**NOTA DE CAMPO #4**

|  |
| --- |
| **Semestre: Quinto** |
| **Profesora encargada:** |
| **Nathalia Lucía Jiménez García** |

**Nombre del practicante:** Ximena Xicará Aguilar

**Año que cursa:** Tercero

**N°. de sesión:** 4

**Nombre del paciente:** MRBA

**Fecha y hora de la sesión:** 16/feb/2022 16:00hrs

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Analizar los niveles de ansiedad con los que actualmente está lidiando la paciente, por medio de para así tener una clara noción de los aspectos principales a trabajar. Así como mostrarle herramientas generales que puede utilizar en casa ante situaciones que le ocasionan ansiedad inmediata. |
| **Áreas trabajadas** | Se obtuvo retroalimentación acerca de la efectividad de la Técnica de respiración diafragmal que se le enseñó la semana previa.  Se evaluó el nivel de ansiedad con el que está lidiando últimamente, por medio de la Escala de Ansiedad de Hamilton.  Se le enseñó la estrategia de Tiempo de posposición y se observó funcional para la paciente.  Se fortaleció el *rapport* al conversar con ella acerca de su semana y al orientar la estrategia anterior en base a sus vivencias. |
| **Método-técnica** | * Preguntas abiertas y cerradas * Parafraseo * Recapitulación * Diálogo socrático * Ejemplificación * Observación clínica * Escucha activa * Atención completa |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_X\_\_ No: \_\_\_\_\_

¿Por qué? Fue posible cumplir con todas las actividades propuestas en el tiempo planeado.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Se verificó la efectividad de la técnica enseñada la semana previa. Se amplió la información acerca de sus relaciones familiares. Se realizó una prueba psicométrica para conocer la intensidad de su ansiedad actual y evaluarla con ella. Fue posible explicar y ejemplificar la estrategia de Tiempo de posposición.

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

* Inició comentando que ese día se había sentido un tanto ansiosa y desesperada ya que había estado realizando pagos, de las remodelaciones que están haciendo en la propiedad que quieren alquilar.
* Expresó también que ha estado un tanto angustiada porque “el chiquito está más o menos bien”. Explica que ha estado haciendo berrinches, y que uno de los días que se quedó en la casa de ella tuvo que pegarle una nalgada para que dejará de portarse mal, pues había estado siendo muy malcriado y ella explica que “tiene que aprender”, ya que sabe que si no él consigue manipularla.
* Contó que estaba disgustada porque su nuera se había sentido ofendida de que durante el fin de semana no la hubieran invitado a salir con ellos, lo cual MB explica es totalmente falso.
* Cuando se le comentó que se realizaría una evaluación de su nivel actual de ansiedad se mostró entusiasmada y en total disposición de colaborar. Al ser de manera virtual se realizó oralmente para hacerla más amena. Se mostraba que la paciente respondía con honestidad.
* La paciente manifestó que antes mantenía una ansiedad perenne, pero en los últimos meses ha sentido como ya no es tan duradera, sin embargo, cuando regresa si es constante.
* Expresó en una de las preguntas que le preocupa qué pasará con su nieto cuando ella muera, pues ve “que va creciendo” y que va necesitando menos de ella pero a la vez más.
* Al hablar de las actividades que disfruta y que hace en ocasiones para despejarse indicó que le “encanta ver programas de cocina”, pues le gusta mucho cocinar. Comentó que también disfruta de ver películas de géneros variados, excepto las de historias románticas. Indicó también que le gusta ver programas de los que pueda aprender algo nuevo e interesante, incluso le gustaban mucho los de asesinos seriales, pero dejó de ver algunos de ellos porque le “enferma ver lo que considera injusto”, explicó que en esos momentos se siente como una avestruz que esconde su cabeza en la tierra.
* Mostró interés por la estrategia de Tiempo de posposición, no la entendió del todo al inicio, pero luego de realizar un de ejemplos de manera conjunta lo comprendió y lo acomodó a su entender.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se mostró entusiasta durante la sesión, veía más veces a la pantalla y mantenía una expresión de apertura y agrado.

Al hablar de su nuera se le vio tensa, movía constantemente las manos nuevamente en señal de decepción. Y al hablar de su nieto bajaba la mirada.

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

He aprendido que realizar actividades de ejemplos o de cualquier tipo que parezca llamativa y “divertida”, pues ayuda a mantener la atención del paciente y obtener información más amplia de lo que se está evaluando.

También aprendí que con personas altamente racionales es muy útil darles ejemplos no solo a partir de sus vivencias o ellos mismos, sino que exponerle también situaciones hipotéticas, pues al sentir que no son ellos consiguen ver un panorama más completo.

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