|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Primer Semestre 2021 |
| **Profesora Encargada** | Lcda. Dalia Valladares |

**NOTA DE CAMPO 7**

**Nombre del practicante:** Isabel Del Rosario Ortíz Girón

**Año que cursa:** Cuarto año

**N°. de sesión:** 6

**Nombre del paciente:** PG

**Fecha y hora de la sesión:** 9 de marzo de 2021. 15:00-16:00

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Presentar información al paciente, sobre cómo las emociones y pensamientos influyen en su estado de ánimo. Lo anterior, por medio de psicoeducación. Asimismo, se iniciará con una respiración diafragmática con el fin de brindar relajación a PG. |
| **Áreas trabajadas** | Por medio de las actividades, se trabajará la inteligencia emocional, y psicoeducación. Así como, técnica de respiración diafragmática. |
| **Método-técnica:** | Las técnicas utilizadas fueron:  Recapitulación: "síntesis de comunicaciones más amplias, busca recortar los elementos significativos del relato. su objetivo es la estimulación de la capacidad sintética del paciente así como de relevar los elementos significativos de un tema determinado" (Rodriguez, 2021).  respiración diafragmática:se le indicará al paciente sentarse en una postura recta, de forma que sus manos estén colocadas en su abdomen, de esta forma mantendrá el aire, inhalando y exhalando (Gomez, 2020)-  reformulación de contenido: "intervención inmediata, repitiendo o reformulando con pequeñas modificaciones, lo expresado por el paciente. mejora el entendimiento, y comprensión mediante la percepción propia de la experiencia. favorece el vínculo porque demuestra atención por parte del terapeuta" (Rodriguez, 2021). |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_\_ X No: \_\_\_\_

¿Por qué? debido a que se cumplieron con los objetivos establecidos, siendo estos la psicoeducación a través de preguntas y la técnica de respiración diafragmática.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Debido a que se cumplio con la planificación, así como se logró conocer de una forma más profunda al paciente a través de las preguntas establecidas enfocadas a la inteligencia emocional.

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

Inicialmente, el paciente comentó comenzar a realizar distintas actividades como lo es jugar fútbol con sus amigos, relatando “ahora me siento mejor porque tengo la mente ocupada”. Asimismo, refiere “tengo un propósito en mi vida y esto me motiva”. Cabe mencionar que, un dato relevante dentro de la terapia es que el paciente ha dejado de fumar, ya según la actividad realizar de relajación de benson está le ha ayudado a reducir sus niveles de ansiedad. Igualmente, PG, menciona “me doy cuenta que los sentimientos, que se presentan en mis días malos son la tristeza y culpa, pero cuando los reconozco me permito sentirlos”. No obstante, el paciente alude, una molestia ante la impulsividad verbal durante las peleas familiares.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

El paciente PG, vestía camisa blanca, denotando higiene corporal. De la misma manera, se pudo observar un contacto visual constante. No obstante, P, evade el mismo cuando se hablan temas sobre su familia. Cabe mencionar que PG, relata ”reconozco mis errores y me permito sentir mis emociones” lo cual se podría deducir como *insight.* Sin embargo, resalta sentir malestar ante la impulsividad cotidiana en el ámbito familiar siendo esta de forma verbal. Igualmente, durante la sesión, se pudo observar que se encuentra ubicado en tiempo, espacio y tenía consciencia de sí mismo.

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

El aprendizaje que obtuve fue observar como durante la sesión y el proceso psicológico el paciente presenta cambios en sí mismo, y por lo tanto añade “reconozco lo que conlleva el proceso y lo disfruto”. Asimismo, como las actividades placenteras o agradables como la fotografía ayudan al paciente a mantenerse motivado.

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