**NOTA DE CAMPO # 13**

|  |
| --- |
| **Semestre: Octavo Semestre** |
| **Profesora encargada:** |
| **Lcda. Dalia Valladares** |

**Nombre del practicante:** Fátima Castellanos

**Año que cursa:** Cuarto año

**N°. de sesión:** 13

**Nombre del paciente:** H.G.M.M.

**Fecha y hora de la sesión:** 23 de octubre de 2021, 09:00-10:00

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo** | Identificar diversas alternativas, actividades y metas que le permitan tener mayor control sobre su vida de tal forma que logre superar su estado de ánimo depresivo y ansioso. |
| **Áreas trabajadas** | Según Aaron Beck (1985), refiere que es la percepción del individuo a nivel incorrecto, estando basada en falsas premisas. Igualmente, Lang (2002), expone que es una respuesta emocional que da el sujeto ante situaciones que percibe o interpreta como amenaza o peligros. |
| **Recursos utilizados** | Lápiz  Lapicero  Expediente clínico  Hojas en blanco |
| **Método-técnica** | Mediante este tipo de juegos o dinámicas se pretende profundizar en el conocimiento de uno mismo, con la propuesta de situaciones que inviten a la reflexión, mediante la expresión de sentimientos, etc. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí X No

¿Por qué? Si, se plantearon metas a corto plazo y se trabajó en los pensamientos de culpabilidad derivados de la pereza.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Se indago en los pensamientos y sentimientos relacionados con ella misma.

1. **Información significativa de la sesión (aspectos importantes, información relevante, entre otros):**

Al comienzo de la sesión, indicó que había tenido alergias desde el martes, a lo cual luego de profundizar se denotó que su origen era emocional. Esto, debido a que se había enojado fuertemente con su papá por causa de su madre, dado que se había peleado con ella hace una semana. Igualmente, describió que se sentía más tranquila por la separación física entre ella y su madre, ya que disminuyó sus sensaciones ansiosas respecto a ella.

Con su esposo se molestó al referir que optó por irse al cine y distraerse, ya que el domingo se sentía emocionalmente “mal”. No obstante, había quedado con él para practicar su inglés. Cabe destacar que, se planteó tener otro hijo, ya que antes se mostraba con temor hacia la opción. Así como, con mudarse de hogar, dado que observó el malestar emocional que le causaba.

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

Guiar a la paciente a analizar la veracidad de sus pensamientos y acciones.

**Observaciones:**

Se mostró con alergias, a lo cual refirió que no se había expuesto a estímulos ambientales que lo provocaran. Sin embargo, al cuestionarle la raíz emocional se denotó que tienden a expresarse de esa manera. Igualmente, se observó cansancio y dolor en las cienes, sin embargo, conforme paso la sesión disminuyó.

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