|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Segundo |
| **Profesora Encargada** | Dalia Valladares |

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** María Andrea De León

**Año que cursa:** Tercer año

**N°. de sesión:** 8

**Nombre del paciente:** A.P

**Fecha y hora de la sesión:** 9/10/2021 10:00-11:00 am

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Mejorar la relación interpersonal con la paciente por medio de preguntas acerca de su semana. Relajación por medio del control de la respiración. Trabajar autoestima y autoconcepto de la paciente por medio de la Técnica del Espejo. |
| **Áreas trabajadas** | Se trabajó la relación interpersonal con la paciente por medio de preguntas abiertas acerca del desarrollo de su semana. Relajación por medio del control de respiración y pensamientos intrusivos. Se utilizó un video informativo para psicoeducar a la paciente en cuanto al autoestima. Se trabajó en la autoestima de la paciente empleando la autocontemplación, también se fomentó la construcción de un autoconcepto sano, por medio de la introspección mientras se ejecutaron ciertas conductas frente al espejo y se respondían determinadas preguntas. |
| **Método-técnica** | Psicoeducación, relajación y Técnica del espejo. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_X\_ No: \_\_\_\_

¿Por qué?

Se cumplió con todo lo planificado para esta sesión.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? La paciente pudo identificar aquellos pensamientos intrusivos que tiene acerca de ella misma, y que le hacen tener una mala percepción de sí misma y rasgos de baja autoestima.

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

En esta sesión pudo evidenciarse aquellas creencias erróneas que A.P tiene sobre sí misma, en especial sobre su cuerpo. Resaltó la preocupación por su abdomen, piernas, y ciertos aspectos de su cara como sus dientes y cachetes. Pudo notarse también que la paciente presenta rasgos de baja autoestima, síntoma característico del trastorno depresivo persistente que padece la misma.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó a la sesión con una blusa negra. Su aspecto físico denota una higiene adecuada e interés por su cuidado personal.  Durante la sesión se mostró abierta y comunicativa, también denotó interés y concentración a la hora de la visualización del video, y al momento de realizar las conductas frentes al espejo. A.P es una paciente cooperadora, y expresiva. En cuanto a su estado de ánimo, este pudo verse triste, sobre todo al hacer mención de aquellas cosas que no le gustaban de sí misma al mirarse al espejo.

1. **¿Qué aprendizaje obtuvo usted como profesional al llevar a cabo la sesión?**

En esta sesión aprendí que muchas veces para los pacientes es difícil aceptar las creencias erróneas o pensamientos negativos que se tienen sobre sí mismos. Una vez estos se hayan reconocido, entonces será más fácil trabajar en su modificación.

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