



NOTA DE CAMPO

Nombre del practicante: Stephanie Paiz

Año que cursa: 3ro

Nº. de sesión: 7

Nombre del paciente: M.R.

Fecha y hora de la sesión: jueves 16 de septiembre, 2021, 4:00-5:00 pm

Semestre	II
Profesora Encargada	Dalia Valladares

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

Objetivo de la sesión	Enseñar técnicas de control de impulsos por medio de técnicas de autocontrol e inoculación de estrés
Áreas trabajadas	Autcontrol
Método-técnica	Técnicas de autocontrol

b. ¿Se cumplió la planificación?

Sí: X No:

¿Por qué?

Se pudo enseñar las técnicas planificadas así como realizar un ensayo imaginado con base en el plan paralelo anterior. Se pudo discutir sobre las emociones que algunas situaciones causan en la paciente así como identificar lo que siente y sus reacciones. No se pudo cumplir en su totalidad debido a que, durante los primeros 30 minutos, la paciente comenta sobre su semana, la cual menciona fue “dura” y “necesitaba platicarlo con alguien”.

c. En esta sesión hubo:

Avance: Retroceso: Estancamiento: X

¿Por qué?

Durante la primera media hora de la sesión, la paciente discute sobre su semana y los problemas que se encuentra teniendo con su novio, lo que dejó únicamente 30 minutos para lo planificado. Se pudo cumplir con la planificación, sin embargo, no se pudo tener el avance que se tenía planificado tener acorde las técnicas establecidas. El ensayo imaginado fue corto.

d. Información significativa de la sesión:

La paciente habla sobre su semana, en donde tuvo problemas con su novio, problemas con un trabajo así como con la electricidad en su casa. Menciona que su novio le dice que él ha dejado de ser quien era por culpa de ella, ya que él se “dedicó” a cuidar y “salvar” a la paciente de la depresión y ella no hace nada por él. Comenta que entiende que tal vez no le presta la debida atención, sin embargo, no entiende porqué dice que “la salvó” o porqué él ha dejado de ser quien era. Menciona que esto la hace sentirse culpable pero que sabe que no ha hecho nada malo, por lo que no sabe qué hacer.

En cuanto al trabajo, la paciente comenta haber aplicado a Telus el martes por la noche, y dos horas más tarde, recibe la llamada de la primera entrevista. Debido a que pensaba que no sería inmediatamente la entrevista, no se preparó y, lamentablemente, mencionaron no querer darle seguimiento a su proceso. Esto le causa tristeza ya que es un trabajo por el cual se ha esforzado en los estudios, sin embargo, menciona querer continuar con la aplicación a diversos call centers para encontrar el trabajo que quiere y necesita.

Comenta que el día lunes no hubo luz en su casa todo el día, lo que complicó sus estudios así como no tuvo nada que hacer todo el día. Se dedicó a repasar los temas de sus clases, así como a hacer ejercicios, pero que pasó un día “frustrante sin nada que hacer” hasta la noche. Estos tres temas son los principales que menciona la paciente, que se discuten en la primera media hora de la sesión.

En cuanto a la identificación de emociones e impulsos, la paciente es consciente que tiende a actuar impulsivamente, así como decir cosas por no comprender lo que siente o lo que no debe decir. Se enseñan brevemente las técnicas, las cuales son dejadas de plan paralelo para reforzarlas fuera de la clínica.

e. Observaciones conductuales del paciente:

Al iniciar la sesión, la paciente se presenta seria así como con un tono de voz bajo. Al preguntarle sobre su semana, menciona que se encuentra cansada emocionalmente, por lo que no tiene “ganas de hacer nada”. Cuando comienza hablar de su semana, su discurso es verborrérico, expresándose sobre todo lo ocurrido, lo cual es una carga para ella. Luego de desahogarse, la paciente retoma su actitud normal dentro de la clínica, pero evita el contacto visual la mayoría de la sesión. Por momentos, le ponía atención a su celular y no a la sesión.



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

Pude modificar mi planificación de la sesión con base en las necesidades de la paciente. Pude identificar que la paciente necesitaba desahogarse en el espacio seguro que es la clínica, por lo que decidí cambiar el orden de la sesión para poder incluir la planificación así como dejar que la paciente hablara sobre su semana.

Firma / sello de asesora: _____