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

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Isabella Morales Rivera

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 5

**Nombre del paciente:** Nataly Ariana Corzo Leiva

**Fecha y hora de la sesión:** 26 de abril del 2021, 12:00-1:00 pm.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Disminuir los rasgos de ansiedad y depresivos de la paciente por medio del Entrenamiento en Resolución de Problemas cuyo objetivo es facilitar una conducta eficaz tratando de producir consecuencias positivas y refuerzo positivo, así como evitar las consecuencias negativas |
| **Áreas trabajadas** | - Orientación hacia el problema: reconocer que los problemas existen, que están ahí y de nada sirve escapar de los mismos. - Definición y formulación del problema: definir claramente cada uno de ellos. Debe determinar quién, qué, dónde, cuándo, por qué y cómo de cada problema. - Generación de soluciones alternativas: generar el mayor número posible de soluciones alternativas al problema.  - Toma de decisiones: elegir aquella solución que resulte más adecuada, útil, mejor o eficaz para llevarla a cabo en la situación problemática actual.  - Puesta en práctica y verificación de la solución: verificar si la solución elaborada en la vida real es efectivamente la más adecuada. |
| **Método-técnica** | Enfoque Cognitivo-Conductual: técnica del Entrenamiento en Resolución de Problemas. El objetivo es que la persona identifica o descubre medios efectivos de enfrentarse con los problemas que se encuentra en la vida diaria, proceso que incluye tanto la generación de soluciones como la toma de decisiones. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: X No:

¿Por qué? Si, se pudo empezar con el Entrenamiento en Resolución de Problemas por medio de las primeras fases: orientación hacia el problema y definición y formulación del problema. Sin embargo, no se pudo realizar una generación de soluciones alternativas, toma de decisiones y puesta en práctica y verificación de la solución. Se planea terminar este entrenamiento la próxima sesión.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Se pudo fortalecer el rapport con la paciente la sesión de hoy, ya que la paciente detalló más su conversación. Contestó todas las preguntas realizadas con naturalidad, sin embargo, hubo cierto tipo de control en sobre qué información relevar a la terapeuta. Tuvo una actitud de colaboración al comentar sobre los problemas que más le impactan y más le afectan a nivel emocional. Agradeció nuevamente la atención que se le está brindando, y tiene deseos de seguir continuando el proceso.

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

En la sesión de hoy, la paciente comentó sobre los problemas que tiene en su vida cotidiana. Se le pidió que identificara todos los problemas que le afectan y que calificara del 1-10 cuánto le afectan. Se pudo identificar que uno de los más impactantes para ella es el aspecto económico. La paciente mencionó que siempre le ha molestado tener que dar la mayor parte de sus ingresos a los gastos de la casa y que ella nunca lo ha gastado en elementos personales. Otro problema que se pudo identificar en ella es el “poco control emocional” que tiene. Además, mencionó que la relación con su familia le afecta de manera negativa porque tiene una mala relación con su madre y hermana mayor.

1. **Observaciones conductuales de la paciente:**

La paciente se mostró como una persona con higiene general, mantuvo una postura curvada y solía comerse las uña al contestar preguntas. Sin embargo, las respondía con naturalidad y espontaneidad. En cuanto a su aspecto físico, la paciente utilizó su cabello suelto y ropa deportiva y presenta acné facial.

La fluidez general del lenguaje fue lenta y controlada. La paciente contestó todas las preguntas realizadas con naturalidad, aunque las acompañaba de una sonrisa tímida. Tuvo una actitud de colaboración al comentar sobre los problemas que le afectan en su vida cotidiana. Mostró amabilidad y disposición, y en esta ocasión pudo detallar su conversación sin tenérselo que pedir, aunque sus respuestas siempre fueron concisas. Su estado de ánimo hoy se caracterizó por tranquilidad.

En cuanto al contenido del pensamiento, la paciente mencionó que se siente que le afecta mucho el aspecto económico y los problemas familiares. Se averiguó que problemas le impactan de manera negativa y cuáles otros no tanto. Expresó nuevamente interés en el proceso de intervención y explicó que está muy agradecida por la terapia que se le está brindando a ella.

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

Dar constantes afirmaciones positivas a la paciente es muy fructífero porque así ella se siente capaz y con iniciativa de querer comentar sus problemas. Decir que la terapia es un lugar seguro y solamente para ella es necesario para su proceso porque así ella se siente en confianza con la terapeuta y podrá discutir con más facilidad sus incomodidades y problemas. Es importante tener una actitud muy empática y humana con la paciente.

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