|  |  |
| --- | --- |
| **Semestre** | Segundo Semestre 2021 |
| **Profesora Encargada** | Licenciada María Fernanda Jeréz |

**NOTA DE CAMPO**

**Nombre del practicante:** Andrea Cuezzi

**Año que cursa:** cuarto

**N°. de sesión:** 10

**Nombre del paciente:** A.M.R.A.M.

**Fecha y hora de la sesión:** 1 de octubre 2021 de 3-4pm

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | Trabajar en mecanismos de defensa para que la paciente pueda reducir la ansiedad y estrés que maneja cuando hay un detonante que la lleva a recordar el suceso. Se utilizarán herramientas como arteterapia, técnica de relajación y moldeamiento, Inoculación de estrés, técnica de exposición y reestructuración cognitiva. |
| **Áreas trabajadas** | Seguir la intervención con la paciente por medio de actividades lúdicas que ayuden a reducir los detonantes que le recuerdan ciertos eventos. Se trabajará con técnica de relajación, inoculación de estrés, técnica de exposición y reestructuración cognitiva. |
| **Método-técnica** | Técnica de relajación  Técnica de respiración  Inoculación de estrés  Reestructuración cognitiva  Técnica de exposición |

1. **¿Se cumplió la planificación?**

Sí: \_\_\_\_ X No: \_\_\_\_

¿Por qué?

Debido a la crisis que la paciente había pasado la sesión anterior, se le pregunto como se encontraba esta semana para seguir con la intervención. Ella menciona que se encontraba bien y dispuesta a llevar a cabo la sesión como se debía. Se decidió llevar a cabo la sesión realizando pausas cada 10 min para realizar la técnica de respiración para que la paciente pudiera estar estable. Así proceder con la técnica de exposición sin desestabilizar a la paciente. Se logro brindar una psicoeducación a la paciente sobre la distorsión cognitiva la cual ella logro entender y reconocer sus errores. Menciona que iba a poner en practica no sobregeneralizar o lectura de pensamiento. Durante esta sesión la paciente menciono que había una persona escuchando y viendo la sesión. Tambien menciona que las voces se hacen presentes y hay momentos en los cuales ya no puede controlarlas.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: X Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué?

Debido a que se dio una psicoeducación sobre la distorsión cognitiva la paciente logro identificar sus errores y buscar soluciones para poder aplicarlas por ejemplo el no sobregeneralizar de que todas las personas le desean hacer daño. Se logro que la paciente por medio de la técnica de relajación y respiración lograra tener una sesión con principio, medio y final. Se logro ver a la paciente relajada y tranquila, ella menciona que se sentía que podía respirar e identificar sin tener miedo sus detonantes. Menciona que ya había puesto a prueba identificar sus detonantes, logro evitar una inestabilidad emocional a la hora de recordar el abuso sexual que sufrió por medio de su prima. Menciona que le preocupa salir, tener miedo de que las personas le quieren hacer daño. Por lo tanto, se trabaja en la distorsión cognitiva dándole a entender que lo que ella estaba realizando era una sobregeneralizacion del su pensamiento. La paciente logro identificar el error y pensar que ella estaba sobregeneralizando el problema.

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

La paciente pregunto si su hermano podía estar unos minutos en la sesión ya que él quería compartir un problema que había sucedido con su padrastro la noche anterior. Comento que su padrastro se porto de una forma violenta con su mascota goleándola de una manera agresiva, la paciente estaba preocupada por su hermano ya que este se encontraba llorando. El hermano de la paciente ya no recibió atención psicológica debido a problemas de asistencia. Sin embargo, se le dio la oportunidad al hermano para que se expresara y poderlo calmar, luego se siguió trabajando con la paciente en privado. La paciente comenta que ella no le gusta ver a su hermano llorar, cuando esto sucede una ira se hace presente y desea hacer daño. Menciona que su reflejo quiere salir en estas situaciones y allí es donde ella no puede controlar lo que pueda suceder. Tambien es importante menciona que la paciente ha sentido que ha olvidado ciertos detalles de los eventos traumáticos y no entiende el motivo, ya que ella menciona tener una buena memoria. Ella no recuerda por ejemplo la hora o como estaba vestida el día de esos eventos. Se le explica a la paciente que estos episodios de perdida de la memoria son normales en cuanto al trastorno de estrés postraumático.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente se tuvo que cambiar de dispositivo por lo tanto una parte de la sesión si se logro observar a la paciente. Se encontraba con un suéter, sentada en el lugar donde siempre ha recibido las sesiones. Se logro notar que la paciente estaba peinada, no estaba sudando como la sesión anterior y se podía observar cierta estabilidad en cuanto su estado emocional. Luego que se apagó la cámara la paciente hablo de una forma coherente, donde había un principio, medio y final. A veces se saltaba de un pensamiento a otro algo que se ha visto en otras sesiones. Su tono de voz era calmado.

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

Estar preparado en cuanto el paciente tenga alguna duda con respecto a un familiar, en esta ocasión se dio que la paciente le comento a su hermano que podía hablar conmigo, se dio esa confianza sin embargo, como futuro profesional se conoce que no es lo adecuado o lo correcto trabajar con el paciente y familiares, solo en el caso de terapia familiar.

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