

*Universidad del Sureste.*

Lic. En psicología

6° Cuatrimestre

Evaluación en Psicología clínica

Título: Retroalimentación del diagnóstico al paciente.

Catedrático:

Lourdes Yazmin Sarabia Gonzáles.

Alumno: Mauricio Tovilla de los Santos

**24 de Julio de 2020**

San Cristóbal de Las Casas Chiapas, México.

A continuación adjunto las evidencias de la entrega de mi paciente, Isaí quien para recapitular, presenta rasgos del trastorno de acumulación, en un grado leve, se le aplicaron las pruebas de inteligencia emocional y una escala de impulsividad.

En las siguientes fotos se aprecia la sesión en la cual le explico su diagnóstico. Una vez establecido el rapport correspondiente. Lo que le explico es lo siguiente.

“Pues muy bien Isaí, en base a las sesiones que hemos tenido y las pruebas que has realizado, hemos podido definir con mayor precisión las situaciones o conflictos que te aquejan y puedo decirte que varias de las situaciones o dificultades que me expresas coinciden con lo que nos plantea la teoría, lo cual nos ayuda a determinar la existencia de rasgos de acumulación, sin embargo déjame decirte que estos están presentes en un grado leve, por lo cual te felicito por preocuparte por ti mismo y venir aquí, a su vez los esfuerzos que has realizado son dignos de encomio ya que eso es lo que te ha ayudado hasta ahora para que los conflictos no se reproduzcan en otros contextos.

Por lo cual ya que tenemos identificados los conflictos será más fácil trabajar juntos en su resolución ¿te parece bien?

Okey, entonces para comenzar vamos a hacer una pequeña tarea (a continuación le explico la técnica de “detención del pensamiento”).

- **Marco teórico detención del pensamiento.**

La técnica de detención del pensamiento, también llamada bloqueo o parada de pensamiento, fue inventada por Bain en la década de 1920, y adaptada y desarrollada por Wolpe a finales del 1950. Se trata de una técnica de autocontrol efectiva para reducir o evitar pensamientos rumiativos.

La técnica de detención del pensamiento consiste en interrumpir los pensamientos rumiativos a través de una palabra asociada. En otras palabras, y según Wolpe, se entrena a la persona para que acabe excluyendo cualquier pensamiento rumiativo (indeseable o improductivo) incluso antes de su formulación.

Todo ello conduce a reducir la cadena de pensamientos que se acompañan de emociones negativas; así, las emociones negativas quedan “cortadas” antes de que puedan surgir.

#### Pensamiento rumiativo

La técnica de detención del pensamiento es un tipo de ejercicio que se aplica cuando se tienen pensamientos rumiativos (rumiación), es decir, cuando le damos vueltas a las cosas sin llegar a sacar conclusiones, solo repasando detalladamente lo que nos preocupa de forma totalmente disfuncional (ya que no obtenemos soluciones, solo “pensamos” en una especie de círculo vicioso).

En otras palabras, los pensamientos rumiativos son pensamientos no deseados que se repiten continuamente en nuestra cabeza y que llevan a sensaciones desagradables; llegan incluso a afectar nuestro estado anímico. El estilo de pensamiento rumiativo es común en algunos trastornos como la depresión.

#### **La segunda tarea a realizar es la biblioterapia.**

¿Qué es la Biblioterapia? El término biblioterapia ha sido definido por Russell y Shrodes como “un proceso de interacción dinámica entre la personalidad del lector y la literatura-una interacción que puede ser utilizado para la evaluación de la personalidad, el ajuste y el crecimiento.” En el ámbito clínico, la dinámica que promover el cambio en un paciente lector puede incluir la identificación, proyección, introyección, la catarsis, y la penetración.

Los médicos pueden utilizar la biblioterapia como una herramienta para el tratamiento del paciente, el diagnóstico médico y la prevención de las enfermedades relacionadas con la disfunción psicosocial, lo que permite una visión gradual y recíproca de las dolencias del paciente con el tiempo. La

biblioterapia puede mostrar eficacia en los niveles intelectuales, psicosociales, interpersonales, emocionales y de comportamiento.

La biblioterapia es un concepto antiguo en biblioteconomía. Los antiguos griegos sostenían que la literatura era psicológica y espiritualmente importante, solían tener un cartel sobre las puertas de la biblioteca que describen como un “lugar de curación para el alma”.

Escogí estas técnicas de intervención puesto que la primera le ayudara a mi paciente a controlar los pensamientos intrusivos que se presentan en las situaciones de su vida diaria, a su vez le permitirán identificar aquellos pensamientos recurrentes y negativos para posteriormente eliminarlos. La segunda tarea le permitirá comprender mejor su padecimiento y lograr el insight esperado.

#### **Referencias para del marco teórico.**

- **Ruiz Mitjana, L. (2020, 23 julio). Técnica de detención del pensamiento: características y uso en terapia. Recuperado 24 de julio de 2020, de <https://psicologiaymente.com/clinica/tecnica-detencion-pensamiento>.**
- **Alfonso Sanchez, Liliana M. and Francisco Colmenares Sáncho “La evolución de las necesidades de la información: la biblioterapia como novedad terapeutica.” Info: Congreso Internacional de Información vol. 5, n. (2004). pp.: <http://www.congreso-info.cu/UserFiles/File/Info/Info2004/Ponencias/057.pdf>.**

Al brindarle el diagnóstico el paciente se notaba algo nervioso, expectante a lo que sucedería en la sesión, al brindarle el diagnóstico, el paciente se notó intrigado por el tratamiento puesto que ya tenía cierta idea del diagnóstico, mientras le explique el diagnóstico trate de empatizar lo máximo posible, al terminar la sesión el paciente se notaba tranquilo y con ansias de continuar con el tratamiento, al pedirle que realice la tarea se mostró dispuesto a realizarla.

**EVIDENCIAS:**



