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

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Andrea Rivas

**Año que cursa:** Cuarto año

**N°. de sesión:** 7

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

**Fecha y hora de la sesión:** 6 de marzo de 2021, 12:00 horas.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Alterar la relación entre el sentir – pensar – actuar de la paciente y guiarla a estar más abierta a las experiencias privadas y a experimentarlas. |
| **Áreas trabajadas** | * Sentimientos * Pensamientos * Conductas * Valores * Metas |
| **Método-técnica** | **Orientación hacia los valores:** esta técnica busca el poder crear condiciones que le faciliten a la paciente clarificar sus metas en la vida en términos de sus valores.  **El control es el problema:** con esta técnica se busca que la paciente comprenda que sus intentos de control son el propio problema. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: x No:

¿Por qué? Porque se logró que la paciente identificara sus sentimientos, pensamientos y actos en relación a sus metas, y que fuera más abierta a las experiencias privadas evitando así el control.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: x Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Debido a que la paciente logró identificar que no estaba trabajando para alcanzar varias de sus metas y que esto la tiene estancada, también logró hacer insight de que intentar controlar los problemas puede resultar en más problemas.

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

La paciente ingreso de forma puntual, indicó que estaba muy emocionada por comenzar a trabajar en la intervención ya que, estaba entusiasmada por “sanar”. Se inició con la técnica de orientación hacia los valores, la paciente identificó cinco metas en su vida (ella misma, espiritual, estudios, familia y trabajo).

Luego identificó que estaba haciendo para alcanzar esas metas, de las primeras dos metas la paciente refirió cosas acciones en presente, lo cual nos indica que si está trabajando en ellas, sin embargo, de las otras tres metas mencionó acciones en futuro, esto nos indica que, la paciente actualmente no está trabajando para alcanzar esas metas.

Tras identificar sus metas y que estaba haciendo para lograrlas, se comenzó a trabajar en elogios a ella misma según cada meta, inicialmente se le dificulto mucho elaborar elogios, sin embargo, luego se le hizo un poco más fácil. En base a los elogios, se logró identificar que la paciente no se identifica con su rol como hija y como madre, ya que se le complica elaborar elogios para ella en estas áreas.

Para finalizar esta técnica se le pidió a la paciente que dijera como quería ser recordada, según la Terapia de Aceptación y Compromiso las cosas por las que queremos ser recordados resumen cuales son las verdaderas metas en la vida, con lo que la paciente mencionó podemos destacar que a pesar de que tiene varias metas, actualmente solo trabaja por la meta de ella misma.

Seguido de esto se trabajó con la técnica de abordar que el control es el problema, se utilizó varias metáforas para que la paciente reconociera que intentar evitar situaciones con tal de controlar los sentimientos no es adaptativo dado que, esto no impide que experimente ciertas emociones.

Al finalizar la sesión la paciente logró reconocer que actualmente no está trabajando por alcanzar sus metas y que muchas veces intenta controlar las situaciones, ella identifico las veces que ha intentado controlar los problemas y logró tener un insight de todo lo conversado.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó con vestimenta semi-formal, pero adecuada para su edad, pelo suelto maquillaje y accesorios (aretes), Su higiene personal era muy cuidadosa y adecuada, su postura fue muy relajada y su mirada y expresión denotaban tranquilidad, alegría, honestidad y amabilidad.

Su conducta 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 y contaba todo con bastantes detalles.

En cuanto a su estado de ánimo y afecto, la paciente se mostró calmada y feliz, sin embargo, al hablar de ciertos temas como su familia o su rol como mujer se mostró un poco triste y lloró. 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 muchas veces los pacientes no reconocen ciertas cosas sobre ellos mismos, por lo cual es importante buscar formar diferentes y creativas de lograr el insight en ellos, por ejemplo, se pueden utilizar metáforas o técnicas de proyección.

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