**NOTA DE CAMPO #6**

|  |
| --- |
| **Semestre: 5to** |
| **Profesora encargada:** |
| **Nathalia Lucía Jiménez García** |

**Nombre del practicante:** Gabriela Abigail Quiroa Carrillo

**Año que cursa:** Tercer año

**N°. de sesión:** #6

**Nombre del paciente:** F. E. S

**Fecha y hora de la sesión:** 1 marzo 2022 / 16:00 a 17:00 hrs

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Recaudar información del paciente por medio de las pruebas psicométricas de la Escala de Ansiedad de Beck, cuyo propósito es indagar sobre la gravedad de la sintomatología. |
| **Áreas trabajadas** | * Promover que el paciente se conozca a él mismo y así mismo, conocer cuáles son sus debilidades y fortalezas. Indagar sobre el tema de su papá y mamá, el tipo de relación que tenían. |
| **Método-técnica** | * Autoconcepto: conocerse mucho más * Autoestima: brindar un lado positivo a las “debilidades” que posea el paciente * Entrevista con preguntas abiertas Dialogo Socrático |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: X No:

¿Por qué? Durante la sesión se realizó lo que se planificó, el paciente nombró sus fortalezas y debilidades en un cuadro realizado en Canva. Como plan paralelo, el paciente tendrá que pegar unos papeles en frente del espejo de su baño y agregar una fortaleza más cada día. Respecto a la situación marital de sus padres, se indagó y el paciente pudo expresar lo que había pasado.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento: X

¿Por qué? El tema de nombrar y enumerar aspectos positivos de sí mismo le es complicado, considera que sus debilidades tienen mayor relevancia y puede mencionar de más. El tema de sus papás es un tema delicado y se observa que limita dar un valor sentimental, considera que es un tema que realmente le da igual.

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

La experiencia de la técnica de respiración durante la semana fue satisfactoria. Menciona que ya no tenía cápsulas para el *vype*, durante sus actividades universitarias se estreso bastante porque no entendía el tema. Comenzó a molestarse, estresar, irritarse, enojarse y a temblar, en vez de fumar *vype,* utilizó la respiración diafragmática. Se tranquilizó y pensó, “me siento mula haciendo esto, pero a la vez entendí que realmente me estaba ayudando”.

El paciente estuvo 4 días solo en la casa, menciona que ambos padres asistieron a Petén por motivos laborales. La mamá invitó a su hijo y a la hermana menor para que se quedarán en la casa de su tía, él no aceptó la propuesta. Menciona que el motivo del porqué se quedó en casa es que prefiere estar solo, y que realmente haría lo mismo solo que estando acompañado. También, cree que por su propio temperamento ni siquiera se soporta a él mismo, entonces no le vio sentido estar en la casa de su tía y no soporta que lo molesten. Ese tiempo que estuvo solo salió con sus amigos y se mantuvo en sus clases de la universidad.

Al momento de hacer la actividad de las fortalezas y debilidades, no mostró entusiasmo en describir todo lo positivo que lo identifica. Incluso, nombró más debilidades que las fortalezas y al final se le dejó como plan paralelo que pusiera esas fortalezas en el espejo del baño. Con el objetivo de que cada vez se observará en el espejo las viera. Se agregó, cada día de la semana tendría que agregar una fortaleza y él preguntó, ¿Cómo sé que fortaleza poner?.

Las fortalezas que agregó, es su madurez considera que es muy maduro para su edad, que a pesar de todo era alguien que muestra amabilidad y el respeto hacia las personas. Resaltó que realmente es alguien inteligente, sin embargo, la “pereza” es un factor que daña respecto a su rendimiento académico.

Respecto a sus debilidades, considera que le da tantas vueltas a todas las cosas y considera que al suceder esto el darle vueltas al asunto más de algo puede salir mal. Reconoce que no le presta demasiada atención a las clases, se distrae fácilmente a partir de los 13 años, en ese tiempo menciona que estaba viviendo un momento difícil ya que sentía que su mamá se estaba alejando, a partir de esto, empezaba a pensar que “todo le daba igual, su vida, su futuro, su carrera”. Piensa que es alguien inestable emocionalmente y que su temperamento no es el adecuado, considera que al momento de percibir que alguien más lo está molestando y él está estresado e irritado comienza a “tirar palabras” porque no tiene paciencia. En lo personal percibe que necesita más atención, le genera dependencia a las personas y recurre a darle miedo el no ser suficiente. La falta de sentimientos y no tiene tacto lo relaciona al hecho que si él o alguien más esté bien o mal, le da igual.

Por último, se conversó acerca de sus padres. Menciona que su padre se fue de la casa cuando él tenía 2 años. Sabe que el motivo de su separación es porque hubo un acto de infidelidad por parte del papá y él tiene una hermana menor la cual no le habla desde hace 7 años. Se le preguntó cómo se sentía respecto a eso, mencionó “me dió igual y literalmente me sigue dando igual”. Reconoce que parte de las peleas con su mamá es sobre eso, ella le pregunta sobre cómo se siente respecto a su papá y él le dice que le da igual, menciona que “tarde o temprano va estar solo, todo me da igual”.

Se recuerda que a sus 8 años, en ocasiones cuando se quedaba en la casa de su papá y observaba que normalmente llevaba a una mujer diferente. Le daba igual porque solían hacerle su desayuno y de todos modos, no volvería a verlas otra vez.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

Se observó un comportamiento más calmado y menos ansioso por parte del paciente, durante la sesión no tuvo a la mano su *vype*. Mostraba un estado anímico más emocionado y alegre, se presentó a la sesión con ropa completamente diferente a la que había usado, esto se debe a que se arregló porque iba a salir con sus amigos.

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

Es importante establecer un buen *rapport* con el paciente, debido a que dependiendo de eso el ritmo de la terapia puede estancarse o avanzar. La motivación del paciente a realizar los planes paralelos dependerá mucho de lo que se acople a sus gustos y preferencias. Debe de ser acople a lo que realmente le gusta y lo involucren fácilmente a su vida cotidiana.

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