|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Primer |
| **Profesora Encargada** | Lcda. María Fernanda Jeréz |

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Isabella Morales Rivera

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 11

**Nombre del paciente:** Eda Iliana Noriega Vum

**Fecha y hora de la sesión:** 8 de octubre del 2021, 5:00-6:00pm.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Culminar la psicoeducación de los pilares de la autoestima de Nathaniel Branden dando un resumen de los elementos que la componen: vivir conscientemente, autoaceptación, autorresponsable, autoafirmación, vivir con propósito, e integridad personal. El objetivo es hacer un análisis de la autoestima de la paciente y asegurarse que los aprendizajes hayan sido consolidados |
| **Áreas trabajadas** | - Autoestima: comprender la predisposición de la paciente a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida  - Autoaceptación: comprender que se debe tratar a sí mismo con cariño y reconocer que se es valioso y digno de ser queridos y respetados a pesar de no ser perfectos.  - Autorresponsable: practicar la responsabilidad personal en la paciente y consiste en pensar por uno mismo, en tener la sensación de control sobre su vida, asumir la responsabilidad de sus actos y metas, del bienestar y de felicidad.  - Autoafirmación: practicar el respeto a los deseos, necesidades y valores, buscando su forma de expresión adecuada a la realidad. Disponer a valerse por sí misma, a ser quien es abiertamente y tratarse con respeto.  - Integridad personal: practicar la integración de los ideales, las convicciones, normas, creencias y la conducta. Evaluar si la conducta es congruente con los valores.  - Vivir conscientemente: comprender que se debe vivir en el aquí y en el ahora, porque el pasado ya no está y el futuro es incierto. Lo único que se puede controlar es el presente. Esto se debe de hacer de manera consciente.  - Vivir con propósito: practicar la iniciativa de querer que algo funcione y tener un propósito consciente, utilizando los recursos para llevar a cabo las metas elegidas. |
| **Método-técnica** | Enfoque Gestalt: tiene como objetivo primordial “El darse cuenta”, liberarse de bloqueos y resolver asuntos inconclusos. Nathaniel Branden propone elevar la autoestima por medio de seis pilares, siendo un paso el “vivir con propósito”. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: X No:

¿Por qué? Se pudo culminar la retroalimentación de los seis pilares de la autoestima según Nathaniel Branden. La paciente pudo dar explicaciones de las mismas y sus opiniones acerca de los pilares y cómo refuerzan la autoestima.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? La paciente pudo realizar comentarios acerca de su semana, de sus frustraciones y sobre qué aspectos considera que ha mejorado. Hubo buen fortalecimiento de rapport y se sintió en confianza para conversar sobre su hermana quien tiene ataques de epilepsia, cómo esto le ha afectado a lo largo de su vida y cómo ha sobrellevado la situación. Además, pudo explicar qué pilar de la autoestima es el que más se le dificulta llevar a cabo porque siente que debe “servir y ayudar” siempre a los demás.

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

La paciente comentó que ha estado cuidando a su hermana que está diagnosticada con epilepsia y sufre de ataques de los mismos. Refiere que esto le ha afectado toda su vida porque siempre ha estado pendiente de ella y comenta que, para su hermana, ha sido difícil llevar esta enfermedad porque tiene “días buenos y días malos”, y con quien desahoga sus frustraciones es con la paciente. Comenta que desde pequeña se ha preocupado por las necesidades de los demás antes que las suyas.

Por otra parte, al discutir lo que son los pilares de la autoestima y hacer una retroalimentación de los mismos, comentó que el que más se le dificulta es la autoafirmación. Refirió que “es difícil entender que mi vida no le pertenece a los demás” ya que ella siempre está pendiente de las necesidades de las personas a su alrededor. Se abordó este tema relacionándolo con el tema sobre su hermana, diciéndole que está bien que ella tenga momentos malos y que se de un espacio de preocuparse por ella misma, ya que siempre está pensando en los demás.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se mostró como una persona con higiene general, mantuvo una postura erguida e hizo movimientos naturales con sus manos al contestar preguntas. En cuanto a su aspecto físico, la paciente ha experimentado pérdida de cabello por el tratamiento de quimioterapias.

La fluidez general del lenguaje fue lenta y controlada. La paciente solamente detallaba su conversación cuando respondía una pregunta. Seguidamente, mantuvo el contacto visual y acompañaba sus respuestas de una sonrisa tímida. Su estado de ánimo se caracteriza por tranquilidad y timidez.

En cuanto al contenido del pensamiento, la paciente expresó preocupación por el bienestar de su hermana porque siempre se ha preocupado por sus frustraciones y es quien la acompaña a que se desahogue. Pudo reconocer que el pilar que más se le dificulta es la autoafirmación porque coloca las necesidades de los demás antes que las suyas.

En cuanto al funcionamiento sensorial y motor del paciente, todavía no se han presentado evidencias que denoten que tiene dificultades para la coordinación fina y gruesa. En cuanto al sentido de orientación, no se encuentra afectado, ya que sabe quién es, en dónde se encuentra y qué día es. El estado de alerta y la atención de la paciente parece no mostrar alteraciones.

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

Cuando el tema de la sesión es abierto y engloba varios aspectos, como en este caso que era hacer una retroalimentación de todos los pilares de la autoestima, se puede hacer una relación entre lo que le ha causado malestar en la semana. En otras palabras, se puede utilizar los ejemplos de los sucesos de la semana para poder explicar un tema. Por ejemplo, se utilizó la situación de su hermana y que ella siempre ha estado pendiente de sus necesidades desde pequeña y que nunca se dio un espacio para preocuparse por ella misma. Es decir, es importante utilizar ejemplos o sucesos cercanos a la paciente para que ella pueda entender la perspectiva.