|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | VII |
| **Profesora Encargada** | Lcda. María Fernanda Jerez |

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Valentina Bejot M.

**Año que cursa:** Cuarto Año

**N°. de sesión:** 6

**Nombre del paciente:** V.D.P.

**Fecha y hora de la sesión:** 26 de febrero del 2021, de 15 a 16 horas.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Continuar con la intervención de errores cognitivos por medio del modelo ABCDEF. |
| **Áreas trabajadas** | * Creencias * Síntomas |
| **Método-técnica** | Observación |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_\_\_\_X\_\_\_\_\_\_\_\_ No: \_\_\_\_

*¿Por qué?* Se logró completar la explicación acerca del Modelo ABCDEF para identificar los pensamientos desadaptativos e irracionales que la paciente percible y que consecuentemente causan en ella síntomas de ansiedad y emociones perturbadoras. Así mismo, se logró mostrarle a la paciente algunos de los resultados que se encontraron en las pruebas que se le han aplicado.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: \_\_\_\_\_X\_\_\_\_\_ Retroceso: Estancamiento:

*¿Por qué?* Se finalizó la explicación del modelo ABCDEF, y se realizaron ejemplos que ayudaron a la paciente a saber cómo de mejor manera poner en práctica lo aprendido. Además, se observó que la paciente se está sintiendo más cómoda con la terapeuta, esto se concluyó por el trato que le da, y porque ha compartido otro de sus miedos, sin que la terapeuta se lo preguntara.

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

Durante los primeros 20 minutos de la sesión, la paciente tuvo problemas de conexión que interferían con la comuniación entre ambas vías. Sin embargo, luego de solventar ese problema, la sesión continuó sin ningún otro percance. Durante el tiempo que restó se repasó lo que se aprendió la sesión pasada acerca de las distorsiones cognitivas, y se terminó de explicar el modelo ABCDEF. Mientras se realizaba la explicación se iban creando y tomando ejemplos de situaciones hipotéticas y de situaciones reales en las que la paciente ha estado para poner en práctica cada una de las fases que conlleva este modelo.

En esta sesión también se logró conversar con la paciente acerca de algunos de los resultados que se encontraron en las pruebas que se le aplicaron en sesiones anteriores. La paciente concordó con todos los resultados que se obtuvieron de cada prueba apllicada, por lo que se confirmó que las respuestas no fueron alteradas y que no mintió en las pruebas.

Además, al ir finalizando la sesión la paciente comentó acerca de otro miedo que ella tiene; en cuanto al agua. Mencionó que es un miedo que también ha tenido desde que es pequeña, debido a que cuando tenía aproximadamente 3 años la dejaron sin flotadores en una piscina, y resultó ahogándose. Ella comenta cómo el sentimiento de presión en su cabeza al no poder respirar por estar debajo del agua, es lo que no le gusta, entonces prefiere no acercarse al mar, y en las piscinas prefiere siempre mantenerse en la orilla y donde el agua le llegue hasta la clavícula. Hasta la fecha la paciente no ha aprendido a nadar. El que haya compartido este acontecimiento demuestra que se siente más cómoda durante cada sesión, como para compartir abiertamente los problemas que ella enfrenta sin necesidad de que se le pregunten.

**Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó a la sesión vía BB con su cabello suelto y con vestimenta adecuada para la ocasión. Al principio de la sesión se mostró con frustración debido a que la conexión no estaba bien los primeros minutos, sin embargo cuando resolvió el problema, se notó más tranquila. Se mostró en estado alerta en todo momento, logrando contestar a las preguntas que se le hacían de los temas que se estaban abordando. Así mismo, mostró una actitud de apertura, haciendo que se le fuera más fácil compartir lo que quisiera, mediante un diálogo comprensible, coherente y fluido.

Las ideas que mencionaba fueron relacionadas con su fobia al vómito, debido a que se utilizó este tema para ejemplificar los pasos del modelo ABCDEF. Sin embargo, lograba racionalizar el proceso en el que procesaba su pensamiento de una manera estructurada y entendible. Logra identificar las emociones, pensamientos y síntomas que este tema denota, y cómo no son adaptativos al ambiente en el que se encuentre.

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

No angustiarme por cosas que no puedo controlar – como lo son la conexión de internet de mi paciente – porque al final siempre habrán maneras de solucionar los problemas.

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