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

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Isabella Morales Rivera

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 13

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

**Fecha y hora de la sesión:** 22 de octubre del 2021, 5:30-6:30pm.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Escribir una carta de gratitud hacia ella y misma y luego a su esposo basándose en la teoría de la Psicología Positiva. El objetivo es que la paciente pueda tener un momento para dedicarle tiempo a estar agradecida hacia sí misma y hacia su esposo por medio de palabras positivas que pueda reconocer sus propias fortalezas, y mejorar su relación de matrimonio. |
| **Áreas trabajadas** | - Autoestima: comprender la predisposición de la paciente a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida  - Emociones positivas: reconocer los beneficios de las emociones positivas en todos los aspectos de la vida del individuo.  - Relaciones positivas: reconocer que el aumento de las habilidades sociales es consecuente con un mayor estado de bienestar y felicidad.  - Sentido y compromiso: reconocer la capacidad para experimentar y buscar el significado y propósito de la vida. |
| **Método-técnica** | Psicología Positiva: busca brindar una alternativa de bienestar psicológico que no se centra tanto en combatir la tristeza, la depresión y otras formas desadaptativas, sino que más bien concentra sus esfuerzos en potenciar aquellas dinámicas psicológicas sanas que ya están presentes en el individuo. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_ No: X

¿Por qué? Durante la sesión, se pudo observar que antes de hacerse una carta hacia ella misma, donde se describen sus fortalezas, se debería apoyarla a que las identifique mejor. Por lo que se decidió llevar a cabo una actividad de identificación de fortalezas, por medio de los logros que ha tenido en su vida. Es decir, no se pudo realizar las cartas de gratitud hacia ella misma y a su esposo. Se planea hacerlo la próxima sesión.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? La paciente fue capaz de reconocer sus fortalezas por medio de la actividad de logros y las cualidades que involucra lograrlos. También, fue capaz de reconocer sus debilidades y qué aspectos debería trabajar. No obstante, si mostró cierta dificultad para expresar las cualidades, mientras que sus debilidades si se le facilitó. Fue honesta al expresar sus emociones y cómo estuvo su semana.

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

La paciente sigue en espera para iniciar las radioterapias, por lo que llamó al hospital para darle seguimiento. Le dijeron que “supuestamente” empiezan en noviembre. Comenta que se está “desesperando” porque tiene miedo a que se le pueda “regar” el cáncer. Se abordó este miedo por medio de la expresión de las emociones, sin criticarlas ni hacerlas de menos.

Por otra parte, menciona que se siente triste porque tuvieron que utilizar sus ahorros para arreglar el carro, por lo que eso le causó malestar. Además, tuvo que viajar en bus desde el trabajo hasta su casa, lo cual no le gusta porque no quiere “exponerse” al COVID-19. Refiere que se sintió “desestabilizada”. Se abordaron dichos sentimientos dentro de la sesión, fomentando la comunicación honesta.

Luego, se pudo realizar la actividad de reconocer las fortalezas, por lo que se decidió hacer una lista de logros. La paciente pudo identificar seis logros, y algunos de ellos son: el apoyo incondicional a sus hijas, afrontar el cáncer y superarlo, volver a trabajar tan rápido luego del cáncer, etc.

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 tristeza y tranquilidad.

En cuanto al contenido del pensamiento, la paciente expresó miedo a que el cáncer se “riegue” porque no ha podido tener sus radioterapias, y la tristeza que sintió al tener que gastar sus ahorros por arreglar el carro. Además, supo reconocer sus fortalezas por medio de la actividad de logros, y pudo identificar sus debilidades.

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?**

Aunque se tenga una actividad planeada para la sesión, al tratar de realizarla y el terapeuta se da cuenta que la paciente no está lista para hacerla, está bien posponerla. En este caso, la actividad era de escribir una carta de gratitud hacia sí misma y a su esposo, exponiendo las fortalezas, sin embargo, es importante primero hacerle ver cuáles son sus fortalezas. En otras palabras, está bien cambiar el plan de sesión por medio de técnicas que el terapeuta ya tiene el conocimiento de que funcionan.