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

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Isabella Morales Rivera

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 6

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

**Fecha y hora de la sesión:** 3 de mayo 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 culminar con el Entrenamiento en Resolución de Problemas por medio de las últimas fases: generación de soluciones alternativas, toma de decisiones, y puesta en práctica y verificación de la solución. Además, se culminó el proceso terapéutico del primer semestre del 2021.

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 y calificar que problemas son los que más le afectan y se generaron varias soluciones que ella puede tener disponibles si desea ponerlas en práctica.

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

En la sesión de hoy, se realizó generación de soluciones alternativas específicamente en el problema que ella comentó que más le afecta: “poco control en las emociones”. Comenta que cuando siente que no puede controlar sus emociones, se autolesiona por medio de golpes a la pared o se corta sus muñecas con una navaja. Algunas de las soluciones que se generaron fueron: escribir sus pensamientos en un papel, dibujar y pintar alguna mandala, levantarse e ir algún lugar con más personas, ver alguna serie de televisión, y quemar el papel donde escriba sus sentimientos negativos.

Por otra parte, hoy habló de que en general “el ser humano es malo porque lastiman a los demás y siempre destruyen”.

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 poco control de las emociones, pero mostró determinación para poder practicar nuevas soluciones alternativas. 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?**

En el caso particular de la paciente, necesita más tiempo de terapia y terminar su proceso terapéutico. Sin embargo, ya que en estos meses no se tendrá contacto con ella, es muy importante brindar diferentes herramientas y (en cuanto al entrenamiento en resolución de problemas) soluciones para que ella pueda abordar por su parte su problemática.

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