedad y depresión.
Áreas trabajadas	Las áreas a trabajar en la sesión serán la presencia y gravedad de la depresión evaluando síntomas de la misma, esto se evaluará con la Prueba Psicométrica Inventario de Depresión de Beck BDI, además, se evaluará la severidad de la ansiedad en una forma global con la Prueba Psicométrica Escala de Ansiedad de Hamilton.
Método-técnica	Preguntas abiertas, diálogo socrático.

b. ¿Se cumplió la planificación?

Sí:

No: x

¿Por qué? no se logró cumplir con la planificación, debido a que, la paciente no pudo realizar el plan paralelo dejado, el cual fue diario de emociones, pero la paciente no pudo escribir, ya que, comentó regresar muy cansada y no realizarlo, mencionó volver a retomar el plan la semana siguiente. Además, estaba planificado realizar una actividad la cual es antiestrés, teniendo como objetivo que la paciente apache una bola que es hecha con un globo y harina



dentro. La paciente explicó no poder comprar los materiales porque estuvo una semana muy ocupada, diciendo que la semana próxima tendría los materiales listos para realizar la actividad.

c. En esta sesión hubo:

Avance: x

Retroceso:

Estancamiento:

¿Por qué? La paciente mencionó poner en práctica lo dicho en las sesiones anteriores, como: expresar sus emociones y salir con personas importantes. La paciente explicó que trató de expresar sus emociones, diciendo lo que le gusta y lo que no, y lo que siente, expresó estar feliz porque logró hacerlo y va a seguir poniéndolo en práctica ya que se siente bien haciéndolo. También fue recomendado salir con las personas que le importan como su mejor amigo, ya que, dice que aleja a las personas por sus pocas ganas de salir. Entonces, se recomendó tratar de salir y retomar hábitos, ya que dice sentirse sola. Lo hizo y dijo haberse sentir bien y haber pactado con su mejor amigo salir cada 15 días. Dijo querer seguir poniendo en práctica esto, ya que la hace sentir bien.

d. Información significativa de la sesión:

En el inicio de la sesión la paciente se conectó por medio de zoom en su carro, ya que mencionó que estaba muy ocupada y salió tarde de trabajar y no le daría tiempo de llegar a su casa a recibir la sesión, entonces, la sesión se adecuó a sus necesidades.

La paciente expresó que las técnicas de relajación le gustan y que va a usar las técnicas aprendidas a lo largo de las sesiones cuando sea necesario. Expresó, que tuvo una semana dura, primero pidió vacaciones sábado, domingo y lunes, retomando actividades el día martes. En sus vacaciones fue a la playa con su familia, compartiendo tiempo de calidad con su familia dejando el teléfono por un lado y tratando de mantener su atención y sus vacaciones y no en el trabajo.

Al terminar sus vacaciones, retomó actividades en el trabajo, hubo un acontecimiento en específico, el cual hizo que la paciente tuviera estrés y ansiedad, ya que una compañera a quien ella le había rotado su paciente, hizo el trabajo mal y dijo que P.L había sido quien hizo el trabajo mal, entonces la paciente al regresar a su trabajo tuvo que explicar todo lo que



pasó. Dice molestarle que las personas sean así, que sin problema pueden decir que no es culpa de ellos para “echarle la culpa” a alguien más.

La paciente contó que tuvo una semana dura y ocupada por esto mismo y por su trabajo asignado, esto provocó que no hiciera el plan paralelo, ya que, no tuvo tiempo para realizarlo porque regresaba a su casa muy cansada.

También, comentó que salió con su mejor amigo, lo cual provocó que se sintiera bien, esto la agarró de sorpresa, ya que mencionaba que no quiere salir con nadie y tener amigos significa salir con ellos y eso es lo que ella no quiere, pero comentó, sentirse sola y necesitada de afecto. Además, menciona que se encuentra tratando de expresar sus emociones, debido a que, el no hacerlo la mantiene con pensamientos constantes sobre lo que pudo haber expresado.

La paciente mencionó que le gusta asistir a terapia, ya que siente que es un espacio para sí misma, y al no dedicarse tiempo nunca, le gusta sentirse en un espacio el cual es solamente de ella. También menciona que, quiere saber los resultados de las pruebas, ya que quisiera saber si es una persona depresiva, aunque ella piensa que sí lo es.

e. Observaciones conductuales del paciente: La expresión facial de la paciente es proporcional con los temas hablados, su postura es relajada y tranquila, con la espalda apoyada a la pared. La paciente mostró una conducta abierta, cooperadora, es franca pero cautelosa. Tiene un habla normal, es decir, brinda detalles sobre su vida y demuestra interés por recibir terapia psicológica. Expresó que quisiera que las pruebas se terminaran y la terapia sea para conversar.

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

Aprendí a evaluar a una persona con la Prueba Psicométrica Inventario de Depresión de Beck BDI y Prueba Psicométrica Escala de Ansiedad de Hamilton, lo cual fue una



experiencia nueva ya que nunca había aplicado estas pruebas. Fue bueno dialogar con la paciente profundamente sobre cuáles son sus molestias y cuál es su perspectiva sobre los problemas que presenta en la vida.

Firma / sello de asesora: _____