



**Nombre del alumno: Citlali de Belén  
Malaga Toledo**

**Nombre del profesor: Ana Estelí  
hidalgo Martínez**

**Nombre del trabajo: examen**

**Materia: supervisión de casos clínicos**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Grado: 9º**

**Grupo: A**

Comitán de Domínguez Chiapas a 13 de julio de 2020.

## **Terapia somática**

La terapia somática consiste en liberar y comprender emociones atrapadas en nuestro cuerpo a través de una conversación amorosa y compasiva, que te permite escuchar y entender cómo la vida te ha moldeado, e ir sanando y soltando los aspectos de ese moldeado que hoy ya no te sirven, sanar los nudos físicos, emocionales y psicológicos derivados de los conflictos, vivencias y experiencias no resueltas, e ir incorporando nuevas posibilidades. Lo que nos ayudara a comprender y a favorecer una correcta armonía entre cuerpo, mente y emociones. De modo que su finalidad es ayudarnos a tomar conciencia de diversos momentos que se asocian a eventos traumáticos. Así mismo tratar el cuerpo y la mente como una unidad, resulta algo difícil y complicado de lograr por lo que si no llega a resultar esto será prácticamente imposible facilitar una curación completa de la persona.

Asimismo, se aplica con efectividad en problemas de ansiedad, estrés, depresión, en las adicciones e incluso para favorecer una mejor calidad de vida en personas con dolor crónico. El objetivo de la terapia somática parte de la idea de que todo trauma, todo hecho complejo, problema o preocupación genera un impacto en el sistema nervioso autónomo. Esas emociones complejas lejos de disolverse con el tiempo, se somatizan en nuestro organismo.

## **Caso clínico**

Nombre: R.B.M

Edad: 48 años

Ocupación: Lic. En derecho

## **Impresión diagnóstica.**

Paciente que presenta altos niveles de tristeza y angustia, como podemos observar el grado de vulnerabilidad hacia la depresión bastante alto, observando rasgos de un Trastorno depresivo mayor, recidivante que afecta las esfera sociales y personales. Sus actividades cotidianas se ven afectadas con la disminución en su rendimiento, suspensión de hobbies, dieta desequilibrada y patrón de sueño insuficiente, por lo que el haber dejado de poner en práctica sus reforzadores positivos, entra en un estado de irritabilidad, llanto y desánimo, A su vez, el hecho de dejar de hacer cosas positivas, hace que la vida reforzante del cliente vaya disminuyendo y su estado emocional cada vez sea peor, con lo que también aumentará, progresivamente, el Círculo vicioso de la depresión. Provocado por la existencia de una pérdida simbólica lo que hizo que el cliente tuviera una pérdida de reforzadores significativa, con constante falta de vida reforzante, un estilo cognitivo rígido y déficit de resolución de problemas.

Al mismo tiempo, la separación de su mujer hace dos años, podría ser considerada como ruptura de una cadena conductual que apoyara la aparición de las demás

variables. Tomando en cuenta el escaso ejercicio físico, deslindando la presencia de enfermedades crónicas.

De igual manera existe cierta afección en la vida laboral y personal, y falta de apoyo por parte de familiares. Paralelamente, las características temperamentales baja tolerancia a la frustración, ansiedad, inhibición inconsistente han influido de forma negativa en la cual manifestó conflicto en las relaciones interpersonales en donde se ve reflejado al no poder relacionarse con facilidad con cualquier persona. De igual manera se observan rasgos de dependencia y desamparo al estar en constante búsqueda de su ex mujer. Por lo que a partir de la evaluación se deduce que dicha problemática se deslinda de la dinámica familiar.

## **Abordaje**

Al abordar al paciente en cuestión de los altos niveles de depresión La primera técnica de elección sería el tratamiento para la depresión, poniendo en marcha un Programa de Actividades Agradables para así tratar de “romper” ese círculo de la depresión mediante una disminución de la inhibición conductual. Siguiendo un curso de Terapia Cognitiva para rebatir aquellos pensamientos negativos automáticos que le provocaban el dolor emocional. Ya que de acuerdo a esta teoría existe una distorsión en el procesamiento de la información, tras un proceso vital como una pérdida o fracaso. Que en este caso es la separación de su esposa quien provoca esta distorsión de una visión negativa del yo, del mundo y del futuro lo que provocan sentimientos de tristeza, soledad y alta sensibilidad.

A sí mismo en este caso sería la Resolución de Problemas debido a la existencia de una clara aversión del medio ya que el cliente planteaba que necesitaba tomar una decisión respecto al tema de R, ya que su toma de decisión no estaba tan clara debido a las dudas que él tenía sobre lo que ella sentía hacia él, ejerciendo ciertas técnicas para observar la conducta de R. Así, progresivamente, su estado de ánimo iría subiendo y su vida se empezaría a estabilizar.

Así mismo explicarle y enseñarle a R.B.M técnicas y estrategias que él deberá poner en práctica de ahora en adelante para que todo lo aprendido lo pudiera emplear ante cualquier problema que le surgiera en su vida para emplear la depresión, entonces como prevención de recaídas, elaborar un listado con posibles problemas o desgracias que pudieran surgirle en su vida, cómo creía él que reaccionaría y qué tendría que hacer para superarlo, por lo que deberá estar preparado para reaccionar de una manera racional ante situaciones problemáticas futuras.

## **Sugerencias**

Se sugiere la intervención de la psicoterapia ya que es un tratamiento realizado que utiliza una serie de técnicas, para ayudar a otras personas a resolver aquellos conflictos o dificultades presentes en sus vidas que les generan malestar emocional. A si mismo trabajar con técnicas como el trabajo con la “silla vacía” para promover experiencias de cierre de asuntos inacabados, por los que la persona mantiene y revive situaciones emocionales inconclusas con otros significativos a los que ya no tiene acceso directo.