|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Séptimo |
| **Profesora Encargada** | Lcda. María Fernanda Jerez |

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Andrea Rivas

**Año que cursa:** Cuarto año

**N°. de sesión:** 12

**Nombre del paciente:** Z.D.L

**Fecha y hora de la sesión:** 17 de abril de 2021, 12:00 horas.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Modificar las creencias irracionales que acompañan a la emoción negativa por medio de la imaginación racional emotiva. |
| **Áreas trabajadas** | * Creencias irracionales * Emociones * Imaginación * Pensamiento |
| **Método-técnica** | **Imaginación racional emotiva:** esta técnica busca cambiar una emoción negativa o perturbadora por una más apropiada o modera, con el fin de modificar las creencias irracionales que acompañan a la emoción negativa. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: x No:

¿Por qué? Porque la paciente logró imaginar una situación, cambiar las emociones negativas y las creencias irracionales por unas más adaptativas.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: x Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Debido a que la paciente logró reconocer e identificar las emociones especificas asociadas a ciertas situaciones y logró utilizar sus emociones para facilitar su pensamiento. Así mismo, porque refiere que “ahora se le facilita analizar las situaciones”.

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

La sesión inició puntual, se le preguntó a la paciente sobre su semana y mencionó que “no había tenido una buena semana” esto debido a que, de domingo a viernes estuvo con fiebre de 38º, refirió que a media semana se preocupó y llamó a su doctor indicándole todos los síntomas que estaba experimentando, el médico le comentó que lo más probable es que tuviera una infección por lo cual le recetó Acetaminofén y Amoxicilina con Clavulin.

La paciente indicó que cuando comenzó asentirse enferma se preocupó y tuvo miedo, ya que, pensó que se había contagiado de COVID-19, pero que utilizó todas las herramientas que ha aprendido dentro de clínica para identificar sus emociones y sentimiento, calmarse y evitar sentir esta preocupación. Luego de esto comentó que se sentía “realmente cansada, agotada y desganada”.

Se le preguntó a la paciente si se sentía bien para llevar a cabo la sesión a los que mencionó que “definitivamente si porque ha visto muchos avances en ella y eso la tiene sumamente feliz, porque ahora logra identificar sus emociones, sabe que conductas le provocan las emociones y sabe qué hacer con ellas”. Se le comentó que de igual forma la sesión iba a concluir unos minutos antes para que tuviera tiempo de descansar.

Se dio inició al desarrollo de la sesión, se comenzó revisando el cuaderno de los autoregistros de la paciente y la “línea del tiempo de emociones”, indicó que descubrió que muchas de las emociones que experimenta actualmente surgieron del rechazo que experimento de su ex pareja, no obstante, al comentar esto en sesión “se dio cuenta” que quizá esto viene desde el rechazo que experimento del papá de su hijo cuando él no se hizo responsable. Luego de esto la paciente estuvo en silencio por un momento y se mostró pensativa, al pasar unos segundos refirió que “quizá esto no sea importante, pero ahora que lo pienso cuando tenía trece años me gustaba un muchacho él no me quería y me rechazó, quizá desde ese entonces tengo este sentimiento”.

Con esto se comenzó a trabajar en la técnica de imaginación racional emotiva, se le solicitó a la paciente que imaginará el momento exacto de diferentes situaciones y emociones, tras esto se le pidió que buscará la forma de cambiar esa emoción negativa, comentó que logra cambiar las emociones negativas al sentir seguridad en ella misma y saber que es capaz de superar cualquier problemática. Se le indicó que esos pensamientos son los que debe de utilizar al experimentar este tipo de emociones.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó con vestimenta casual, pero adecuada para su edad, pelo suelto y maquillaje. Su higiene personal era muy cuidadosa, su postura fue muy relajada y su mirada y expresión denotaban alegría, sin embargo, se mostraba cansada y agotada refiriendo que "tuvo fiebre toda la semana y eso la dejo desganada".

Su conducta fue bastante franca, abierta y cooperativa, en ningún momento se mostró temerosa, hostil o cautelosa. Su habla, tono de voz y velocidad eran normales, tenía disposición e interés en comunicarse, en general no presentó ninguna alteración en el lenguaje, contaba todo con bastantes detalles y su lenguaje verbal y no verbal era coherente.

En cuanto a su estado de ánimo y afecto, la paciente se mostró calmada y feliz, su ánimo se mantuvo estable a lo largo de toda la sesión, pero si se observaba cansada. El estado de ánimo es adecuado para el contenido del pensamiento y se encuentra en un nivel de intensidad apropiado.

No presenta alucinaciones, percepciones defectuosas, ideas delirantes, malinterpretaciones, ni ideas fóbicas u obsesivas. Se encuentra ubicada en tiempo, persona y lugar, su memoria, aprendizaje, atención, concentración, base de información e inteligencia se encuentra en excelente estado.

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

Aprendí que siempre es importante preguntar sobre la salud física, ya que, muchas veces los pacientes pueden enfermarse entre una sesión y otra y eso puede llegar a afectar su estado emocional y puede disminuir la motivación durante la sesión, Así mismo, es importante conocer si asistieron al médico y si tomaron alguna medicina.

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