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

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Isabella Morales Rivera

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 4

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

**Fecha y hora de la sesión:** 20 de agosto del 2021, 5:00-6:00pm.

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 de otro pilar de Nathaniel Branden: asumir la responsabilidad de uno mismo. Esta se hará por medio de una actividad de soportes externos e internos, y una autorevisión de la autorresponsabilidad en diferentes áreas. |
| **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. |
| **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 la autorresponsabilidad. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: X No: \_\_\_\_

¿Por qué? Sí, se pudo brindar un breve resumen de la autoestima y de lo aprendido la semana pasada; vivir conscientemente y autoaceptación, y se explicó otro pilar de la autoestima según Nathaniel Branden: autorresponsabilidad. Se pudo realizar el ejercicio de soportes internos y externos.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Se pudo recopilar información pertinente del caso. Se realizó el ejercicio de soportes internos y externos por medio de un listado y un ejercicio de relajación. El objetivo era darse cuenta de los soportes que la paciente utiliza y las trampas que se pone para evitar la autorresponsabilidad. Además, se revisó junto a la paciente qué tan responsable está siendo en las siguientes áreas: salud y emociones. Sin embargo, faltó las áreas de elección de pareja y amigos, bienestar económico, conciencia y responsabilidad en el trabajo, en las relaciones, manera de tratar a la gente, desarrollo intelectual, carácter, felicidad y autoestima. Se calificó del 1 al 10 cada área y se compartió en qué forma puede ser más responsable.

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

La paciente comentó que sus soportes externos son su hija mayor, hija menor, esposo, madre y hermana. Sin embargo, al analizar cada uno de ellos y resolver dudas, la paciente llegó a la conclusión que su esposo y su hija menor no se pueden contar como soportes externos, porque son personas que presentan problemáticas y que no suelen ayudar a la paciente. Se concluyó con la paciente que estas personas que ella es soporte para ellos, pero ellos no son soportes para la paciente. También, al realizar la autorevisión de qué tan responsable es en las áreas de su vida, se concluyó que debe trabajar más en su salud física y las emociones, a lo que se propuso que saliera a caminar más, comer menos dulces y expresar sus sentimientos.

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, no obstante, en ciertos momentos se humedecieron sus ojos.

En cuanto al contenido del pensamiento, la paciente presentó confusión y tristeza al entender que su esposo y su hija menor no pueden ser soportes externos. Sin embargo, mostró comprensión y motivación para tratar de ver que tan autorresponsable puede ser ella, sin depender de nadie.

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?**

Aprendí que no necesariamente todos los familiares cercanos al paciente tienen que ser soportes externos. Sin embargo, es importante saber controlar este insight porque, en el caso de mi paciente, le provocó tristeza entender esto. Por eso, hacerle saber que puede encontrar otras maneras y que al final la responsabilidad viene primero desde lo propio, fue muy importante para provocar un cambio en mi paciente.