**NOTA DE CAMPO**

|  |
| --- |
| **Semestre: 3** |
| **Profesora encargada:** |
| **Nathalia Jimenez** |

**Nombre del practicante:** María Valeria Novales

**Año que cursa:** 3ro

**N°. de sesión:** 2

**Nombre del paciente:** Sandra Maribel Velásquez

**Fecha y hora de la sesión:** 05/02/2022, 8:00 am

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Continuar entrevistando a la paciente con iniciales S.V por medio de una entrevista psicológica para adultos con el objetivo de conocer más acerca de ella. |
| **Áreas trabajadas** | Se trabajó en crecer el *rapport*. Además, se dio un enfoque en el área laboral de la paciente. |
| **Método-técnica** | Ficha de entrevista clínica para adultos. Se está utilizando el método Gestalt con el objetivo de poder analizar el ambiente y las emociones de la, así también como la psicoterapia de habla por el momento. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_ No: \_\_\_\_ No

¿Por qué? Sandra me comentó que tuvo una semana muy difícil y le dije que me contara al respecto, a lo que se extendió por 35 minutos sin pausa y estuvimos hablando al respecto luego de eso. También se le enseñaron técnicas de relajación y respiración para que aplicara a su vida diaria por 10 minutos.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento: Est.

¿Por qué?

Hubo estancamiento ya que la paciente me habló sobre su semana y lo que pasaba en el trabajo que la estaba poniendo ansiosa y le estaba dando estrés.

1. **Información significativa de la sesión:**  La paciente comentó que tuvo una acefalia tensional desde el lunes, ya que en su trabajo contrataron a alguien nuevo sin experiencia, luego de ella haber dicho que le iba a hacer pruebas para ver si la contrataban o no. Menciona que en su trabajo tiene problemas ya que ella se encarga de muchas labores, incluso algunas que no tienen que ver con su posición. Dice que siempre le piden más trabajo de lo que debe hacer y que no puede decir que no porque “le da pena que a su jefe le de estrés”.

Menciona que tiene un total de tres jefes compañeros. Uno de ellos “es insoportable”; se encarga de las contrataciones y la paciente comenta que “nadie lo aguanta” en el trabajo. Expresa que siente que el hombre tiene algo en contra de ella y que “vive haciéndole la vida difícil a sus compañeros de trabajo”. Sin embargo, no se puede quejar, puesto que no existe el trabajo de recursos humanos en la empresa. Menciona que tampoco puede quejarse con otro jefe, ya que entre ellos tres se informan de lo que pasa.

Esto conlleva a que la paciente sea el hombro de apoyo de todos sus compañeros de trabajo; en donde ella habla con los jefes respecto a permisos, quejas, etc. La paciente menciona también que tiene mucha carga psicológica, pero le da pena con las personas. También expresa que se estresa mucho por ayudar a las personas y que le da impotencia que sus jefes sean como son. Se pasa pensando en lo que pasó luego de días y esto es lo que conlleva a que tenga ansiedad y preocupación.

Al finalizar la sesión, la cual ya se había pasado 10 minutos, le enseñé a la paciente una técnica de respiración-meditación que puede hacer en donde sea, con el objetivo de calmar sus nervios.

1. **Observaciones conductuales del paciente:** La paciente tiene un atuendo e higiene personal adecuado y acorde a su edad. Su mirada y expresión se encuentran fijadas, sin embargo cuando cuenta algo mira a todos lados menos a mí. La postura de la paciente es recostada hacia adelante, recostándose en su escritorio. Además, la paciente coopera, es franca, abierta y no muestra ser temerosa, hostil o cautelosa en su discurso.

Respecto a las características cuantitativas del lenguaje; la paciente habla incesantemente; puesto que comienza a contarme respecto a situaciones y luego agarra fijación con algún tema específico y se extiende entre 20-30 minutos en ese tema. La paciente agrega detalles y auto referencia en su diálogo; sin embargo, en su estado de ánimo y afecto, se puede notar que la paciente siente cólera, ansiedad y aflicción.

El estado de ánimo de la paciente es adecuado para el contenido de su pensamiento y se encuentra al nivel de intensidad apropiado. No muestra tener alucinaciones, percepciones defectuosas, ideas delirantes ni malinterpretaciones, mas sí presenta ideas obsesivas respecto a su ámbito laboral. La paciente se encuentra orientada en tiempo, persona y lugar, así como no tiene problemas con su memoria, aprendizaje, atención ni concentración.

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

Aprendí que las personas, cuando se sienten escuchadas, se sienten apoyadas. La paciente al finalizar la terapia me dio las gracias de nuevo; me comentó que ya con solo hablar conmigo sentía que estaba mejorando. Además, aprendí que existe una línea que no se debe pasar al ayudar a las personas. Que podemos ayudarlas, pero que debemos poner límites también por nuestro propio bien. Aprendí que el desahogarse ayuda mucho a las personas, ya que el hecho de simplemente verbalizar lo que están sintiendo ayuda a que ordenen más su mente.

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