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

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Isabella Morales Rivera

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 9

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

**Fecha y hora de la sesión:** 24 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** | Culminar la psicoeducación del pilar de la autoestima de Nathaniel Branden: autoafirmación. Esto se hará por medio de la técnica “darse cuenta” junto a una jerarquización de los valores ajenos y los propios, y sobre sus creencias e introyectos. |
| **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.  - Integridad personal: practicar la integración de los ideales, las convicciones, normas, creencias y la conducta. Evaluar si la conducta es congruente con los valores. |
| **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”, por medio de la actividad de la jerarquización de valores. Además, se aprendió a reconocer cuáles creencias y valores han sido heredados y cuáles ha ido construyendo y reforzando a lo largo de su vida. Se pudo dar una psicoeducación de los valores y la importancia de la congruencia con los mismos.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Se pudo recopilar información pertinente del caso. En la sesión, la paciente comentó que le están molestando los nervios de la espalda y los brazos. Se le pudo preguntar si ha estado bajo niveles alto de estrés. Además, se pudo realizar junto a la paciente una delegación de tareas en el hogar ya que ella normalmente es quien hace la mayoría de cosas. Además, se pudo discutir los valores y la importancia de ser congruentes con los mismos. Hubo un fortalecimiento de rapport y más apertura de parte de la paciente para discutir ciertos temas (valores, delegación de roles, etc.).

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

La paciente comentó que ha sentido dolores en los nervios de los brazos y en la espalda. Se le preguntó si ha pasado algo que la tenga estresada y explicó que sí. Se hizo una intervención diciendo que el cuerpo expresa los malestares de la mente, a lo que ella comentó que le gusta tener el control de las situaciones y que prefiere hacer las cosas sola. Por lo mismo, se le hizo saber que porque no delega tareas en el hogar y no es congruente cuando pide que se cumplan, ella se asigna más tareas y se estresa. Se le asignó un plan paralelo de delegar tareas en el hogar y ser congruentes con las mismas, es decir, si pide que limpien los platos de la cocina a sus hijas, ellas lo deben hacer y no la paciente.

Por otra parte, se discutieron los valores más importantes para la paciente. Estos son: “respeto, honradez, amor, valorar lo que hacen por mí”. Se le explicó si ella ha sido congruente con los mismos a lo que explicó que trata de serlo, pero que no siempre lo hace. También, se le preguntó si alguno de los valores ha sido heredado por sus padres, a lo que ella dijo que solamente el respeto. Durante la sesión, la paciente aprendió a priorizar cuáles valores son los más importantes para ella y cuáles debe practicar más.

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 pudo reconocer que se ha sentido estresada porque no sabe delegar roles y prefiere hacer las cosas ella misma. Además, discutió la importancia de los valores y cuáles quisiera practicar más en su vida cotidiana.

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?**

El cuerpo expresa los malestares de la mente. En el caso de la paciente, ella siempre expresa que todo está bien, pero en la sesión se pudo abordar que se ha sentido estresada por lo que su cuerpo también lo siente. Es importante tomar una pausa del plan de sesión establecido e indagar sobre qué le ha provocado estrés, que para la paciente ha sido el hecho que no sabe delegar tareas en el hogar. Para que la paciente pueda concretar y ser congruente, se le apoyó a realizar las posibles tareas en las que su familia le podría apoyar. En otras palabras, es importante discutir esto en las sesiones con la paciente porque si no se aborda, ella no lo haría.