**NOTA DE CAMPO**

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

**Nombre del practicante:** Gabriela Castillo

**Año que cursa:** 4º

**N°. de sesión:** 13

**Nombre del paciente:** CSZB

**Fecha y hora de la sesión:** 19/04/21; 3:00pm

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo** | Entrenar a la paciente en resolución de problemas. |
| **Áreas trabajadas** | Racionalización  Resolución de problemas  Asertividad |
| **Recursos utilizados** | Tabla de resolución de problemas basada en el modelo de conceptualización cognitiva, que incluye situación, significado, emoción, y conducta resultante, agregando posibles soluciones. |
| **Método-técnica** | Diálogo y debate socrático  Entrenamiento en relajación y respiración  Técnicas de completación  Análisis de problemas |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí X No

¿Por qué? Sí, debido a que la paciente fue capaz de motivarse al cambio y visualizar lo necesario para resolver problemáticas de manera adaptativa, por medio del análisis de pros y contras de problemas y utilizar asertividad para comunicar sus ideas y sentimientos.

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 o tristeza.

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

La paciente llegó con un bajo estado de ánimo. Mencionó que durante el fin de semana no quiso hacer nada más que dormir y estar en su cama, algo que no es común en ella. Ese día no se presentó a trabajar debido a que tuvo un episodio de rinitis aguda, y no se sentía apta para salir. Aún no había sido capaz de afrontar las emociones que le trae la pérdida de trabajo de su esposo, diciendo que ya no sentía nada aparte de una profunda decepción. Respecto al proceso de duelo que estaba llevando, mencionó que le preocupa que de repente dejó de sentirse molesta o triste por la muerte de su amigo, y que “no siente nada”.

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 presentó a la sesión mostrándose menos motivada y animada. Denotaba adecuada higiene personal, pero se mostraba menos arreglada que en sesiones anteriores. Su cabello se encontraba recogido con una cola. Portaba una camisa amarilla, y no estaba usando maquillaje a diferencia de días anteriores. Durante la sesión se mostró cansada, con un estado de ánimo neutro. Su contenido de lenguaje siguió siendo extenso, utilizando el diálogo para explorar sus propias emociones y entender las razones detrás de sus acciones. Buscó relacionar la resolución de problemas con situaciones parecidas que ha tenido en el pasado, buscando aplicar la misma resolución de problemas.

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