



Semestre: Segundo
Semestre

Profesora encargada:

Licda. Nathalia Jiménez

NOTA DE CAMPO # 7

Nombre del practicante: Ana Gabriela Pineda Suchini

Año que cursa: Tercero

Nº. de sesión: 7

Nombre del paciente: J.M

Fecha y hora de la sesión: sábado 17 de septiembre del 2022; hora:11:00 a 12:00pm

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

Objetivo de la sesión	<p>Fortalecer la tolerancia a la frustración, incentivar la creatividad y estimular el aprendizaje sensorial.</p> <p>Aprender a identificar emociones e identificar qué emociones está sintiendo en cada momento.</p>
Áreas trabajadas	<p>Técnica de respiración: Trabajar la forma en la que el paciente pueda reducir los síntomas de estrés por medio de técnicas de respiración consciente.</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>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 insólita o extraña, el estado de ánimo y todos los aspectos de la cognición.</p>

Método-técnica

Se recaudó información mediante el diálogo socrático, el cuál 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 le expuso acerca de una técnica de Técnica de los muñecos anti-enojo o estrés, donde se trabajó acerca de la consciencia emocional, esta actividad ayudará al paciente adquiera el mayor conocimiento de las propias emociones e identificar las de las demás personas. A su vez, con el "Diccionario de emociones", se trabajó la comunicación, expresión y de reconocer acerca de las emociones. 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 10 minutos tarde debido a que su computadora no encendía. Debido a esto, no se pudo concluir el "diccionario de las emociones". Dicho esto, esta actividad se le dejó de tarea para que la vaya realizando poco a poco.

c. En esta sesión hubo:

Avance: X Retroceso: _____ Estancamiento: _____

¿Por qué? En esta sesión se logró realizar la retroalimentación acerca del "cuadro de emociones", se pudo explicar y concluir la actividad de los "muñecos anti-enojo". Sin embargo, no se pudo concluir el "diccionario de las emociones" debido al tiempo.

d. Información significativa de la sesión:

- El paciente ingresó a la sesión virtual 10 minutos tarde, mencionó que su computadora no encendía. Después de verificar la conexión y el audio, se preguntó cómo se encontraba y se le preguntó acerca de su semana. Cabe mencionar que se habló con el paciente de la importancia de conectarse a tiempo.

- Se empezó a platicar acerca del “cuadro de las emociones”, el paciente mencionó que se le hizo fácil reconocer las emociones que experimento en los diferentes días de la semana. A la vez, se pudo observar que la mayoría de las emociones que experimentó fue: la felicidad, la tristeza, asco y miedo. Un día, experimento diferentes emociones (pinto el monstruo de tristeza y miedo).
- Por otro lado, se le indicó cuáles eran las actividades brevemente de la sesión y se comenzó por la explicación de los “muñecos anti-enojo”, los beneficios y para qué sirven. Al momento de empezar hacer los muñecos se levantaba a buscar algunos ingredientes, lo cual atrasó. Sin embargo, al terminar de realizar el muñeco, el paciente expresó que le gustó Cabe mencionar que la semana anterior se le pidió que tuviera a su alcance los materiales. Sin embargo, le gustó la actividad y mencionó que lo iba a utilizar y llevarlo a todos lados.
- En cuanto al “diccionario de las emociones”, se le explicó en qué consistía y los beneficios. Únicamente se pudo realizar 2 emociones, debido a que ya no había tiempo por la entrada tarde y que el paciente fue a buscar algunos materiales de la actividad anterior. Sin embargo, se le dijo al paciente que lo fuera llenando con imágenes y la siguiente sesión se hablaría al respecto.
- Por último, se le explicó el plan paralelo que consistía en el “diario de emociones”. está consistía en que tiene que escribir diariamente lo que experimentaba. El registro debía de contener: fecha. Situación (¿qué ha pasado), pensamiento (¿qué he pensado?), emoción (¿qué he sentido?) y conducta (¿qué hago?).

e. Observaciones conductuales del paciente:

En esta sesión se pudo realizar el examen del estado mental en los primeros 25 min. ya que, el paciente mencionó que su internet se encontraba inestable. A la vez, se le escuchaba en algunas oraciones entre cortadas. Dicho esto, se le expresó al paciente que apagará la cámara para poder hablar ya que si se observó dicha problemática. Por otro lado, con el poco tiempo de la cámara encendida, se pudo observar que el paciente se mostraba interesado y cómodo en la conversación. También, no se escuchaba triste y su estado de ánimo se encontraba feliz y tranquilo. Es decir, se encontraba relajado. Por último, al indicarle el plan paralelo, se le pregunto si tenía una pregunta y expresó que estaba todo claro, con tono de voz fuerte y seguro.

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



En esta sesión aprendí que es muy importante ir construyendo en cada una de las sesiones el *rapport* con el paciente. Es sumamente importante ya que facilita la alianza terapéutica y recaudar información. Cabe mencionar que cada día se logra recaudar algo nuevo acerca del paciente, lo cual también tiene que ver que se debe de tener paciencia. También, es interesante saber que al paciente se le facilita identificar las emociones en el “cuadro de emociones” sobre todo al momento de experimentarlo dentro de su casa. Por otro lado, en esta sesión y en la anterior puede decir que me sentí un poco frustrada debido a que se ha conectado entre 10-15 min de atraso (hablando de sesiones no es mucho), esperemos que en las siguientes sesiones se pueda conectar sin atrasos. Es importante mencionar que la tecnología me ha servido para distintas actividades “rompehielos”. Sin embargo, puede ser un poco difícil. Ya que, se me hizo difícil ya que no podía ver sus expresiones y su lenguaje corporal, únicamente escuchaba su tono de voz. Cabe mencionar que me sentí frustrada al no ver al paciente. Además de que no se conecta a tiempo para sacar el mejor provecho a la terapia.

Firma / sello de asesora: _____