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

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Isabella Morales Rivera

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 14

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

**Fecha y hora de la sesión:** 27 de abril del 2021, 2:00-3:00 pm.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Brindar un mejor conocimiento de la autoestima por medio del primer pilar de Nathaniel Branden (vivir conscientemente): explicar estrategias de autoverbalizaciones y autoafirmaciones. Además, enseñar a la paciente a vivir en el presente y en el día; agradecer y aprovechar lo que se tiene.  Brindar un mejor conocimiento de la autoestima por medio de otro pilar de Nathaniel Branden (autoaceptación) |
| **Áreas trabajadas** | - Autoestima: comprender la predisposición de la paciente a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida  - Vivir en el presente: 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  - 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.  - Autoverbalizaciones: elaborar aquellas frases que las paciente pueda repetirse a sí misma de forma consciente.  - Autoafirmaciones: elaborar declaraciones que la paciente debe decirse a sí misma para reforzar su autoestima - Celos: identificar el sentimiento de la paciente cuando sospecha que la persona querida siente cariño por otra.  - Autoestima: comprender la predisposición de la paciente a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida |
| **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 el primer paso “vivir conscientemente” y el segundo paso “autoaceptación”. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: X No:

¿Por qué? Se culminó la explicación de vivir de manera consciente y en el presente (agradeciendo lo que se tiene) y autoaceptandose sus fortalezas y debilidades. Se pudo tener una mejor comprensión de lo que ella piensa de sí misma y se hicieron comparaciones en cómo estaba su autoestima cuando se le diagnosticó cáncer, al inicio del proceso terapéutico, y al finalizar su proceso de terapia. Sin embargo, no se pudieron elaborar las autoverbalizaciones y autoafirmaciones. Se planea hacerlo la próxima sesión.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? En la sesión de hoy, la paciente realizó diversos comentarios personales acerca de su imagen propia. Comento que antes le importaba mucho lo que los demás pensaran de ella, incluso, no podía salir de la casa sin maquillarse ni utilizar peluca, pero ahora, ha ido aceptando y sintiéndose más cómoda consigo misma y ahora “hace lo que quiere sin miedo a que la juzguen”.

La paciente mostró apertura en la sesión de hoy, realizó comentarios honestos y detallados, y agradeció nuevamente por la terapia que se le ha estado brindando.

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

Se obtuvo información acerca de la incomodidad que siente la paciente con distintas telas de ropa. Menciona que todavía no le gusta usar ciertas vestimentas porque le incomodan las texturas en su herida por la mastectomía, pero que “va lento, pero pronto me sentiré mejor con eso”.

Por otra parte, se pudo explicar el pilar de “vivir conscientemente” o “darse cuenta” por medio de la técnica de la focalización. Mostró apertura y se pudo identificar momentos que le han causado tensión y en qué partes del cuerpo las ha experimentado. Comentó que, cuando salió a la calle por primera vez desde el diagnóstico de cáncer, le marcó de manera negativa porque una conocida le hizo el comentario de que se miraba “enferma” a pesar de ella estar maquillada. Al igual que, en ocasiones, su esposo le dice “no te has puesto nada en la carita” y le causaba inseguridad. Sin embargo, a medida que se fue indagando, se pudo conocer que ella poco a poco ha ido entendiendo que su físico y su autocuidado lo debe realizar por ella misma, no por los demás.

1. **Observaciones conductuales de la 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 contestó todas las preguntas realizadas con mucha naturalidad y espontaneidad. Mostró amabilidad, disposición y humor, incluso en la sesión ella tomó la iniciativa del tema por hablar. Su estado de ánimo hoy se caracterizó por tranquilidad. En la sesión de hoy, comentó situaciones específicas que le afectaron en su autoestima y se discutieron de la mismas.

En cuanto al contenido del pensamiento, la paciente comentó sobre las situaciones en las que su autoconcepto se vio dañado y en cuales se vio fortalecido. La paciente pudo analizar su autoestima, y en lo que implica tratar de vivir en el presente apreciando lo que se tiene (vivir conscientemente), y aceptando quién es ella en la actualidad.

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

La amabilidad es muy importante para discutir temas sensibles, porque hace saber al paciente que se respeta la situación por la que haya pasado. Además, hace sentir a la persona en un ambiente cómodo y en confianza para poder relatar eventos que le hayan impactado de manera negativa. En este momento, se está finalizando el proceso terapéutico, por eso, es importante hacer un pequeño resumen de sus logros y todos los temas importantes que ella debe considerar para poder sentirse mejor y aceptar su nueva realidad.

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