

NOTA DE CAMPO 7

Semestre: 1
Profesora encargada:
Nathalia Jimenez

Nombre del practicante: Isabella Saravia

Año que cursa: 3ero

N°. de sesión: 7

Nombre del paciente: S.O.

Fecha y hora de la sesión: Sábado 12 de marzo del 2022 a las 10:00 am

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

Objetivo de la sesión	<p>Emplear la escucha activa para poder identificar las áreas de mejora en la paciente y brindarle herramientas para poder trabajar en ello.</p> <p>Utilizar la psicoeducación con la paciente para ayudarle a entender más a fondo el tema de las emociones. Se busca que la paciente pueda llegar a entender qué son las emociones, su función y cómo poder regularlas. Para poder lograr esto, se utilizará una lista de pensamientos, en los cuales la paciente debe identificar las emociones que le causan cada uno de ellos.</p> <p>Cabe recalcar que la respiración diafragmática y el empleo de <i>mindfulness</i> llegarán a ser de suma importancia para que la paciente pueda relajarse tras experimentar alguna emoción muy intensa.</p>
Áreas trabajadas	<p>Se abordaron los distintos pensamientos que la paciente comentó tener esa semana pasada. Se le preguntó acerca del rechazo que ella percibía de parte de las demás personas. Ella llegó a identificar que en realidad no es que ella no sepa socializar con los demás, es que le cuesta las dinámicas que tienen que ver con grupos grandes. Ella menciona que prefiere</p>

	<p>convivir de forma individual con las personas, ya que no se siente parte de un grupo.</p> <p>Además, se habló acerca de su hijo M y la frustración que le causa la incertidumbre de su diagnóstico. Ella comenta tener mucho miedo de que M no sea capaz de encajar en el colegio.</p> <p>Por último, se identificó que uno de los mecanismos de defensa que utiliza la paciente es la risa, haciendo chistes al momento de estar triste para apaciguar la emoción.</p>
Método-técnica	<p>Se utilizó el diálogo socrático, la escucha activa y la identificación de emociones. Con el diálogo socrático se ayudó a la paciente a poder encontrar el origen de su problemática, además se le brindó psicoeducación para darle estrategias sobre cómo manejarlo.</p> <p>Por otro lado, la identificación de emociones se utilizó preguntando qué emociones le causaban los distintos pensamientos que ella había mencionado.</p>

b. ¿Se cumplió la planificación?

Sí: _____ No: X

¿Por qué?

No se cumplió con la planificación porque se esperaba abordar temas aún más importantes dentro del listado de pensamientos, como por ejemplo: “Star está muy violenta”, “¿Porqué hasta ahora me duele tanto?” y “Quiero confiarle todo lo que me pasa, pero, ¿cómo sé si puedo confiar en ella?”. Esas tres frases fueron escritas por la paciente en el listado de pensamientos que hizo de tarea, pero no se pudieron abordar ya que se tocaron otros temas y se utilizó el tiempo para hablar sobre qué pensaba la paciente hacer para ir a un centro psiquiátrico. Por lo que, la terapeuta no llegó a tener conocimiento de qué significaban.

c. En esta sesión hubo:

Avance: x Retroceso: _____ Estancamiento:

¿Por qué?

Porque en la terapia se llegó a conocer más acerca del contenido de pensamiento de la paciente. A pesar de que no comentó mucha información nueva, se pudo observar el habla y el trato que tiene consigo misma. Además, se abordó el tema de psiquiatría, el cual es sumamente importante y puede ayudar a la paciente a tener mayores avances en terapia.

d. Información significativa de la sesión:

- S.O. comentó que no asistió a la Asociación Psiquiátrica de Guatemala porque tuvieron un comportamiento “poco responsivo”, refiriéndose a que la secretaria del lugar le respondía un día tarde sus mensajes. Y ella comenta que no le gustó ese comportamiento, porque ella trabaja como asistente ejecutiva virtual y sabe que los mensajes y llamadas deben ser respondidos con rapidez.
- La paciente llegó a la conclusión que quiere intentar acudir al Hospital Psiquiátrico Federico Mora, ya que queda a cinco cuadras de su casa y no tendrá que pagar para poder obtener una cita. Así que, ella decidió pedir un día de descanso la próxima semana para poder acudir y ser recetada en ese centro.
- S.O. refiere tener miedo a que la traicionen. Por eso, se le dificulta mucho la interacción social y confiar en las demás personas. Como por ejemplo, que cuenten un hecho muy privado que ella ha comentado a demás personas, abusando de su confianza.
- Ella menciona que, dentro de su grupo de trabajo, todos hablan de comida y a ella le disgusta eso, ya que es vegetariana y no puede comer nada de lo que ellos comen.
- S.O. comenta que a la hora de sus reuniones de trabajo ella suele aprovechar el tiempo para adelantar tareas. Ella dice que no le gusta convivir con el grupo, pero que es mejor conectando de forma individual con las personas.
- La paciente expresó que no considera tener mayor dificultad a la hora de conocer una persona nueva de forma individual, pero si se le dificulta incorporarse a un grupo nuevo.



- S.O. ha mencionado que ella es una persona introvertida, por lo que no suele sentir emoción por las actividades en grupo, pero se lleva mejor con las personas que le llegan a agradar de forma individual.
- La paciente refiere que tiene una mejor amiga, con la cual ha tenido una amistad desde el colegio. Pero, ella cuenta que su mejor amiga la critica mucho y pelean por ser muy diferentes. S.O. expresa que su mejor amiga busca siempre que ella mejore la relación con su madre, pero la paciente no quiere hacerlo.
- S.O. también cuenta que “ha sobrevivido porque se ríe”, diciendo que muchas veces, al mencionar situaciones complicadas con sus amigos, suele hacer chistes para apaciguar los sentimientos negativos.
- La paciente refiere que le aplicaron un examen a M, el cuál tuvo resultados al borde de normal y anormal para el diagnóstico de Asperger, y ella comenta tener la misma dificultad con la prueba de Autismo que fue realizada con anterioridad.
- S.O. comenta que otra de las razones por las que renunciaría a su trabajo si en caso lo cambiaran a modalidad presencial es porque no podría dedicarle las horas de tiempo que le da a M.
- Ella menciona que M necesita ayuda y que sin ella él no sería capaz de realizar muchas tareas, por lo que ella necesita un trabajo con mayor disponibilidad para poder ayudarlo a él.
- La paciente menciona que M tiene dificultad en la motricidad fina, por ejemplo, a la hora de atarse los zapatos llega a presentar mucha frustración por no poder llegar a hacerlo.
- S.O. refiere que tiene “miedo” y “preocupación” que su hijo regrese al colegio, ya que le preocupa que su hijo sufra de *bullying* por presentar dificultades en el aprendizaje.
- La paciente comenta sentirse impotente y una gran culpa al pensar que su hijo debe empezar a asistir al colegio.
- S.O. expresa sentir culpabilidad ya que su hijo nunca recibió atención de parte de su padre, pero ella por muchos años no fue capaz de decírselo y tenía miedo de confrontarlo.



e. Observaciones conductuales del paciente:

La paciente se presenta a sesión con una higiene adecuada, manteniendo contacto visual y expresandose de una forma coherente. S.O. trae ropa de colores un tanto apagados y el cabello más o menos despeinado. Además, se presenta con un atuendo casual y una bolsa de tela, la cual utiliza como cartera para guardar sus cosas. Presenta una mirada un tanto angustiada, a pesar de que realiza bromas en la sesión. Adicional a eso, suele presentar de forma detallada la información, restando tiempo a la terapia ya que puede llegar a mencionar aspectos irrelevantes para la sesión.

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

En esta sesión aprendí que no todos los días de terapia serán completamente productivos. Habrán días que no serán tan profundos ni se podrá indagar gran cantidad de información acerca de la paciente. Pero, debo tener paciencia y entender que no siempre se tendrán grandes avances o se hablará de temas tan profundos. Pero, es importante no limitar el diálogo de la paciente, ya que lo que menciona tiene gran importancia para ella, y por ende, es importante para la terapia.

Firma / sello de asesora: _____