**NOTA DE CAMPO 3**

| **Semestre: 1** |
| --- |
| **Profesora encargada:** |
| **Nathalia Jimenez** |

**Nombre del practicante:** Isabella Saravia

**Año que cursa:** 2022

**N°. de sesión:** 3

**Nombre del paciente:** K.G.

**Fecha y hora de la sesión:** 11 de febrero del 2022 a las 3:00p.m.

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

| **Objetivo de la sesión** | Evaluar la condición psicológica de una joven de 19 años. |
| --- | --- |
| **Áreas trabajadas** | Se trabajó en el vínculo de terapeuta-paciente, con el objetivo de mejorar la relación y potenciar un ambiente seguro dentro de la sesión.  Se obtuvo mayor conocimiento de la paciente por medio de la observación y de las evaluaciones realizadas. Para ello se le aplicaron pruebas psicométricas y proyectivas que aportaron información sobre su autoestima e inteligencia emocional. |
| **Método-técnica** | Se aplicó la prueba proyectiva de la Persona Bajo la Lluvia y el Test del Árbol, ambas pruebas permitieron abarcar el área inconsciente de la paciente, su autoestima y su estilo de enfrentamiento ante los problemas.  Por otra parte, también se aplicó la Escala de Ansiedad de Hamilton, la cual permite identificar el nivel de ansiedad que presenta la paciente así como la sintomatología relacionada a la misma. Esta prueba permitirá concretar la gravedad del diagnóstico de la paciente.  Por último, se utilizó la escucha activa y la formulación de preguntas para indagar acerca de distintas problemáticas de la paciente como lo son:   * La razón de su preocupación, lo que ella sobrepiensa. * Sus hábitos alimenticios cuando se encuentra ansiosa. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: x No: \_\_\_\_

¿Por qué?

Si se cumplió con la planificación ya que se logró la aplicación de todas las pruebas planeadas, estas son: la prueba proyectiva del árbol, la prueba de la persona bajo la lluvia y la escala de ansiedad de Hamilton.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: x Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué?

La paciente llegó a identificar cambios alimenticios a la hora de tener ansiedad, además se le dio psicoeducación para llegar a evitar tener una mala alimentación en períodos de estrés.

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

* K.G. comenta que sobrepiensa acerca de realizar cualquier actividad, aunque sea algo que le guste mucho. Dice que hay veces que no puede hacer actividades que le gustan porque las sobrepiensa mucho y decide no hacerla.
  + Por ejemplo, comenta que le gustan mucho las manualidades, pero cuando empieza a buscar y planear qué es lo que va a hacer decide ya no hacerlo porque se empieza a sentir ansiosa.
* Otra cosa que la paciente comenta sobrepensar son las tareas de la universidad, las cuales la llegan a estresar especialmente cuando son muchas.
* K.G. menciona que no tiene miedo a morir. Por lo tanto, su ansiedad no se centra en la idea de la muerte.
* Pero, siente preocupación por su salud. Ella cuenta que esta semana ha estado comiendo muy poco y le preocupa cómo eso pueda llegar a afectar a su salud.
* K.G. menciona que la razón de que que no ha comido no es porque quiera bajar de peso si no que simplemente no le da hambre.
* La paciente dice que su mamá también sufre de períodos que no tiene hambre, pero que probablemente se deba a su tratamiento del cáncer.
* Comenta que los días que tiene ansiedad le da náusea y no come.
* Hay algunas situaciones que le causan mucha hambre y otras que le quitan el hambre. Menciona que come más cuando se siente desesperada, suele tener atracones. Pero, cuando tiene muchas tareas que hacer o ha discutido con alguien, no come.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente presenta una higiene adecuada, hace contacto visual y su expresión es acorde a sus emociones. Es cooperativa, franca y abierta con los temas que se hablan en terapia. Posee un habla normal y presenta un estado de ánimo feliz. Se encuentra ubicada en el espacio, persona, lugar y tiempo. Se presenta como una persona amigable. La paciente presenta una buena comunicación y síntomas leves de ansiedad.

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

En esta terapia aprendí acerca de la importancia de la psicoeducación. Esto se debe a que la paciente mencionó conflictos y consecuencias que le ocasionaron la ansiedad como era no poder comer o tener atracones. Cuando se le explicó la razón de esos cambios en su alimentación y se le dieron estrategias para manejar la ansiedad, se pudo notar el alivio que llegó a sentir. Las estrategias dadas fueron: la detección de sus sentimientos, sentir (puede ser caminando, escuchando música, como ella se sienta mejor pero sin negar o evitar lo que siente). Luego de sentir, se le comentó que lo mejor es buscar una solución la aceptación. Como psicoeducación se le mencionó el propósito de la ansiedad para nuestro cuerpo, formas de manejar la ansiedad y cómo procesar los sentimientos para poder abordarlos en vez de evitarlos.

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