

NOTA DE CAMPO

Nombre del practicante: Marcela Ruiz

Año que cursa: 4to año

Nº. de sesión: 11

Nombre del paciente: CL

Fecha y hora de la sesión: 10/04/2021 10:00 a.m. a 11:00 a.m.

Semestre	Séptimo
Profesora Encargada	Lcda. Dalia Valladares.

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

Objetivo de la sesión	Brindar técnicas de respiración con el fin de que la paciente tenga el conocimiento de cómo disminuir los niveles altos de estrés, así mismo ejercicios que son funcionales para un momento de crisis.
Áreas trabajadas	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios de relajación y respiración • Detección de algún pensamiento negativo y no expresado. • Imaginación de una escena agradable
Método-técnica	<p>Se van a tomar 10 minutos para explicar la dinámica de la sesión de ese día. Brindando una breve introducción de lo que se estará realizando ese día Técnica de Autocontrol: Se va a llevar a cabo por realizar el ejercicio dentro de la sesión</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se va a trabajar con el enojo y situaciones de estrés que se da a nivel cotidiano o estando fuera de casa. 2. . Expresarle que debe respirar profundo 10 segundos 3. Buscar una escena agradable para la misma, puede ser imaginativa o real.

b. ¿Se cumplió la planificación?

Sí: XNo:



¿Por qué?

Porque se realizaron los ejercicios de respiración en sesión y se llevó a cabo la técnica de tirada de autocontrol

c. En esta sesión hubo:

Avance: X Retroceso: _____ Estancamiento: _____

¿Por qué?

Porque la paciente comenta que al realizar este ejercicio, hizo que se sintiera más tranquila.

d. Información significativa de la sesión:

→ Se indagó sobre síntomas del trauma y la mayoría son clínicamente significativos.

Observaciones conductuales del paciente:

→ Prefiere que la sesión sea más por dialogo socrático que realizar cosas, aspecto que se puede relacionar con la evitación que puede ocurrir a la hora de trabajar específico.

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

Que es importante realizar una pequeña retroalimentación sobre los temas para poderlos adecuar a las situaciones que se están presentando.

Firma / sello de asesora: _____