**NOTA DE CAMPO #10**

|  |
| --- |
| **Semestre: Quinto** |
| **Profesora encargada:** |
| **Nathalia Lucía Jiménez García** |

**Nombre del practicante:** Ximena Xicará Aguilar

**Año que cursa:** Tercero

**N°. de sesión:** 10

**Nombre del paciente:** AEUJ

**Fecha y hora de la sesión:** 02/abr/2022 12:00hrs

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Conocer la posición del paciente dentro de su familia a través del juego de roles, permitiendo que él explique cómo son sus padres y hermanos con él, y con ello si aportan o afectan en su autoestima.  Ayudar al paciente a reducir sus conductas e ideas agresivas, realizando con él “globos antiestrés” con el fin de qué en ellos libere su ira y emociones irritables. |
| **Áreas trabajadas** | Se evaluó si la percepción del paciente sobre sí mismo ha mejorado a partir de la realización de la “Caja del yo”.  Se recopiló información sobre el paciente dentro de su familia y lo que cada uno de los miembros de ésta aportan en su autoestima y su estabilidad emocional.  Se repasó acerca de los niveles de ira que ha estado manejando las últimas semanas y brindarle herramientas que le ayuden a regularse, en este caso “globos antiestrés”. |
| **Método-técnica** | * Diálogo socrático * Identificación y descripción de emociones * Evaluación a través del juego * Observación clínica * Atención plena   **Gestalt**   * Termómetro de ira y frustración * Observar la emoción como tercera persona |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_X\_\_ No: \_\_\_\_\_

¿Por qué? El paciente se presentó puntualmente a la sesión. Se cumplió con todo lo propuesto en el Plan de Sesión dentro de los tiempos destinados en los mismos.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento: \_\_\_X\_\_\_

¿Por qué?

Se denota avance en el hecho de que el paciente es muy receptivo a las técnicas enseñadas, comenta que se siente cómodo con ellas y que las utiliza en su día a día. También, se ha revelado cambio en su pensamiento acerca de en qué momentos vale la pena discutir y mostrarse agresivo y en cuáles no.

Se observa avance también en su deseo de autorregulación, explica que ya no busca desquitarse con su hermano cuando éste lo molesta, sino que, aunque piensa la mayoría de las veces en vengarse, prefiere aislarse y relajarse para evitar problemas mayores, así como para evitar sentirse abrumado de emociones negativas.

Sin embargo, en lo que respecta a su autoestima, se evidencia estancamiento, pues, aunque se observa que hace menos comentarios negativos de sí mismo, continúa diciendo que se siente incapaz de realizar acciones o actividades simples ya que considera que podría fallar o “arruinarlo”.

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

* La sesión inició puntualmente a las 12:00 horas.
* Al iniciar la sesión y contar acerca de su semana su primer comentario fue acerca de sus notas. Entregó una copia de estas a la terapeuta.
* Explicó con el Termómetro de Ira y Frustración que ese día había sentido tanto frustración como ira. Indicó que frustración porque sus calificaciones en varias clases no fueron las que quería, de hecho, en 6 clases su puntuación fue por debajo del promedio que exige la beca, que es de 65 puntos. Y la ira, explicó que fue porque le molestó que su hermano DU se burlara de sus calificaciones; comentó que incluso le dio ganas de contestarle “tú saliste bien porque todo te lo hacen”, pero prefirió no realizar tal comentario.
* Mostró también que había llevado los objetos que habían quedado pendientes para la parte interna de su “Caja del yo”. Llevó 5 temperas, que indicó que las había escogido porque le gusta pintar con ellas. Eran de color negro, representando a su padre, blando, representando a su madre, morado, representando a su hermana, azul, representando a DU y verde representando a JU. Indicó que el blanco y el verde también lo representaba a él porque son sus colores favoritos. Mostró también unos palillos, comentando que el motivo es su gusto e interés en la cultura japonesa.
* Posterior a ello, indicó que se había enfadado en la mañana antes de llegar a la clínica, pues debido a que su hermano DU lo estaba pateando él le gritó que ya no lo hiciera y su padre los vio discutir, por lo que les castigó diciéndoles que este día no irían a natación. Sin embargo, AU expuso que no era justo que le negaran ir, puesto que el culpable había sido DU y no él. Ante esta exposición sus padres reconsideraron llevarlo, pero dado que su hermana GU no quería ir tampoco, decidieron que no irían solo por él.
* En la actividad de Jenga se evidenció desde el principio que continúa teniendo una baja autoestima, dado que incluso al armar la torre dijo cuando se estaba llegando a la parte más alta “ay no, pónganlas ustedes porque yo lo voy a botar”, por lo que la terapeuta le indicó que no había problema y que lo pusiera mientras ella arreglaba otro material. No muy convencido colocó él las piezas y se sintió tranquilo al ver que no las había botado. En el inicio dijo “con mi hermano DU somos malos para este juego, creo que voy a perder”.
* Durante el juego se observó que se mantenía nervioso por botar la torre en todos turnos. Por lo que cuando el observador botó por primera vez la torre se sorprendió y se le notó un tanto nervioso por qué reacción se tomaría. Cuando escuchó que la terapeuta dijo que no había ningún problema se le notó sorprendido.
* Durante el juego no dijo mayor cosa, se mantenía nervioso y enfocado en no botar la torre. En las ocasiones en que se movía la torre cuando él estaba sacando una pieza rápidamente decía “ay, se me va a caer”, y cuando la terminaba de sacar se relajaba, pero se ponía nuevamente nervioso al ponerla en la cima y pensar que al tocarla podría botarla.
* Al iniciar una nueva ronda, por accidente botó la parte de la torre que se estaba comenzando a armar, e inmediatamente dijo “ay no, perdón”, e indicó que ya no quería continuar armándola, pero la terapeuta le interrumpió comentando que no había problema, que a cualquiera le ha pasado, por lo que decidió continuar ayudando a armarla.
* Cuando la terapeuta botó la torre se vio bastante tranquilo, no se molestó e inmediatamente comenzó a rearmarla. En ese momento también dijo que quería jugar otra ronda.
* En la última ronda el observador botó nuevamente de manera consciente la torre, y en esta ocasión escandalizó un poco más su reacción, mostrando frustración, pero esta vez el paciente se rio y escuchó activamente lo que la terapeuta le decía al observador, así como la postura que éste tomaba de comprensión sobre que así era el juego y no era malo si se derribaba.
* En el juego de roles llamó la atención que evitó fuertemente ejemplificar o hablar acerca de situaciones que involucran a su padre y lo relacionado con las calificaciones.
* Él tomó el papel de director del juego y tanto la terapeuta como el observador tomaron los papeles de los miembros de la familia. En un momento que se le pidió que se representara a sí mismo dijo “¿Y yo por qué?”.
* Cuando se representó la dinámica que suele manejar con su hermano DU llamó la atención que indicó que en el momento que DU decide correr a manera de incitarlo a que lo persiga o continuar peleando, AU indicó que ya no va tras de él, sino que prefiere quedarse haciendo la técnica de respiración profunda.
* Se observó que entre sus hermanos GU y DU, AU es el mediador, pero suele ir más a favor de GU.
* Respecto a su madre, se confirma la idea que se tenía de que es una persona bastante dócil y pacífica, pues, cuando los corrige, lo hace de manera bastante suave, solamente les pide que dejen de hacer lo que estén haciendo.
* Al realizar los globos antiestrés tampoco dijo mayor cosa. Sin embargo, nuevamente se evidenció su temor al error, pues mientras los iba llenando botaba harina y al principio se disculpaba muchas veces por ello; al ir viendo que había un individual que ayudaba a no ensuciar el piso y que era porque de por sí era complicado llenar los globos.
* Al terminar de llenarlos se emocionó al ver cómo puede utilizarlos, ya sea presionándolos entre sus manos o tirándolo hacia una pared o almohada.
* Se rotularon con su nombre ya que teme que su hermano DU se los quite. Cabe mencionar que cuando ya tenía la marca de su nombre dijo que mejor se les hubiera escrito “DU”, haciendo alusión a que cuando los apriete o arroje pensará en él.
* Al finalizar la sesión se le preguntó con qué se quedaba de ella, e indicó que a intentar ver las situaciones desde fuera (como lo hizo en el juego de roles) y con el entusiasmo de utilizar los “globos antiestrés”.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

Se le notó menos inquieto que la mayoría de las sesiones anteriores, ya que se movía con menor frecuencia y mantenía más el contacto visual.

En el juego de Jenga se le observaba estresado al inicio, solía sobarse las manos con frecuencia y se rascaba la cabeza cuando no sabía que pieza mover. Bajaba sus manos y realizaba una respiración profunda, manifestando alivio, cuando conseguía sacar y colocar una pieza sin botar la torre.

Cuando se buscaba hablar de su padre en el juego de roles se negaba a hacerlo, se molestaba, entrecruzaba sus brazos, desviaba la mirada y negaba con la cabeza, incluso expresaba con su actitud que si se continuaba buscando un ejemplo con su padre ya no querría continuar con la actividad. Solamente se pudo hablar de él cuando se ejemplificó el cómo se muestran cariño a través del contacto físico.

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

Aprendí a que en ocasiones el paciente solo necesita un espacio de desahogo y en el que pueda sentirse cómodo, sin necesidad de hablar sino solamente salir un momento de su cotidianidad. Pues, aunque en esta sesión el paciente no habló mayor cosa o no brindó tanta información, se le veía a gusto y dispuesto a trabajar en lo que la terapeuta indicara.

Aprendí también que para tener un mejor resultado es importante hablarle al paciente de manera distinta a cómo lo harían sus padres, para que no se sienta intimidado.

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