**NOTA DE CAMPO #6**

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

**Nombre del practicante:** Ximena Xicará Aguilar

**Año que cursa:** Tercero

**N°. de sesión:** 6

**Nombre del paciente:** MRBA

**Fecha y hora de la sesión:** 02/mar/2022 16:00hrs

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Dar oportunidad de introspección de a la paciente al comentarle a grandes rasgos sus resultados en las pruebas proyectivas del Árbol y de Persona Bajo la Lluvia, con el fin de que ella llega a conocerse más profunda y claramente.  Brindar a la paciente técnicas de relajación que le ayuden a mantener un estado de regulación aún y cuando no esté en momento de crisis de ansiedad. En esta caso la Técnica de relajación progresiva de Jacobson. |
| **Áreas trabajadas** | Fortalecer el *rapport* con la paciente al preguntarle acerca de su semana con el fin de darle la escucha que ha expresado que desea que se tenga hacia ella.  Indagar en la dinámica y satisfacción familiar de la paciente.  Conducir a la paciente a su conocimiento personal por medio de una retroalimentación de sus resultados, a grandes rasgos, en las pruebas proyectivas de Árbol y Persona Bajo la Lluvia.  Técnica de relajación progresiva de Jacobson, para así continuar brindando a la paciente estrategias de regulación para mantener un estado que le permita controlar y disminuir su ansiedad. |
| **Método-técnica** | * Recapitulación * Diálogo socrático * Observación clínica * Escucha activa * Atención completa * Técnica de relajación de Jacobson |

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? Dado que la paciente iba un tanto más relajada, se evidenciaba mayor disposición al trabajo planteado. Además, al contar de su semana, más que revelar sobre lo que le disgusta de su dinámica familiar, reveló características particulares de su pensamiento.

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

* La sesión inició puntualmente a las 16:00 horas.
* Cuando se conectó dijo que había llegado “corriendo”, pero que ya estaba lista para empezar.
* Comentó que tuvo una semana “un poco complicada”, ya que había sido una semana “con mucho” de varias cosas.
* En primer lugar, indicó que se había molestado nuevamente con el colegio de su nieto porque le había reportado que había tenido una “crisis”, pero que ella considera que es porque continúan encasillados en la idea de autismo, pues explicó que el problema había sido que otro niño le había quitado un crayón y él comenzó a gritar y llorar, pero considera que es una reacción normal de un niño de 4 años.
* Con esto mencionó repetidas veces, una cantidad de 4 veces para ser exacta, que no le gusta en general la palabra “crisis” pues considera que es una palabra muy fuerte, pues comenta que ha visto a otros niños y personas en “verdaderas crisis” y no son como las que tiene su nieto, sino que son momentos en los que de verdad quien las tiene la pasa muy mal y los de su alrededor también.
* Explicó que en esa semana tuvo una reunión con la supervisora de preprimaria y la nueva terapista de lenguaje de M. Comentó que le agradó mucho cómo llevó la terapista la reunión, considera que fue muy profesional. Mientras que no sintió lo mismo por parte del colegio, pues sintió que defendían nuevamente el diagnóstico de autismo, aunque se ha probado ya lo contrario.
* Expresó que “tristemente” su hijo no había podido estar en la reunión por cuestiones de horario, pero que le entristece aún más que no ha preguntado nada al respecto.
* Al inicio de la Relajación progresiva de Jacobson se le notaba tensa, se veía que le estaba costando un poco mantenerse concentrada en su cuerpo. Incluso se le notó ansiosa, especialmente cuando se hablaba del rostro y los hombros.
* Sin embargo, conforme se iba avanzando se le percibía más relajada, no decía nada ni cortaba las instrucciones.
* Al finalizar la sesión se le veía despejada y con sueño. Ella expresó que se sentía un poco mejor y mostró interés cuando la terapeuta le indicó que quedará como plan paralelo. Indicó que en su casa no considera que su hijo la vaya a ayudar leyéndolo, por lo que se le ofreció enviarle un audio, hacia el que mostró también interés y mencionó que lo ve mejor.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

Cuando hablaba acerca de la reunión con el colegio y la terapista de lenguaje se notaba mucho el cambio en su manera de hablar acerca del colegio, lo hacía con frustración y desánimo, y de la terapista, hacia quien se refería con un tono de voz más ánimo y en sentido de admiración.

Al finalizar el ejercicio de relajación se le notaba un tanto relajada debido a que su tono de voz era más bajo y pausado.

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

He aprendido que al realizar una técnica de relajación es favorable tener música que propicie también en el mismo ambiente, pues en este caso se observaba que si un carro pasaba o sonaba otro ruido podía perderse con mayor facilidad la fluidez del mismo, mientras que si se hubiera tenido música se da la oportunidad de que esta opaque el resto de los sonidos.

A la vez, aprendí que repasar varias veces cómo se dirigirá un ejercicio de relajación es beneficioso para la impartición del mismo, pues da seguridad de conocerlo y fluidez al narrarlo.

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