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

**NOTA DE CAMPO 2**

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

**Año que cursa:** Cuarto

**N°. de sesión:** 2

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

**Fecha y hora de la sesión:** 05/08/2021 – 4:00 pm

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Objetivo de la sesión** | A lo largo de la sesión, se dará continuación al proceso de intervención psicológica con E.G. Para esto, se realizará una psicoeducación y recordatorio de las técnicas trabajadas, lo abordado durante el proceso anterior y fortalecer el conocimiento de estas herramientas. Del mismo modo, se proporcionará nuevas técnicas que favorezcan al reconocimiento del control emocional y resolución de problemas. |
| **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 a la plataforma digital de manera puntual y la planificación previamente realizada se favoreció, ya que se ejecutaron las actividades. Se hizo uso adecuado del tiempo para realizar lo establecido y se obtuvieron los resultados esperados.

1. **En esta sesión hubo:**

Avance: Retroceso: Estancamiento:

¿Por qué? Existió avance a lo largo de la sesión, ya que, la paciente proporcionó información significativa. Además de esto, fue posible cumplir con el objetivo debido a que realizó los planes paralelos establecidos en la sesión anterior y esto permitió abordar temas importantes. Del mismo modo, se mostró una respuesta adecuada por parte de la paciente sobre el recordatorio de las técnicas que fueron abordadas en el proceso anterior.

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

La paciente asistió de manera puntual a la sesión virtual, esto favoreció a que el tiempo fuese utilizado adecuadamente. Al indagar en el estado de ánimo, E.G. refirió que se encontraba muy preocupada porque un día antes una de sus tías había dado positivo en la prueba de COVID-19, y un día antes de ese sus padres habían convivido con ella. Por ello, se encuentra aislada de sus padres dentro de su habitación hasta que pasen los días de riesgo y así, evitar que pueda contagiarse. Ella comenta que siente mucho aburrimiento y nervios por que alguno de ellos llegue a contagiarse, sobre todo su madre que ahora regresó al trabajo. Junto a esto, tenía uno de sus ojos hinchados, lo cual menciona que no sabe porqué es, pero ha estado tomando medicamentos para la desinflamación.

Cuando hizo una mención sobre el estado de aburrimiento que experimenta, dio a conocer que por tener mucho tiempo libre gracias a que ha entregado la mayoría de sus trabajos en el colegio, solo se ha dedicado a dibujar, escuchar música, leer y empezó a leer manga. Regresó al tema de la dificultad de poder expresar lo que siente a otras personas y al indagar la razón principal por la cual lo hace, menciona que es porque nunca ha tenido a alguien que pueda escucharla y existe la tendencia a querer imaginar o pensar en muchas cosas, lo que en ocasiones puede llevar a experimentar más tranquilidad o todo lo contrario.

La paciente, logró establecer los objetivos que desea cumplir a lo largo del proceso psicológico y menciona que necesita “desbloquear” sus habilidades para aceptar con más facilidad la vida y resolver problemas. También comenta que desea ser ella misma con otras personas y experimentar neutralidad (esto lo explicó como “tener la facilidad de controlar lo que siente y no darlo a conocer a otros con gestos o palabras si se trata de un sentimiento negativo como enojo”). Después de esto, mencionar que actualmente ha tenido peleas constantes con niños, por medio de chats en WhatsApp debido a que suelen quitarle la tranquilidad según menciona la “mal interpretar las situaciones”. Junto a esto, hizo mención de que aún existen ocasiones en las que llora con facilidad y no se explica la razón de esto; sin embargo, es más fácil de controlar según comenta en comparación con lo que sucedía antes.

1. **Observaciones conductuales del paciente:**

La paciente hacia uso de una blusa color negro, su cabello se encontraba suelto y denotaba higiene personal, haciendo uso de maquillaje. Su lenguaje fue incesante, lo cual fue notable al dar a conocer sus preocupaciones y también al hablar de circunstancias personales. Proporcionó detalles, hizo analogías, tuvo autoreferencia y ausencia de incoherencia. Demostró cooperación, sinceridad y apertura para hablar y expresar de manera verbal a preguntas y al expresar situaciones relevantes. En cuanto a su estado de ánimo, mucha preocupación, debido a que se encuentra en posible riesgo de salir contagiada con el COVID-19. No obstante, se mostró dispuesta a trabajar durante la sesión psicológica y a emitir las razones por las cuales experimentaba ese estado. Su afecto se encuentra en equilibrio con sus pensamientos, ya que según lo que se hablaba ella fue manifestando lo que sentía y tenía coherencia clara con lo racional. Se encuentra ubicada en tiempo, persona y lugar, ya que supo ubicar perfectamente lugares y recordar horarios y nombres de personas. Además de esto, su memoria y aprendizaje fue notable, ya que al recordar algunos de los temas previamente vistos en el proceso, supo identificarlos y describirlos.

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

El psicólogo comprendió la necesidad que muchas personas tienen actualmente ante las circunstancias de salubridad. Por ello, debe de tener conocimiento de normas de precaución para contraer el virus de COVID-19 y simultáneamente aplicar técnicas que favorezcan a la reducción de la ansiedad y preocupación. Esto, permitirá que los pacientes controlen sus preocupaciones y regulen sus emociones, con el objeto de evitar empeorar la situación, especialmente cuando existe riesgo alto de posible contagio.

.

fue capaz de determinar los aspectos que deben continuarse reforzando, lo cual será factible para dar un seguimiento terapéutico adecuado, que favorezca a la mejora integral del paciente y que sea siempre una prioridad. Además de esto, es importante hacer una retroalimentación de lo que fue abordado previamente, con el fin de que el objetivo del proceso se refuerce y recuerde satisfactoriamente.