**NOTA DE CAMPO 6**

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

**Nombre del practicante:** Isabella Saravia

**Año que cursa:** 3ero

**N°. de sesión:** 6

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

**Fecha y hora de la sesión:** 4 de marzo del 2022 a las 3:00p.m.

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

| **Objetivo de la sesión** | Indagar en la paciente, por medio de la escucha activa, para poder encontrar las situaciones problemáticas que más le afectan y ayudarla a manejarlas.  Poder explicarle a la paciente los resultados de sus pruebas con el objetivo de que ella  tenga un conocimiento más profundo de sí misma y sus problemáticas. |
| --- | --- |
| **Áreas trabajadas** | Indagar acerca de las distintas preocupaciones o problemas que afectan la vida de la paciente. Descubrir qué otros aspectos inconscientes en la mente de la paciente disminuyen su calidad de vida y la afectan para ayudarle a identificarlos y tratarlos.  Brindarle a la paciente los resultados de sus pruebas proyectivas y psicométricas, las cuales la ayudarán a poder identificar sus problemas actuales. Los resultados de las pruebas permitirán a la paciente estar más consciente de su estado actual y lo que debe mejorar, así como de sus fortalezas.  Además, se le brindará psicoeducación acerca de todas las problemáticas que se le mencionen, esto evitará las malas interpretaciones.  Adicional a eso, ayudará a ampliar el conocimiento de la paciente acerca de sí misma. |
| **Método-técnica** | Se utilizaron los resultados de las pruebas psicométricas y proyectivas para poder brindar información de la paciente acerca de sí misma. Esto le permitió estar más consciente de los aspectos que pueden llegar a afectarle en su vida.  También, se utilizó la escucha activa y el diálogo socrático para hablar sobre las distintas problemáticas de la semana que mencionó la paciente. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: x No: \_\_\_\_

¿Por qué?

Se logró llevar a cabo la presentación de los resultados de las pruebas, lo cual estaba planeado para la sesión.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: x Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué?

Porque la paciente pudo identificar muchos aspectos de sí misma que reprimía o que no estaba dispuesta a ver. Ella comentó que le ayudó mucho poder estar consciente de los aspectos que podíamos mejorar.

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

* La paciente menciona haberse sentido muy nerviosa porque tenía que pedirle permiso a su mamá para poder juntarse con un amigo.
* Ella comenta que sus padres suelen “enojarse” cuando ella les pide permiso para salir. A pesar de que ella rara vez sale de su casa.
* Luego, cuenta que tuvo niveles de ansiedad muy elevados el día que asistió a una capacitación, lo cual le causó una palpitación rápida, respiración agitada y temblor. Ella menciona que solo pudo ser capaz de calmarse cuando se aisló de los demás y fue al baño a estar sola.
* Ella comenta que solo puede calmar su ansiedad cuando se encuentra sola, no es capaz de autoregularse con otras personas cerca.
* K.G. expresa que tiene miedo de estar muy nerviosa y no poderse controlar, especialmente en eventos sociales. Ella dice que no le importa hacer el ridículo, pero no le gusta que nadie la vea mal.
* Ella comenta que tampoco le gusta que su familia la vea nerviosa ni que la vean triste.
* También, cuenta que no le gusta expresar sus sentimientos con las demás personas porque “no le gusta dar explicaciones de porqué se siente así”.
* Luego de brindar los resultados de las pruebas, la paciente se puso a llorar.
* Se llegó a la conclusión que la paciente quería trabajar en los siguientes aspectos:
  + Aprender a mostrarse vulnerables ante las demás personas.
  + Ponerse a ella misma primero.
  + Ser consciente de sus emociones
  + Aprender estrategias para poder manejar una crisis
  + Dormir mejor
  + Mejorar sus hábitos alimenticios, de sueño y cuidar su salud en general.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presenta a sesión con ~~un~~ pelo arreglado y atuendo de acuerdo con su edad. No se puede llegar a apreciar la postura de K.G. pero mantiene una expresión calmada y sonríe constantemente durante la terapia. Además, suele tener un habla y expresión normal.

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

En la sesión se aprendió acerca de la importancia de los hábitos saludables. Al indagar en los hábitos de la paciente, pude entender que suele tener problemas para cuidarse a sí misma, por lo que empeora su ansiedad y se puede llegar a convertir en un círculo vicioso. Además, se llegó a aprender que los procesos terapéuticos y la psicoeducación llegan a tener una gran importancia tras pasar por sucesos traumáticos, tanto para la persona que pasó el suceso desagrable como la que lo cuidó.

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