**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:** Z.I.D.L.A.

**Fecha y hora de la sesión:** 14 de octubre de 2021, 16:00 horas.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Guiar a la paciente a delimitar sus objetivos personales en función del grado de dificultad, tiempo, sus talentos y habilidades. |
| **Áreas trabajadas** | * Metas * Análisis * Crecimiento personal |
| **Método-técnica** | **Plan de mejora personal**: esta técnica tiene como objetivo definir aquellos aspectos que el paciente desea cambiar a corto, mediano o largo plazo con el fin de propiciar una mejora generalizada, el paciente debe de identificar dos cuestiones fundamentales: 1. Temas que dese mejorar y 2. Dificultad que puede encontrar. Eso se realiza en una tabla de cinco columnas (Leila Nomen, 2015). |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: x No:

¿Por qué? Debido a que se logró que la paciente logró identificar metas a corto, mediano y largo plazo que desea cumplir.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: x Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Porque la paciente logró redefinir sus metas y objetivos, también logró identificar las acciones a realizar para poder alcanzar cada uno.

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

La paciente se conectó puntual, al iniciar indicó que estaba muy feliz por tener sesión de nuevo y que no puede creer lo rápido que se pasaba la semana. Luego de eso ella comentó que había tenido una semana muy tranquila y estable, pero un poco cansada por la nueva rutina de trabajo en presencialidad. Refirió que el lunes había estado un poco preocupada porque su hijo comenzaría un trabajo nuevo, pero que al final todo le fue muy bien y ambos están felices por esto.

Seguido de esto comentó que en estos días se ha sentido como “alguien diferente”, porque ha sentido el cambio que ha tenido, indica “saber y sentir” que ahora ella es una persona totalmente diferente a como era cuando comenzó el proceso, haciendo referencia a que piensa como era ella en enero y como es ahora. Agregó que cada una de las técnicas trabajadas durante todo el año fueron asombrosas para ella.

Posteriormente se comenzó a trabajar en la actividad, luego de las instrucciones indicó que se le hacía una actividad increíble y muy linda, mencionó que le agradaban mucho las actividades así. La paciente logró identificar sus metas a corto, mediano y largo plazo, así como los temas, acciones, grado de dificultad y temporalidad.

Dentro de las metas a corto plazo mencionó que desea realizar ejercicio de forma constante y que quiere comprar una chaqueta de cuero café (algo que siempre quiso, pero le daba miedo no verse bien), en metas a mediano plazo refirió querer pitarse el pelo (desea realizar un cambio de “look” desde que salió del cáncer), finalmente en las metas a largo plazo resaltó que, en general, son cuatro las que más quiere alcanzar: 1. Comprar un carro, 2. Terminar la universidad, 3. Construir y ampliar su casa, y 4. Viajar.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó con vestimenta formal, pero adecuada para su edad, pelo suelto y maquillaje, su higiene personal era muy prolija y cuidadosa, su postura fue relajada y su mirada y expresión denotaban felicidad, alegría y emoción.

La paciente se mostró cooperativa, franca y abierta, en ningún momento se mostró temerosa, hostil o cautelosa. Su estado de ánimo fue de calma y felicidad, este estado de ánimo era adecuado para el contenido del pensamiento y se encontraba en una intensidad normal. Así mismo, su lenguaje verbal y no verbal eran coherentes.

No presenta alucinaciones, percepciones defectuosas, ideas delirantes, malinterpretaciones ni ideas fóbicas o delirantes. Se encuentra orientada en tiempo, persona y lugar, y su memoria, aprendizaje, atención, concentración, base de información e inteligencia se encuentran en excelente estado. Finalmente es capaz de comprender proverbios y analogías.

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

Como terapeuta al atender pacientes que ya están por finalizar su proceso psicológico, es necesario poder realizar actividades que puedan generar un cierre de proceso y en donde se les brinden técnicas o actividades a realizar por su cuenta.

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