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

**NOTA DE CAMPO 10**

**Nombre del practicante:** Ana Sofía Hernández Santos

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 10

**Nombre del paciente:** E.G.

**Fecha y hora de la sesión:** 30/09/2021 – 4:00 pm

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Fomentar la búsqueda del sentido de vida, principalmente fortaleciendo las capacidades para determinar circunstancias significativas, toma de decisiones y reflexión de consecuencias. Reforzar la estabilidad emocional y el control de los impulsos en acciones evitando solo la orientación por parte del ámbito afectivo. |
| **Áreas trabajadas** | **Datos generales del paciente:** nombre completo, fecha de nacimiento, edad, nombre y ocupación, nombres de los miembros de la familia, etc.  **Motivo de consulta:** síntomas principales, problemáticas, la actitud de los familiares ante el motivo, tratamientos anteriores, comportamiento, etc.  **Antecedentes familiares y Ambientales:** miembros de la familia, estado socioeconómico, relación con los padres y hermanos, inconvenientes familiares, etc.  **Antecedentes personales:** concepción, tiempo de gestación, dificultades al nacer, tiempo de lactancia, edad de inicio de balbuceo, inicio de primeros pasos, evolución neuropsíquica relativa a la lactancia y alimentación, motricidad, sueño, vacunas recibidas, humor y afecto del paciente, relación con las personas de su entorno, escolaridad, rendimiento académico, sociabilidad presentada con los pacientes, etc. |
| **Método-técnica** | Cognitivo conductual: Es un enfoque que tiene como punto central los pensamientos de la persona, las emociones que esto le provoca, las reacciones físicas que tiene luego de estos dos aspectos y el comportamiento que se genera ante este proceso. Siendo estos cuatro aspectos importantes en la persona.  Con las técnicas de:  Parafraseo: es una técnica en la cual el terapeuta expresa lo que la persona le dijo, con el uso de palabras diferentes. Con el fin de afirmar o recalcar lo que se entendió.  Retroalimentación: Es cuando el terapeuta toma los puntos importantes de la sesión y los habla con el fin de recordar lo sucedido dentro de la sesión y dar una enseñanza o avance. |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_\_ No: \_\_\_\_

¿Por qué? La paciente se presentó puntualmente a la sesión psicológica virtual. Esto, favoreció a que se hiciera un uso adecuado del tiempo y cada una de las actividades se ejecutaran enriquecedoramente. La intervención se continuó realizando y así mismo, se indagó acerca de las características que posee y ha adquirido a lo largo del proceso psicológico.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Existió avance porque la paciente fue capaz de distinguir aspectos personales y de su alrededor que le permiten experimentar sensación de gratitud y aportan sentido de vida. El espacio de expresión permitió que la paciente regulara sus emociones y lo que está experimentando.

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

La paciente asistió de manera puntual a la sesión virtual, esto permitió que pudiese llevarse a cabo el objetivo planteado previamente. Inicialmente al preguntar sobre el estado de ánimo y las actividades diarias E.G. dio a conocer que su semana había sido percibida como un “tobogán”, porque había sentido subidas y bajones en su estado de ánimo, ha experimentado dificultad para concentraste y se le olvidan las cosas. Además de esto, ha sentido incomodidad al momento de salir a la calle, mientras fue a una heladería junto a su familia, dijo que había vivido un “ataque de pánico”. Ante esto, se le preguntó porqué lo consideraba con este nombre y describió que fue porque su mamá y su hermana eran las que le habían dicho que así se llamaba; también, comenta que ha leído libros en los que algunos síntomas son similares y por eso, lo llamó así.

La situación fue que mientras estaba comiendo un helado, empezó a percibir que unos hombres la estaban observando desde otras mesas y se sentía muy incómoda. Decidió cambiar de lugar con su padre para sentirse mucho más cómoda, pero dijo que seguía sintiendo la mirada sobre ella y del otro lado otra persona también la observaba. Ante esto, comenta que empezó a sentir que se agitaba su respiración y dificultad para sentirse tranquila, solo quería salir del lugar y por ello, todos se fueron. Al momento de entrar al carro para regresar se empezó a tranquilizar y tanto su hermana como su padre indicaron que era un ataque de pánico, aunque no existieron más manifestaciones. Por ende, se psicoeducó sobre lo que realmente es esta dificultad. Mencionó que antes no lo había experimentado así al salir, pero que si tenía muchas semanas de ir a fuera. Añadió que es incomodo para ella ir a la calle y escuchar comentarios de hombres o miradas de los mismos.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente hacia uso de una blusa color azul, su cabello estaba suelto y en su rostro se mostraba maquillaje como delineador y sombras de ojos, no obstante, nuevamente se encontraba en un lugar con poca luz, la oscuridad conforme fue pasando el tiempo de la sesión se visualizaba cada vez menos. Su lenguaje fue incesante durante la sesión, proporcionó muchos detalles, analogías y contenido verbal sobre cómo identifica características de su personalidad. El contacto visual fue establecido la mayor parte de la sesión psicológica, aunque en realidad al hablar sobre lo que siente, sus acontecimientos personales, suele mostrar su visión hacia otro lugar, generalmente hacia el lado izquierdo. Su postura era encorvada y recta cuando se acomodaba en su silla, su movimiento de manos no fue notable en esta sesión y denotaba quietud. También mostró orientación en espacio, tiempo y persona según la información que fue proporcionando al pasar la sesión psicológica.

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

El futuro profesional determinó que el uso de técnicas que son reflexivas cuando constantemente existe una falta de control emocional son importantes para empezar a crear una conexión entre la razón y la emoción, favoreciendo a que el estado de ánimo se beneficie y la reducción de síntomas se de significativamente. Sobre todo, con aquellas actividades que aportan un sentido de vida personal para los pacientes.