



## NOTA DE CAMPO # 7

**Semestre:** Primer  
Semestre

**Profesora encargada:**

Licda. Nathalia Jiménez

**Nombre del practicante:** Ana Gabriela Pineda Suchini

**Año que cursa:** Tercer año

**Nº. de sesión:** 7

**Nombre del paciente:** A.F.V.C

**Fecha y hora de la sesión:** viernes 11 marzo 2022; hora 5:00 PM a 6:00 PM

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

<b>Objetivo de la sesión</b>	Fomentar la conciencia de sí misma y de las propias emociones y su expresión.
<b>Áreas trabajadas</b>	<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>
<b>Método-técnica</b>	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: \_\_\_\_\_ No: \_\_\_\_\_ X

¿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. Sin embargo, no se logró hacer la actividad del "árbol de logros" (autoconocimiento) ni la presentación introductoria acerca de dicho tema debido a que la paciente desde el principio de la sesión mencionó que quería hablar acerca de lo ocurrió en su semana. Cabe resaltar que la paciente durante la sesión se mostraba triste y tendió a llorar desde el principio hasta el final de la sesión.

**c. En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: \_\_\_\_\_ Estancamiento: \_\_\_\_\_

¿Por qué? Considero que hubo un avance ya que se pudo recopilar información acerca del duelo, situaciones que pasó con su madre y su padre, relaciones familiares, situaciones que vivió durante la niñez y actualmente, entre otras cosas.

Cabe mencionar que no se pudo realizar el plan como se tenía agendado por lo que se realizará la actividad de "árbol de logros" (conocimiento) y la presentación interactiva de dicho tema en la próxima sesión.

Por último, se realizó la técnica de respiración "Medidor emocional" y discusión del plan paralelo.

**d. Información significativa de la sesión:**

- Los primeros 10 min de la sesión se realizó la Técnica de Respiración "Medidor emocional" cuyo objetivo era observar y tomar anotaciones sobre el estado emocional de la paciente la cual ayudó a la paciente para que se relajara y pudiera concentrarse a lo largo de la

sesión. Por otro lado, se pudo observar que A.F necesitaba hablar de algunas situaciones que le incomodaron en la semana.

Cabe mencionar que en el transcurso de la semana la paciente había enviado un correo expresando lo siguiente: no me he sentido bien, me he sentido cansada y quiero hablar con usted sobre esto". Lo cual fue lo primero que se habló en la sesión, claro después de la técnica de respiración.

- Con relación a lo que se habló en la sesión fue que el fin de semana la pasó muy mal ya que menciona que tuvo que ayudar con las tareas a sus primos, ayudar en casa con la limpieza y hacer las tareas de su colegio. Sin embargo, expresa que ese fin de semana no pudo cumplir con sus cosas, es decir, no pudo realizar sus tareas y cosas que a ella le gusta hacer.

Menciona que su tía le dice que tiene que ayudar siempre a sus primos hacer tareas (los primos tienen 8 y 5 años), A.F expresa que el fin de semana tenía que hacerles unas figuras geométricas a ambos, ordenarles hojas en sus folders y otras cosas más. Lo cual la paciente cuando estaba mencionando dichos acontecimientos su tono de voz se proyectaba bajo, entrecortado y su mirada triste. A su vez, llorosa. Cabe mencionar que la paciente se observaba intranquila y tensa.

Se le preguntó qué más pasó ese fin de semana, A.F expresó que su tía no la comprende, siente que la presiona mucho para hacer tareas con ellos y que a veces la regaña si no ayuda. También, menciona que no le dio tiempo de hacer sus tareas ni hacer cosas que a ella le gusta hacer.

- Por otro lado, se le preguntó si el diario solo con imágenes y palabras claves le gustó más porque expresa lo que realmente siente o lo que pasó ese día. Como, por ejemplo: sus dibujos en este caso eran cruces, caritas felices, caminos con montañas, caritas tristes con lágrimas y corazones. Cabe mencionar que las palabras que más se repiten es cansada, sueño, dolor, feliz, tareas, relajada, enojada y música.
- Respecto a las actividades que se tenía planeado no se pudieron realizar debido a que la paciente expresó que quería "desahogarse". A su vez, se aprovechó a indagar acerca del proceso de duelo, cómo era antes la paciente, temas acerca de su madre y sobre la relación con su familia antes, durante y después del fallecimiento del padre de A.F.
- Con respecto a su niñez (cuando aún estaba su padre) expresaba que era bien loca, es decir, le gustaba ir salir, molestaba y era traviesa. Por otro lado, menciona que la relación



con su papá era muy cercana, todo lo hacían juntos como jugar, molestar, comer y ver televisión. A su vez, expresó que siempre andaba pegada con el como “papitis” y eran como chicles.

- A.F expresó que antes siempre estaba con su familia, no le gustaba estar sola, le gustaba hablar con todos. Sin embargo, cuando su padre falleció se alejó de su familia, quería estar sola y se pasaba encerrada en su cuarto.
- A.F mencionó que cuando falleció su padre, ella estaba presente; primero, se quedó en shock y a la vez, quería salir a pedir ayuda, pero su padre no quería (por eso se culpaba de la muerte, por no pedir ayuda rápido). Segundo, refiere que fue una experiencia traumática y horrible, sentía que el mundo se le venía encima. Tercero, cuando su tía S salió del cuarto de inmediato a consolarla, “nos abrazamos y lloramos juntas” expresó.

A.F refiere que cuando falleció su padre fue al velorio y al entierro. Fueron días fuertes, tristes y sobre todo difíciles, expresó A.F. Por otro lado, refiere que también veía fotos en Facebook y lloraba en su cama sin querer hablar con nadie de su familia.

A su vez, menciona que tres días después la tía quería donar toda la ropa del padre, pero A se negaba, se recuerda que guardaba su lugar en la mesa y también cuando iba a lugares se recordaba de él.

- Mencionó que su papá falleció hace 6 años el 29 mayo del 2016 y su abuela falleció hace 7 años el 15 de agosto 2015. Expresa que su padre, se deprimió cuando su abuela falleció porque era una relación muy cercana.

Por otro lado, expresó que las fechas que son duras para ella son: Día del padre, Navidad, Semana Santa, Año nuevo, su cumpleaños, en resumen, días especiales. Cabe mencionar, estos días se la pasa muy triste y desanimada ya que en mayo cumple años.

- A.F menciona que después de lo de su padre, a los 10 años miraba las pastillas para poder quitarse la vida, asimismo, el año pasado también lo pensó, pero mencionó que lo habló con su terapeuta y su tío, actualmente, menciona que no ha pensado.
- La paciente mencionó que cuando vivía con su madre, ella tenía un novio. Un día, la madre la llevó con ella y su novio a un lugar (no se recuerda que era) pero tenía habitaciones. Expresó que la dejó en una sala de espera. Por otro lado, mencionó que la madre mentía mucho a sus tíos. Cabe mencionar que la paciente se mostraba enojada ya que la madre le mentía a la familia muy seguido y más tratando a donde iba con A.F



- Un dato importante por mencionar es que la madre de la paciente vive en Monterrico donde vive actualmente. Cabe mencionar que la madre la abandonó cuando era muy pequeña. Respecto a esto, la paciente expresó que la madre se separó de su esposo porque le fue infiel y que ahora vive con su hermano de 5 años.

**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. Sin embargo, a la paciente se le observaba algo impaciente al empezar la sesión donde primero mencionó que estaba cansada y que necesitaba hablar conmigo. Mencionó que estaba cansada físicamente de ayudar en la casa. Cabe mencionar que a pesar de su cansancio se mostró de gran apertura de principio a fin de la sesión.

Por otro lado, A.F ha mostrado un gran desenvolvimiento en esta sesión principalmente ya que desde un principio de la sesión expresó que necesitaba desahogarse, lo cual fue contando lo que le molestaba y lo que pasó el fin de semana. Se logró expresar sin ninguna complicación narrando con mucho detalle lo que estos acontecimientos mencionados anteriormente le estaban afectando.

La paciente no tuvo ningún problema en realizar la respiración "Medidor emocional", lo cual ayudo a que la paciente se relajara y se centrara a lo largo de la sesión. Cabe resaltar que la paciente no muestra ninguna complicación en su lenguaje como tartamudeos o balbuceos, pero si se mostró triste, con voz quebradiza y tendía a llorar en ciertas ocasiones.

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

En este caso mi aprendizaje como terapeuta es que debo de comprender que algunos procesos requieren tiempo y que nada sale como uno lo planea.

En cuanto al cambio de planificación me sentí un poco nerviosa y a la vez frustrada ya que al observar que la paciente solo quería hablar acerca de lo que había pasado durante la semana y que hablaba sin parar, llorar y con carita de tristeza. Decidí en escucharla y preguntarle algunas cosas, claro sin perder el rapport que ya tengo con la paciente. Sin embargo, es importante tener varias preguntas con el fin de indagar ciertos acontecimientos que aún no estaban completos, pero se pudo recaudar la mayor información posible de temas hablados en asesoría.

Realmente no sé se hace lo correcto en no realizar lo planeado en el plan de sesión correspondiente pero la paciente si quería hablar de muchos acontecimientos y escuchar a la



paciente. En esta sesión si me sentí frustrada en no realizar el plan a pie de la letra, pero se realizará en la próxima.

Firma / sello de asesora: \_\_\_\_\_