**NOTA DE CAMPO**

|  |
| --- |
| **Semestre: VII** |
| **Profesora encargada:** |
| **Dalia Valladares** |

**Nombre del practicante:** Gabriela Castillo

**Año que cursa:** 4º

**N°. de sesión:** 12

**Nombre del paciente:** CSZB

**Fecha y hora de la sesión:** 12/04/21; 3:00pm

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo** | Fomentar la empatía, asertividad y tolerancia a situaciones que generan ansiedad o incomodidad. |
| **Áreas trabajadas** | Racionalización  Empatía  Tolerancia a la frustración |
| **Recursos utilizados** | Material psicoeducativo |
| **Método-técnica** | Diálogo y debate socrático  Entrenamiento en asertividad  Técnicas de completación |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí X No

¿Por qué? La paciente se presentó con un mejor estado de ánimo, permitiendo el entramiento para tratar con la ansiedad y resolución de problemas.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? La paciente pudo poner en práctica la resolución de problemas y adquirir una reestructuración acerca de pensamientos que le pueden generar ansiedad.

1. **Información significativa de la sesión (aspectos importantes, información relevante, entre otros):**

La paciente llegó con un estado de ánimo más alegre, mostrándose más animada y motivada. Dijo que se encontraba dentro de un predicamento que le estaba generando confusión, y es que desde la muerte de su amigo se ha acercado más al hermano y a uno de los amigos más cercanos de este, también sacerdote. Le genera incomodidad que estos se desahoguen con ella acerca de temas legales y de la distribución de bienes de su amigo fallecido, ya que cree que este debería ser un tiempo para respetar la partida de su amigo, y no pelearse por cosas materiales. Nuevamente se mostró más expresiva y vulnerable, llorando en repetidas partes de la sesión al recordar a su amigo. Comenta que ahora se siente principalmente enojada con este, y que cuando le habla, constantemente lo regaña o le pregunta por qué se fue de esa manera. Comprendió que la ira es una etapa normal y a veces necesaria en el duelo, relacionando el enojo que siente ahora con el que sintió luego de la muerte de su tío, expresado de manera distinta en aquella época. La paciente finalmente decidió que no valía la pena involucrarse en este conflicto, ya que no le interesa ni le concierne a ella, procurando que la próxima vez que hable con sus amigos, tratará de decirles que se aborden otros temas de conversación.

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

Aprendí la importancia de empatizar con el paciente y darle un espacio donde se sienta libre y seguro, para que este se sienta mejor al momento de expresar sus preocupaciones.

**Observaciones:**

La paciente se conectó a la sesión desde su auto, luego de salir del trabajo. Se conectó con casi veinte minutos de retraso debido a mala conexión, teniendo que llevar la sesión a cabo por Google Meet. Al inicio de la sesión se mostró más animada, perseverante y calmada. Volvió a expresarse entre risas y sonrisas, hablando más y relacionando su predicamento actual con problemas parecidos que ha tenido en el pasado, buscando aplicar la misma resolución de problemas.

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