|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Sexto |
| **Profesora Encargada** | Licenciada Dalia Valladares |

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Valerie Erdmenger

**Año que cursa:** 3er año

**N°. de sesión:** 12

**Nombre del paciente:** S.R.C.

**Fecha y hora de la sesión:** 03/11/2021 4:00pm-5:00pm.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Concluir con la restructuración cognitiva aplicando el aprendizaje adquirido acerca de la resolución de conflictos. |
| **Áreas trabajadas** | Durante esta sesión se trabajó con las actividades que no fueron realizadas durante la sesión anterior debido al tiempo, por lo que se proyectó un video de respiraciones, se introdujo a la paciente con técnicas de respiraciones profundas las cuales se realizaron en conjunto y también se realizó el cuadro de reestructuración cognitiva ABC de Ellis, al cual se le añadió los pensamientos positivos. |
| **Método-técnica** | Se utilizó la técnica del diálogo socrático y también el cuadro ABC de Ellis, videos psicoeducativos. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_ No: \_\_\_\_

¿Por qué? Durante esta sesión si se logró cumplir con la planificación y las actividades que se tenían estipuladas, a pesar de que la paciente se conectó un poco tarde.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Hubo avance ya que se logró trabajar lo que no se había trabajado durante la sesión anterior y también se finalizó lo que se tenía planificado para esta sesión. De igual forma, se concluyó con el proceso de intervención.

1. **Información significativa de la sesión:** La sesión se llevó a cabo el día miércoles 3 de noviembre en horario de 4:00pm a 5:00pm. La paciente se conectó 15 minutos tarde, debido a problemas de conexión que tenía. Durante esta sesión se debía abordar las actividades que no dieron tiempo de realizar durante la semana anterior y las correspondientes a esta sesión. El objetivo era introducir a la paciente con técnicas de respiración, trabajar la reestructuración cognitiva y también con el aprendizaje de resolución de conflictos modificar los pensamientos por unos positivos. Al inicio de la sesión, se le consultó a la paciente cómo estaba, cómo se sentía, etc., respondió que estaba enferma y esto la tenía un poco incomoda. Debido a la tardanza que ya se había tenido para iniciar la sesión, se decidió comenzar con la planificación para evitar atrasos.

Al inicio de la sesión se le proyectó el video de “Solo respira” para introducir acerca de las respiraciones profundas. Se le consultó a la paciente qué había podido observar o qué había concluido del video, a lo que respondió que había observado que las respiraciones eran útiles para calmar el enojo, etc. Se hizo una breve explicación de la importancia y beneficio que tienen las respiraciones profundas y se le demostró cómo podía realizarlas; estas se realizaron en conjunto, de modo que S.C. fue capaz de comprender cómo debía ponerlas en práctica. Luego de esto se le explicó el cuadro ABC que se realizaría. Este se hizo en conjunto, en donde la paciente fue capaz de ir pensando en situaciones y expresando sus pensamientos automáticos y las emociones que estos le producían. Se observó que quizá tuvo un poco de dificultad para pensar en ciertas situaciones, sin embargo, comprendió la idea de la actividad. Las emociones que prevalecieron fue temor, miedo, angustia, entre otras.

Continuamente, se procedió a proyectarle un nuevo video acerca de los pensamientos, para que pudiera comprender y analizar acerca de los pensamientos positivos y los pensamientos negativos y la influencia que estos podían tener. Por último, se elaboró la última columna en la tabla, con los pensamientos positivos que la paciente iba considerando y tomando en cuenta para cada una de las situaciones descritas anteriormente, de modo que fuera capaz de modificar los pensamientos por unos más positivos. Se identificó que al realizar esto, también puso en práctica la resolución de conflictos que se había trabajado anteriormente.

Para finalizar la sesión, se le explicó a la paciente el plan paralelo que consistía en que pudiera realizar un diario de pensamientos en donde los pudiera modificar por unos más positivos y siempre buscar soluciones. Se le solicitó recortes, revistas y prensa para la próxima semana ya que se estaría realizando el cierre del proceso.

1. **Observaciones conductuales del paciente:** Con respecto al atuendo de la paciente, se presenta con una blusa de manga larga de color morado y celeste. Estaba enferma de la gripe, por lo que esta situación la hacía sentir un tanto incómoda. Su postura fue recta, demostrando atención y concentración. Su mirada estuvo la mayor parte del tiempo dirigida hacia la pantalla, demostrando concentración y prestando atención; con un buen contacto visual. Fue bastante participativa, colaboradora, honesta y entusiasta al momento de realizar las actividades planificadas. Con respecto a su habla, esta fue detallada, mostró que fue capaz de comprender lo que se le explicaba y también pudo ponerlo en práctica en la actividad realizada. A través de su estado de ánimo se identificó cansancio debido a la gripe, sin embargo, estaba motivada y con una actitud positiva.
2. **¿Qué aprendizaje obtuvo usted como profesional al llevar a cabo la sesión?** Pude aprender que si el tiempo de la sesión se aprovecha de manera adecuada, es posible avanzar con lo planificado.

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