

NOTA DE CAMPO # 8

Semestre: Primer
Semestre

Profesora encargada:

Licda. Nathalia Jiménez

Nombre del practicante: Ana Gabriela Pineda Suchini

Año que cursa: Tercer año

Nº. de sesión: 8

Nombre del paciente: A.F.V.C

Fecha y hora de la sesión: viernes 18 marzo 2022; hora 5:00 PM a 6:00 PM

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

Objetivo de la sesión	Fomentar la conciencia de sí misma y de las propias emociones y su expresión.
Áreas trabajadas	<p>Técnica de respiración: trabajar la forma en la que la paciente pueda mejorar la concentración, la creatividad y el rendimiento cognitivo de técnicas de respiración consciente.</p> <p>Retroalimentación acerca del diario de las emociones.</p> <p>Autoconcepto: Imagen que se tiene de uno mismo. Se forma a partir de variables que están influenciados por las interacciones con las personas importantes en nuestras vidas.</p> <p>Examen del estado mental: evalúa las diversas variables del funcionamiento y consiste en la valoración de la capacidad mental actual del paciente mediante la evaluación del aspecto general, comportamiento, cualquier idea inusual o percepción insólita o extraña, el estado de ánimo y todos los aspectos de la cognición.</p>
Método-técnica	Se recaudó información mediante el diálogo socrático, el cual consiste en el diálogo entre dos personas, a través de una serie de preguntas empleado recursos hacia la resolución de sus dudas

o problemas. En esta ocasión no se aplicaron pruebas, sino se le expuso acerca de las diferentes emociones para que reconociera los sentimientos, emociones y así poder etiquetando apropiadamente por medio de información emocional. Así como también, se realizó el examen del examen menta, así como también, la técnica de respiración "Medidor Emocional".

b. ¿Se cumplió la planificación?

Sí: _____ X _____ No: _____

¿Por qué? A.V se presentó a la sesión de forma puntal, por lo que se pudo realizar la técnica de respiración "Medidor Emocional". Así como también, se discutió el plan paralelo el cual consistía en el diario emocional y hablar acerca de inquietudes por parte de la paciente. Por otro lado, se pudo realizar con la presentación interactiva del autoconcepto, asimismo, realizar la actividad del "Árbol de logros".

c. En esta sesión hubo:

Avance: X Retroceso: _____ Estancamiento: _____

¿Por qué? Se pudo realizar con éxito las actividades propuestas de la semana pasada. Cabe resaltar que, como se mencionaba en la nota de campo anterior no había dado tiempo de realizar las actividades propuestas, ya que, la paciente quiso hablar acerca de algunas inquietudes que le habían ocurrido en el fin de semana, así como también, se utilizó ese tiempo para indagar acerca del duelo, de la madre, entre otras cosas.

En esta sesión, primero se pudo realizar la técnica de respiración llamada, "medidor emocional", discusión del plan paralelo, presentación interactiva acerca del autoconcepto y la actividad del "árbol de logros".

d. Información significativa de la sesión:

- Los primeros 10 min de las sesión se comenzó con la técnica de respiración del "medidor emocional", donde la paciente mencionó que se sentía tranquila, por ende, las respuestas fueron positivas y se mostró muy tranquila y lista para comenzar con las actividades.

- En relación con el plan paralelo que consiste en el diario mencionó que su semana le fue muy bien, ya que, como se cambió la dinámica; se sentía más tranquila y agradeció por dicha actividad porque le ayuda a ‘Desahogarse’ como también, le disminuyó la ansiedad que le generaba que alguien más lo leyera. “los dibujos es la proyección de como me siento o lo que hago; por ejemplo: un día había mucho calor y dibujé una cara con gotas en la cara” también, las palabras que mencionaba más alrededor de los dibujos, en algunos era: feliz, tarea, enojada (2 veces), calor, semana santa, entre otras más.
- Respecto a la actividad de la presentación interactiva mostró mucho interés, le generaba dudas en algunos aspectos y otras veces, ya lo comprendía. Cuando se le preguntaba algo, respondía de inmediatamente. Por otro lado, la paciente interrumpió para ir por un cuaderno y escribir de algunos temas, asimismo, dentro de las actividades dentro de la presentación (video o llenar una tabla) se mostraba concentrada y expresó que le es difícil pensar en sus habilidades.
- Con la actividad del “árbol de logros” tenía como finalidad conocer y fomentar la conciencia de sí mismo y de las propias emociones y su expresión. En la actividad, la paciente dibujó un árbol grande, incluyendo raíces tronco y copa. En las raíces la paciente escribió sus cualidades, habilidades y capacidades que cree tener. En el tronco, las cosas positivas que hace. Y en la copa, los éxitos o tributos que ha tenido la paciente.
Cabe mencionar que la paciente expresó que lo más difícil fue escribir de sus habilidades y capacidades, así como también sus éxitos.
- Se pudo observar en el dibujo de la paciente que en las raíces escribió (bajita, pelo corto, delgada, hago reír, soy colaboradora, jugar básquet, amo el karate, dibujo bonito); en el troco escribió (ayudo a mis tíos, apoyo a mi familia y ayudar a mis primos), finalmente, en la copa escribió (conocer a mi hermano, graduarme de primaria, pasar 1ero y 2do básico, amarme y tener más comunicación con mi mamá).

e. Observaciones conductuales del paciente:

La paciente asistió a la sesión de forma puntual, vistiendo un atuendo de acuerdo con el clima, denotando higiene y arreglo personal. A.V se presentó en esta sesión más relajada, ya que, pudo realizar sin interrupciones sus tareas, y, además, de ayudar en casa y expresó que fue una buena semana y ha aplicado la técnica de respiración para no enojarse. Cabe mencionar que se mostró interesada en el tema y con gran apertura. por otro lado, la paciente no tuvo ningún problema en realizar



la actividad y mostró interés en el tema; prestaba atención, hacia anotaciones y preguntaba acerca del tema de autoconocimiento. Cabe resaltar que la paciente se mostraba tranquila y dispuesta a aprender, no mostró ninguna complicación en su lenguaje como tartamudeos o balbuceos, al contrario, su habla era fluida y estable. Por último, se puede mencionar que esta vez no hubo ninguna complicación respecto al ruido en el fondo, sin embargo, en algunas ocasiones pasaban a asomarse sus primos a molestarla y poniendo las manos en la pantalla, donde la paciente en un momento apagó la cámara y micrófono para regañarlos.

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

En esta sesión aprendí de la importancia de llegar muy informada acerca de los temas del autoconocimiento. Por otro lado, es muy importante hablarle en un lenguaje que comprenda y hacer las actividades con el fin que lo ponga en práctica en su día a día. Por otro lado, es importante mencionar que la paciente se mostró abierta al tema, asimismo, expresó y agradeció acerca de que se siente más tranquila gracias a las técnicas de respiración y las actividades le han servido a tener la mente abierta y comprender la importancia de conocerse. Cabe mencionar que la paciente se ha mostrado muy colaborativa durante la sesión, se muestra dispuesta. Por otro lado, me es gratificante que la paciente se sienta más tranquila y mostrar disposición en todas las sesiones y es muy importante que desde un principio se forma el *rapport* ya que esto ayuda para establecer más fuerte la relación y así poder ver resultado al final.

Firma / sello de asesora: _____