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

**NOTA DE CAMPO**

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

**Año que cursa:** Tercer año

**N°. de sesión:** 9

**Nombre del paciente:** A.P

**Fecha y hora de la sesión:** 16/10/2021 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 en la restructuración cognitiva por medio de un auto registro. |
| **Áreas trabajadas** | Se trabajó en el *rapport* con la paciente por medio de preguntas abiertas acerca del desarrollo de su semana. De igual forma se trabajó en la relajación por medio del control de respiración y pensamientos intrusivos. Por último, se trabajó en la restructuración cognitiva, por medio de la elaboración de un auto registro, con el fin de reestructurar las preocupaciones habituales de la paciente. |
| **Método-técnica** | Relajación y reestructuración cognitiva. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_\_X No: \_\_\_\_

¿Por qué? Pudieron desarrollarse las actividades planeadas para esta sesión sin problema alguno.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? La paciente presentó una buena capacidad de identificación de emociones y errores del pensamiento.

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

En esta sesión pudo identificarse las áreas más relevantes para la paciente y en las que presenta mayores errores del pensamiento, sobre todo en los aspectos social, personal, y familiar. Es importante mencionar que A.P no solo tiene una gran capacidad de identificación de emociones y de errores del pensamiento, si no que también se le facilita el cambiarlos por otros más realistas y asertivos.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se presentó a la sesión con una blusa roja. 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 al momento en que se le brindó las instrucciones, así como una buena comprensión de las mismas. A.P es una paciente cooperadora, y expresiva. En cuanto a su estado de ánimo, este pudo verse feliz, sobre todo al recibir una retroalimentación positiva sobre los ejemplos plasmado en la tabla.

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

En esta sesión aprendí que para los pacientes el recibir una retroalimentación positiva y una validación de lo que están haciendo puede subir su estado de ánimo, pues es una muestra de que realmente están logran absorber la información brindada y cumplir con lo que se les solicita.

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