



| | |
|-----------------------------|-------------------------|
| Semestre: | Primer Semestre |
| Profesora encargada: | |
| | Licda. Nathalia Jiménez |

NOTA DE CAMPO # 13

Nombre del practicante: Ana Gabriela Pineda Suchini

Año que cursa: Tercero

Nº. de sesión: 13

Nombre del paciente: A.F.V.C

Fecha y hora de la sesión: viernes 22 abril 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 | Reconocer los propios deseos y derechos, y saber expresarlos de forma clara y honesta tanto con los demás como con ella misma. |
| Áreas trabajadas | <p>Técnica de respiración: Trabajar la forma en la que la paciente pueda mejorar la concentración, la creatividad y el rendimiento cognitivo por medio de técnicas de respiración consciente.</p> <p>Retroalimentación acerca del diario de las emociones y retroalimentación de la sesión pasada.</p> <p>Asertividad: Trabajar la forma en poder expresar las opiniones, sentimientos, actitudes y los deseos de una forma consciente, clara, honesta y sincera sin poder herir o perjudicar a los demás.</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 se le expuso acerca de la asertividad; importancia y beneficios para las diferentes áreas de la vida. Así como también, se realizó el examen del examen mental, así como también, la técnica de respiración guiada.

b. ¿Se cumplió la planificación?

Sí: ____ X ____ No: ____

¿Por qué? A.V se presentó a las sesiones de forma puntual, por lo tanto, se pudo realizar la actividad propuesta. La sesión se dividió en los primeros 10 min realizar la técnica de respiración guiada, después se habló acerca de su Semana Santa, si cumplió con los planes paralelos (semáforo de emociones junto con el horario y lectura), Al terminar dicho discurso, se realizó la actividad que consistía en una presentación interactiva acerca de la asertividad, cuyo objetivo era que comprendiera acerca del mismo, sus beneficios y que aprendiera nuevas herramientas para mejorar la comunicación asertiva. Por último, se le asignó su nuevo plan paralelo y se pudo realizar el examen del estado mental.

c. En esta sesión hubo:

Avance: X Retroceso: ____ Estancamiento: ____

¿Por qué? Se puede observar que la paciente estaba muy relajada al comenzar la sesión, ya que expresó que su Semana Santa estuvo relajada y tranquila, sin embargo, al comienzo de la semana ya tenía que realizar tareas y seguir con la rutina. Cabe resaltar que si siguió su plan paralelo (horario y semáforo de las emociones). Por otro lado, se realizó la presentación interactiva con el tema de la asertividad y el ejercicio ("qué contestaría si" o "qué pasaría si"), que consistía en resolver diferentes situaciones asertivamente, también tomando en cuenta las situaciones en que pasan en su casa o colegio. Por último, se asignó nuevo plan paralelo y se realizó a lo largo de la intervención el examen del estado mental.

d. Información significativa de la sesión:



- Los primeros 10 min de la sesión se realizó la técnica de respiración guiada, la cual ayudó a la paciente a que iniciara bien la sesión. Cabe mencionar que la paciente se veía tranquila.
- Luego, se realizó una retroalimentación de lo que hizo en Semana Santa y mencionó que estuvo un poco estresada ya que no había terminado sus deberes, sin embargo, todo salió muy bien ya que siguió su horario y puso en practica el semáforo de emociones cuando se sentía enojada.
- La paciente expresó que, a la hora de explicarle a su familia sobre el horario y la técnica del semáforo, a su vez, se lo tomaron muy bien y respetaron a lo largo de semana santa el horario de autocuidado y su familia lo entendió muy bien y tuvo una experiencia positiva. Por otro lado, mencionó que su Semana Santa se fueron a las piscinas y ver procesiones.
- A.V mencionó que hubo un día en el cual se enojó mucho porque con su familia planearon ir a la playa en Monterrico, así como también, quería que fuera porque quería que fuera a ver a su mamá. Cabe resaltar que la madre vive ahí, asimismo, la paciente le dijo a su familia que mejor fueran porque ella no quería ir ni verla todavía.

Por otro lado, mencionó que la familia quería forzarla para que ya tengan un buen vínculo y A.V expresó que les dijo que no quería ir porque ella no se sentía preparada para verla y mucho menos tener un vínculo con ella. A su vez, la tía S y sus primos se mostraron confundidos del porqué no quiere ir a verla ni tener un buen vínculo.
- Respecto a la presentación interactiva sobre la asertividad, se observó que la paciente prestaba mucha atención e interrumpía para hacer más de alguna pregunta. A su vez, en la actividad se le presentaron varias escenas relacionadas a diferentes situaciones donde la paciente tenía que mostrar como poner límites, “no contestar mal”, entre otras cosas. Cabe resaltar que durante la misma se le hacían correcciones o se le decía la forma correcta de enfrentarlo.
- Por último, mencionó que el diario, las técnicas y la psicoeducación que se le ha brindado para fortalecer su inteligencia emocional, “autoestima” expresó la paciente. La han ayudado y ha notado lo que ha avanzado y que está segura que cada día que vaya trabajando va a ir logrando conocerse más y estar preparada para tener un vínculo con su madre.

A su vez, mencionó que se dio cuenta que el diario ha sido una herramienta esencial a su vida ya que al dibujar y escribir la relajan y, por lo tanto, le genera tranquilidad. Sin embargo, mencionó que ya se le estaba acabando su cuaderno y se sentía tensa al ver que se está terminando otro diario, pero está ahorrando para comprarse uno nuevo.

- e. Observaciones conductuales del paciente:** A.V asistió a la sesión de forma puntual, vistiendo de acuerdo con el clima y denotando arreglo personal. Dentro de la sesión se presentó de manera tranquila y mostrando fluidez en su conversación. A su vez, se pudo observar que su lenguaje corporal se muestra más relajada, ya que, ha visto progreso en ella gracias a las técnicas de respiración y el diario de emociones. Por otro lado, se observó que la paciente se molestó con su familia, ya que, su familia no comprende y no está de acuerdo que "no quiera" establecer un vínculo con su madre ahora ya que ella al principio dejó en claro que por ahora quiere conocerse bien, según refiere la paciente. Por otro lado, se pudo observar que no posee un apoyo estable por parte de su familia con respecto a lo mencionado anteriormente. A.V se mostró interesada en el tema de la asertividad, por otro lado, la paciente no tuvo ningún problema en realizar la actividad ya que mostró interés en el tema; prestaba atención, hacia anotaciones y preguntaba acerca del tema de la asertividad y también, expresó que lo que más le cuesta es decir "no" o más bien establecer ciertos límites con las personas, por lo cual, se brindaron ciertas herramientas para que pueda establecer límites sanos. Cabe resaltar que A.V 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.

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

Considero que me hace sentir muy bien que la paciente si ha observado avance con respecto a su comportamiento, a reconocer sus emociones, validarlas, ponerles etiqueta, entre otras cosas, en tan poco tiempo se puede ver el progreso. Es poco, pero si se observa el cambio. Cabe mencionar que es importante realizar una psicoeducación más adelante con los cuidadores, sobre todo cuando tienen a una adolescente de 15 años con baja autoestima, puesto que en realidad estas personas en realidad estan en desarrollo y que deben de saber que al forzarla para que haga algo que no quiere, ya que en esta etapa están en búsqueda de su propia identidad. Es importante que los cuidadores y la familia deben de tomar en cuenta lo anterior para poder establecer un vinculo afectivo con la paciente.

Firma / sello de asesora: _____