



Alumna: Maritza Yocelin Roblero Bravo

Materia: casos clínicos

Licenciatura en psicología

Profesora: María Verónica Román

- Nombre completo: Ally Hiram Arriaga Pérez
- Edad: 21 años
- Fecha de nacimiento: 11/02/2004
- Estado civil: soltero
- Religión: presbiteriano
- Ocupación: comerciante
- Número telefónico: 9622579525

MOTIVO DE CONSULTA

Adolescente que tiene dificultad persistente para dormir debido a pensamientos intrusivos y recuerdos de acciones pasadas que percibe como “cosas malas”.

FORMULACIÓN CLÍNICA

- Eso llega a afectar su funcionamiento diario (estado de ánimo, concentración, motivación).
- Se observa un cuadro de insomnio crónico
- autorreproche por hechos pasados.
- dificultad para manejar sentimientos de culpa

ANTECEDENTES RELEVANTES

- Inicio de insomnio hace varios meses
- pensamientos repetitivos sobre errores o acciones pasadas
- Inicio de consumo de drogas en la adolescencia.
- Posibles problemas familiares (comunicación)

HIPÓTESIS EXPLICATIVA DEL CASO

El insomnio del adolescente se explica por la presencia de **pensamientos intrusivos recurrentes** relacionados con experiencias o acciones pasadas que percibe como “cosas malas”. Estos recuerdos generan **sentimientos intensos de culpa, arrepentimiento y autocrítica**

FACTORES DE MANTENIMIENTO

- culpa excesiva
- Uso de sustancias como “solución rápida” para calmar ansiedad
- Pensamientos automáticos negativos

OBJETIVOS TERAPÉUTICOS

- Técnicas de relajación
- Promover y trabajar la autoaceptación y el perdón personal
- Fortalecer habilidades de afrontamiento
- Reforzar la autoestima y el auto perdón.

REFLEXIÓN SUSUPERVISIVA

Ha sido difícil mantener la neutralidad emocional cuando el paciente expresa sentimientos de culpa muy intensos.

¿Cómo establecer un límite terapéutico adecuado para contener su culpa sin minimizarla?

¿Qué técnicas de autocuidado puedo aplicar yo como terapeuta que su nivel de angustia me genere contratransferencia negativa?