|  |  |
| --- | --- |
| **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:** Eda Iliana Noriega Vum

**Fecha y hora de la sesión:** 8 de septiembre 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: vivir con propósito. Esto se hará por medio de asumir la responsabilidad de uno mismo. Esta se hará por medio de una actividad de concientizar metas, recursos y debilidades, y hacer compromiso de cumplir alguna meta. |
| **Áreas trabajadas** | - Autoestima: comprender la predisposición de la paciente a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida  - 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.  - Vivir con propósito: practicar la iniciativa de querer que algo funcione y tener un propósito consciente, utilizando los recursos para llevar a cabo las metas elegidas. |
| **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 el “vivir con propósito”. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: No: \_\_\_\_X

¿Por qué? No se pudo empezar culminar la enseñanza del nuevo pilar de la autoestima (vivir con propósito) porque la paciente quiso seguir comentando la primera actividad de la sesión. Se planea culminar el pilar la próxima sesión.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Se pudo recopilar información pertinente del caso. Se terminó el ejercicio de reflexión contestando las preguntas: ¿En qué quiero que consista mi vida? ¿Qué quiero lograr como en mi trabajo? ¿Qué quiero en mis relaciones personales? ¿Cuáles son mis metas en mi relación con mis hijos, mi pareja, mi familia y mis amigos? ¿Están mis metas enfocadas con claridad o son vagas y poco definibles? También, se pudo empezar a definir una meta en el ámbito personal. Se fortaleció rapport y la paciente realizó diversos comentarios acerca del pilar “vivir con propósito”.

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

La paciente comentó sobre acerca de sus metas. Refiere que su objetivo en la vida es: “tener paz, armonía, no tener conflictos, apoyar a mi familia y que ellos me apoyen a mí”. Dio tiempo de establecer metas en el ámbito personal, buscando metas y qué acciones se pueden hacer para cumplirlas. Junto a la paciente se desarrolló que unas de las acciones para poder mejorar este ámbito eran: ir a terapia psicológica, fomentar el arreglo personal, darse permisos a cometer errores, y probar cosas nuevas.

La paciente comentó que le gusta que las cosas estén “perfectas” y que “se pone insegura” cuando no lo logra, a lo que se le dijo que sería bueno “darse permisos para cometer errores”. La paciente propuso que podía hacer una receta de cocina nueva, sin importar que el resultado no sea sabroso ya que lo importante es realizar algo nuevo. Finalmente, comentó que lleva meses de querer pintarse el cabello, pero que no lo hace por pereza. Entonces, al discutir el arreglo personal, ella se propuso investigar sobre salones de belleza y pintarse el cabello de un color que le guste porque lo ha estado aplazando.

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.

En cuanto al contenido del pensamiento, la paciente presentó determinación para cumplir las metas a nivel personal, familiar y social para que pueda vivir con propósito y así, estabilizar su autoestima. Por lo mismo, realizó diferentes comentarios sobre que quiere “paz y armonía” en su vida.

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?**

Se aprendió a indagar cada vez más acerca del historial clínico y que en terapia es importante establecer metas a corto y largo plazo. En teoría, lograr una autoestima estable se requiere de prestarle atención a las emociones propias y estar en proceso de mejora constante. Sin embargo, si no se establecen acciones y metas a corto plazo, ¿cómo lo va a lograr? Por eso, esta actividad es importante para concretar acciones diarias, hacer comparaciones e identificar fortalezas y debilidades.