**NOTA DE CAMPO**

|  |
| --- |
| **Semestre:** Octavo |
| **Profesora encargada:** |
| Licda. Mafer Jerez |

**Nombre del practicante:** Andrea Rivas

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 12

**Nombre del paciente:** C.E.S.G.

**Fecha y hora de la sesión:** 12 de octubre de 2021, 15:00 horas.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Guiar a la paciente a analizar sus problemas e identificar y buscar soluciones, esto por medio de los cinco pasos del entrenamiento en solución de problemas (TSP). |
| **Áreas trabajadas** | * Creatividad * Análisis * Orientación y definición de problemas * Alternativas de solución * Toma de decisiones |
| **Método-técnica** | **Entrenamiento en solución de problemas:** busca guiar al paciente a la solución de sus problemas por medio de cinco etapas de una secuencia lógica de aplicación, pero que no son unidireccionales (puede haber retroceso desde una fase posterior a otra anterior) (M. Díaz; M. Ruiz; A. Villalobos, 2017). |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: No: x

¿Por qué? Debido a que se llevaron a cabo actividades anteriores que no se pudieron realizar en su momento.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: x Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Porque la paciente logró realizar un plan de defensa e identificar cualidades y habilidades que posee.

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

La paciente se conectó puntual, al inicio indicó “te sorprende mi puntualidad de hoy, es que hoy si me recordé a tiempo”, luego de esto refirió “amanecí bien y tengo hambre, eso es algo raro” añadió “de hecho toda la semana fuer rara, porque durante cuatro días no sabía que tenía, el primer día me sentí feliz y contenta, al otro día triste y con ganas de llorar, luego al tercer día otra vez contenta y de buen humor, por último, al cuarto día otra vez muy triste”.

De todo esto comentó que no había logrado identificar porque se sentía así, lo cual, le causó desesperación, ya que, ella quería saber el porqué de esos sentimientos, indica que comenzó a analizar cada sensación, emoción y sentimiento, pero no identificó nada porque: 1. Todo estaba bien con su novio, 2. Todo estaba bien con su mamá y familia, y 3. No había tenido ningún solo problema.

No obstante, relacionado con los días en donde se sintió “feliz y contenta”, refiere haber identificado que tener una rutina le esta ayudado mucho, dado que, ahora todos los días al levantarse arregla su cama y luego se sienta a escribir sus autorregistros (como si fueran un diario) y luego hace su desayuno, esto provoca que comience su día con mucho ánimo. También identifico que cuando esta feliz le gusta mucho cocinar, específicamente su comida favorita la cual es “tofu”.

Junto con esto, comentó que los dos días que se había levantado bien había tenido ganas de “comerse el mundo”. También menciona que luego de analizar muchas las situaciones en sus autorregistros tomo la decisión de continuar estudiando la maestría, dado que, considera que ella puede lograrlo y porque es algo que siempre quiso lograr.

Luego de esto se comenzó con la primera actividad en la cual la paciente debía de escribir una tarjeta de defensa, ella logró realizar la primera parte de escribir adecuadamente su enunciado, seguido se realizó un plan de defensa en donde la paciente colocó: hacer un picnic en un parque, ordenar su closet, salir al balcón y cuidar sus plantas, ir al área común del edificio o ir a un centro comercial a ver ropa.

Posteriormente en la parte interna de la hoja la paciente debía de identificar sus cualidades y habilidades, al inicio de esto comentó “eso es facial ya se varias habilidades y cualidades mías”. Las escribió y luego refirió que si se conoce a ella misma y sabe que es capaz de muchas cosas, pero le da miedo. Añadió “ahorita que estaba escribiendo todo esto me di cuenta que soy capaz de mucho, pero el miedo me gana y si pienso en los antecedentes de esa emoción me doy cuenta que todo es por mi mamá, ella medica “o haces bien las cosas o mejor no haces nada” y también “no sos buena en nada” así que desde pequeña pensé que si no podía hacerlo bien mejor no hacía nada, quizá por eso tenía miedo de mi privado, pero ahora que me doy cuenta ya no quiero seguir así, al contrario ahora quiero hacer las cosas bien”.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó con vestimenta informal, siendo está un top deportivo y un leggin, su higiene persona era bastante prolija y durante toda la sesión estuvo sentada en su comedor y mantuvo una postura erguida. Su mirada y expresión denotaban felicidad, amabilidad y disposición.

Con relación a su conducta, fue amable, cooperativa y franca, en ningún momento se mostró temerosa, hostil o cautelosa. Su tono de voz, habla y velocidad eran normales y contó todo con bastantes detalles. Su estado de ánimo y afecto al inicio reflejaban tranquilidad y felicidad, pero al final fue de culpa por el miedo que sentía, este estado de ánimo era adecuado para el contenido del pensamiento, pero se encontraba en un nivel de intensidad elevado.

No presentó alucinaciones, percepciones defectuosas, ideas delirantes, malinterpretaciones ni ideas obsesivas o fóbicas. Se encontraba orientada en tiempo, persona y lugar, su aprendizaje y base de información e inteligencia se encuentran en excelente estado. Sin embargo, su memoria, atención, concentración se encuentran alterados, indicó en varias ocasiones “todo se me olvida” y “diablos no me acuerdo de nada”.

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

Aprendí que como terapeutas si un plan de sesión no se cumplió un día no quiere decir que se descarte y se continue con los demás planes, al contrario, en algún momento será necesario realizarlo.