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

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Isabella Morales Rivera

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 8

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

**Fecha y hora de la sesión:** 17 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: autoafirmación. Esto se hará por medio de concientizar el derecho de existir y realizar un ejercicio llamado “triángulo de congruencias” y el “darse cuenta” junto a una jerarquización de los valores. |
| **Áreas trabajadas** | - Autoestima: comprender la predisposición de la paciente a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida  - Autoafirmación: practicar el respeto a los deseos, necesidades y valores, buscando su forma de expresión adecuada a la realidad. Disponer a valerse por sí misma, a ser quien es abiertamente y tratarse con respeto.  - 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: X No:

¿Por qué? Se pudo culminar el conocimiento del pilar de “autoafirmación”. Se pudo concientizar el derecho a existir de la paciente y explicar la congruencia entre pensamientos, sentimientos, y acciones. Sin embargo, no se pudo realizar la jerarquización de valores. Se planea terminar la actividad 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 repetir la frase “tengo derecho a existir” y se hizo una reflexión de la misma. Se comentó sobre el triángulo de las congruencias (pensar, sentir, actuar) y refiere que donde más le cuesta ser congruente es con sus pensamientos. Además, explica que se ha dejado llevar por sus emociones a lo largo de su vida, pero que ahora poco a poco, ha ido mejorando en este aspecto. Además, comentó que en su hogar han tenido “una buena dinámica” y que su hija menor se encuentra “mejor”.

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

La paciente comentó sobre lo que piensa de la frase “tengo derecho a existir”. Refirió que tener derecho a existir es “ser de la forma en que yo quiero, ser como me gusta ser, actuar como me gusta ser, y desenvolverme como yo quiera”. Argumenta que no ha fomentado esta frase como quisiera porque cuando se siente cómoda, no realiza nada más que eso. En otras palabras, no está buscando ser mejor y que a veces se acomoda a ciertas actitudes que no son beneficiosas para ella. De igual manera, comentó que se ha dejado llevar por sus propios pensamientos en relación al bienestar emocional de su hija, y que constantemente está pensando “que algo la va a hacer sentir mal” y que debe tener cuidado.

Se comentó acerca de que el pasado no se puede cambiar, pero que el futuro sí, siempre y cuando se trabaje en el presente y esté consciente del mismo.

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 fue consciente en identificar cuáles aspectos no ha sido congruente en su vida. Este ha sido los pensamientos porque se ha dejado llevar por ellos, a pesar de que comenta que no debería de ser así.

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?**

En el caso de la paciente, suele tener una visión perfeccionista de que “todo está bien”, cuando en realidad así no lo es. Se le debe confrontar para que ella misma tenga insight de que las palabras que expresa no son verdaderas. Esto se relaciona también al hablar de los pilares de la autoestima porque, al explicar detalladamente cada uno, se ve su verdadera opinión sobre sí misma.