



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Kristell Eloisa Velasco Castillo

Nombre de la Materia: SUPERVISION DE CASOS CLINICOS

Nombre del profesora: María Verónica Román Campos

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 9 cuatrimestre

Formulación clínica del caso ficticio “Camila”

Motivo de consulta

Camila fue derivada al servicio psicológico universitario por presentar episodios de ansiedad, insomnio y llanto espontáneo. Ella manifiesta sentirse insuficiente, evita entregar tareas por creer que no es capaz y ha pensado en dejar la universidad, aunque no lo ha comunicado a sus padres.

Antecedentes relevantes

Camila tiene 19 años, vive con sus padres y estudia arquitectura. Refiere tener una madre exigente y perfeccionista, lo que parece haber influido significativamente en su autopercepción y exigencias personales. Aunque no se mencionan antecedentes clínicos formales, se identifican patrones de crianza y dinámicas familiares centrados en la exigencia, el perfeccionismo y la invalidación emocional. Camila ha aprendido a ocultar sus emociones por temor a parecer débil, lo que sugiere una dificultad para expresar sus necesidades emocionales y una fuerte tendencia a la autoexigencia.

Síntomas o conductas problema actuales

- Ansiedad persistente relacionada con el rendimiento académico y la autovalía.
- Insomnio, posiblemente asociado a pensamientos rumiativos.
- Llanto espontáneo y sentimientos de tristeza o desborde emocional.
- Evitación de tareas y responsabilidades académicas.
- Ideas recurrentes de abandonar la carrera.
- Tendencia a invalidar sus propios logros.
- Inhibición emocional frente a los demás por miedo a ser juzgada o parecer vulnerable.

Hipótesis explicativa del caso

Los síntomas que presenta Camila pueden explicarse como resultado de una dinámica familiar basada en la alta exigencia y la baja validación emocional, especialmente por parte de su madre. Esto ha contribuido al desarrollo de un esquema cognitivo disfuncional de autoexigencia, inseguridad y desvalorización personal. Camila ha internalizado la creencia de que su valía depende de su rendimiento, y cualquier error o debilidad representa un fracaso. Estos patrones la llevan a evitar situaciones evaluativas por miedo al fracaso, lo cual, a su vez, refuerza sus creencias de incapacidad y mantiene su malestar emocional.

Factores de mantenimiento

- Estilo de pensamiento disfuncional donde tiene pensamientos automáticos negativos (“no soy capaz”, “voy a fallar”).
- Evitación conductual (no entrega tareas ni expresa emociones, lo cual refuerza la ansiedad y el aislamiento)
- Contexto familiar exigente: mantiene expectativas elevadas, reforzando la autoexigencia y el temor a decepcionar.
- Falta de expresión emocional: incrementa el malestar al no poder compartir ni procesar lo que siente.
- Ausencia de comunicación efectiva con figuras de apoyo: mantiene en secreto sus ideas de abandonar la universidad.

Objetivos terapéuticos preliminares

- Brindar psicoeducación sobre la ansiedad, su origen y manifestaciones.
- Trabajar en la identificación y modificación de pensamientos disfuncionales, especialmente relacionados con la autoimagen y el desempeño.
- Favorecer la autoaceptación y el reconocimiento de logros reales.
- Fomentar habilidades de afrontamiento emocional y estrategias de regulación del estrés.
- Promover la expresión emocional en un entorno seguro, disminuyendo el miedo a la vulnerabilidad.
- Reforzar la autoeficacia académica mediante planificación de metas realistas y progresivas.
- Explorar y reflexionar sobre el vínculo con la figura materna, promoviendo una comprensión más flexible de la exigencia y la valía personal.