



NOTA DE CAMPO # 10

Semestre: Segundo
Semestre

Profesora encargada:

Licda. Nathalia Jiménez

Nombre del practicante: Ana Gabriela Pineda Suchini

Año que cursa: Tercero

Nº. de sesión: 10

Nombre del paciente: J.M.A

Fecha y hora de la sesión: sábado 8 de octubre del 2022; hora: 11:00 am a 12:00 pm.

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

Objetivo de la sesión	Fomentar la conciencia de sí misma y de las propias emociones y su expresión.
Áreas trabajadas	<p>Técnica de respiración: Trabajar la forma en la que la paciente pueda reducir los síntomas de estrés por medio de técnicas de respiración consciente.</p> <p>Retroalimentación de plan paralelo</p> <p>Inteligencia emocional: Capacidad para reconocer las propias emociones. Reconociendo los sentimientos, emociones y etiquetarlos apropiadamente por medio de información emocional para guiarlo apropiadamente.</p> <p>Autoconcepto: Imagen que se tiene de uno mismo. Se forma a partir de variables que están influenciados por las interacciones con las personas importantes en nuestras vidas.</p> <p>Examen del estado mental: evalúa las diversas variables del funcionamiento y consiste en la valoración de la capacidad mental actual de la paciente mediante la evaluación del aspecto general, comportamiento, cualquier idea inusual o percepción</p>

	insólita o extraña, el estado de ánimo y todos los aspectos de la cognición
Método-técnica	.Se recaudó información mediante el diálogo socrático, el cual consiste en el diálogo entre dos personas, a través de una serie de preguntas empleado recursos hacia la resolución de sus dudas o problemas. En esta ocasión, se realizó una retroalimentación general acerca de las emociones. Asimismo, se expuso acerca de la herramienta de relajación “cuadrilátero”. También, se explicó acerca del autoconcepto donde aprendió acerca de la imagen de sí mismo. Así como también, se realizó el examen del estado mental

b. ¿Se cumplió la planificación?

Sí: _____ No: _____ X _____

¿Por qué? el paciente se presentó a la sesión virtual 15 minutos tarde. Lo cual no se pudo concluir con las actividades propuestas para la sesión. Cabe mencionar que se va a retomar la explicación y la actividad del “autoconcepto”. A su vez, se realizará una actividad acerca de la asertividad.

c. En esta sesión hubo:

Avance: X Retroceso: _____ Estancamiento: _____

¿Por qué? En esta sesión se realizó la retroalimentación del plan paralelo de la técnica del semáforo. A su vez, una recapitulación de las emociones (función, dónde vienen las emociones, cómo entenderlos, cómo se pueden controlar, cómo trabajarlas, entre otros). Por otro lado, se empezó por el tema del autoconcepto, sin embargo, no se pudo realizar la actividad del autoconcepto debido a que ingresó tarde a la sesión. Por último, se explicó el plan paralelo y se realizó el examen del estado mental.

d. Información significativa de la sesión:

El paciente ingresó a la sesión virtual 15 minutos tarde. Luego, se le preguntó acerca de su semana donde mencionó que todo había salido bien ya que están en exámenes finales en el colegio y el lunes es su último día.

Por otro lado, se realizó una retroalimentación del plan paralelo, el cual el paciente expresó que, realizó el semáforo de emociones y le sirvió para disminuir la ansiedad de los exámenes y también, cuando se enojó con su mamá por qué el paciente no quería comer. Cabe mencionar que expresó que lo iba a seguir utilizando para que le ayude a disminuir o calmar los nervios y enojo.

Después de la retroalimentación del plan paralelo, se realizó una "técnica de respiración cuadrilátero". A su vez, el paciente solicito más técnicas de relajación para ponerlas en práctica.

Luego, de la técnica de respiración, se realizó una retroalimentación concreta y breve acerca de las emociones. Cabe mencionar que el paciente realizó la petición de cómo surgen, cuál es la función, cómo manejarlas, etc. Se pudo observar que el paciente tuvo varias preguntas acerca las emociones donde también mientras iba avanzando la presentación se le dio varios ejemplos y J realizaba preguntas si no quedaba claro algo.

Con respecto al tema del autoconcepto, se realizó la explicación acerca de qué es la autoestima, el autoconcepto y sus bases. Sin embargo, no se concluyo dicho tema, ya que, como se menciona anteriormente, J.M ingresó tarde a la sesión. a su vez, no se pudo realizar la actividad que estaba planeada para la sesión. Dicho esto, se decidió realizar dicha actividad la próxima sesión con las demás actividades planeadas. Por último, se le explicó acerca del plan paralelo.

e. Observaciones conductuales del paciente:

En esta sesión no se pudo realizar el examen del estado mental ,ya que, el paciente no encendió su cámara. Al solicitarle que la encendiera, expresó que le había salido un mensaje que se estaba cargando su cámara, por lo tanto, se le expresó que se esperaba que se lograra encender a lo largo de la sesión. sin embargo, no lo encendió.

Por otro lado, se pude mencionar que el paciente se escuchaba tranquilo con un tono suave y seguro. A su vez, se pudo escuchar de último ruido a su alrededor como si fuese música o gente.

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

En está sesión si me sentí molesta y a la vez frustrada, ya que, al inicio del proceso a la fecha el paciente se ha conectado 15-20 minutos tarde a la sesión, por lo que, ha perjudicado con la realización de las actividades propuestas en los planes de sesión y a la vez, a realizar el examen mental. Por otro lado, es importante mencionar que se escucha el



tecleo de que está realizando algo más, ruido a su alrededor, por lo que, no se sabe si está poniendo atención.

Firma / sello de asesora: _____