



UPF
UNIVERSIDAD
PARA LA FAMILIA



MAESTRIA EN PSICOLOGIA Y CONSEJERIA FAMILIAR.

MATERIA: Trastornos Obsesivos
Compulsivos.

ALUMNO: Andrés Eguía Vega.

TEMA: 7.3 Proceso de intervención.

7.3. PROCESO DE INTERVENCIÓN:

Sesión nº1 y nº2: (inicio, comprensión del problema, pensamientos obsesivos)

- Historia clínica. Análisis funcional-cognitivo y conceptualización de problemas.
- Explicación de como funciona el problema: Ideas obsesivas-Lucha contra ellas para olvidarla-Reducción pasajera-Ideas obsesivas mas fuertes y temores asociados (pensamientos automáticos).
- Explicación de exposición, modalidad "Ampliación" (Lazarus, 1980): "Cuando le venga la idea obsesiva imagínese, en vez de evitarla, que la barriga de su novio sigue creciendo, se rompe la correa, ocupa una habitación, revienta las paredes,..ocupa el universo". Se realiza un ensayo, termina riéndose.
- Tarea para casa: Ampliación.

Textos bíblicos Aplicables:

- Romanos 12:2 — “No os conforméis a este siglo, sino transformaos por medio de la renovación de vuestro entendimiento...”
- 2 Corintios 10:5 — “Llevando cautivo todo pensamiento a la obediencia a Cristo.”
- Filipenses 4:8 — “Todo lo verdadero... en esto pensad.”

Relación: manejo de pensamientos automáticos y reestructuración cognitiva.

Sesión nº3: (culpa, catastrofismo, desdramatización)

- Refiere a encontrarse mejor con la ampliación.
- Abordamos catastrofismo y culpa por haber dejado a su pareja anterior. Utilizamos desdramatización y retribución de culpa.
- Nuevo ensayo en consulta de ampliación.
- Tareas para casa: ampliación, retribución de culpa para recuerdos pasados.

Textos bíblicos Aplicables:

- Salmos 32:5 — “Mi pecado te declararé... y tú perdonaste la maldad de mi pecado.”
- 1 Juan 1:9 — “Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar.”
- Romanos 8:1 — “Ahora, pues, ninguna condenación hay...”

Relación: liberación de culpa y reestructuración emocional.

Sesión nº4 y Sesión nº5: (mejoría, reducción de ansiedad)

- Se sigue encontrando mejor con la ampliación. Menos obsesiones.
- Menores niveles de ansiedad en autorregistros tras ampliación.

Sesión nº5:

- Idem a sesión anterior.
- Tarea para casa: ampliación en presencia del novio.

Textos bíblicos Aplicables:

- Mateo 11:28 — “Venid a mí todos los que estáis trabajados...”
- Salmos 94:19 — “En la multitud de mis pensamientos... tus consolaciones alegraban mi alma.”
- Juan 14:27 — “Mi paz os doy...”

Relación: disminución de ansiedad y fortalecimiento interno.

Sesión nº6: (ausencia / abandono momentáneo)

- No acude a la cita.

Textos bíblicos Aplicables:

- Hebreos 10:25 — “No dejando de congregarnos...”
- Proverbios 3:5-6 — “Confía en Jehová con todo tu corazón...”
- Isaías 41:10 — “No temas, porque yo estoy contigo...”

Relación: constancia en el proceso.

Sesión nº7: (recaída parcial, culpa, desaprobación)

- Refiere haberse encontrado bien con la ampliación. Pero después se incrementan las obsesiones tras ver a su novio "una papada".
- Relato de historia anterior con la otra pareja. Tema de la culpa y temor a la desaprobación. Reintroduzco retribución. T.casa=ampliación y retribución.

Textos bíblicos Aplicables:

- Proverbios 24:16 — “Porque siete veces cae el justo, y vuelve a levantarse...”
- Salmos 34:5 — “Los que miraron a él fueron alumbrados...”

- Gálatas 6:5 — “Cada uno llevará su propia carga.”

Relación: resiliencia y responsabilidad personal.

Sesión nº8: (miedo a desaprobación, imaginación racional emotiva)

- Evolución favorable.
- Preocupada con que su novio no entienda la tarea asignada. Confeccionó una carta para este rogándole su colaboración.
- Otros temas: Temor a la desaprobación (críticas de su novio por su relación anterior y de sus padres por sus salidas fuera de sus normas. Utilizamos Imaginación-Racional-Emotiva: Imaginar la escena de crítica, respuesta de ansiedad intensa, detectar cogniciones; idem de imaginar escena pero respondiendo solo con preocupación, detectar cogniciones. Distinguimos catastrofización por ser desaprobada de malestar por lo mismo (en la línea R.E.T de Ellis).
- T. casa=Ampliación, retribución e Imaginación racional emotiva. (I.R.E).

Textos bíblicos Aplicables:

- Gálatas 1:10 — “¿Busco ahora el favor de los hombres, o el de Dios?”
- Salmos 27:1 — “El Señor es mi luz... ¿de quién temeré?”
- Proverbios 29:25 — “El temor del hombre pondrá lazo...”

Relación: manejo del temor al juicio externo.

Sesión nº9 y Sesión nº10: (estabilidad, continuidad del tratamiento)

- Persiste evolución favorable.
- Idem sesión anterior.

Sesión nº10:

- Idem sesión anterior.
- Incluimos técnicas distractoras tras ampliación.

Textos bíblicos Aplicables:

- 1 Corintios 15:58 — “Estad firmes y constantes...”
- Santiago 1:4 — “La paciencia tenga su obra completa...”
- Hebreos 12:11 — “Después da fruto apacible de justicia...”

Relación: perseverancia en el proceso.

Sesión nº11 y Sesión nº12:

- Grabamos estímulos y pensamientos obsesivos para exposición en casete.
- T. casa=Obsesiones espontáneas-ampliación, preparación-exposición programada en casete. Retribución e I.R.E.

Sesión nº12:

- Idem a anterior.

Textos bíblicos Aplicables:

- Josué 1:9 — “Esfuérzate y sé valiente...”
- Salmos 56:3 — “En el día que temo, yo en ti confío.”
- 2 Timoteo 1:7 — “Dios no nos ha dado espíritu de cobardía...”

Relación: afrontamiento del miedo.

Sesión nº13: (recaída, insomnio, control de estímulos)

- Recaída. Recuerdos de cuando su novio estaba mas grueso.
- Introducción de "flecha descendente" y cuestionamiento (desde los temores catastrofistas a la Idea de seguridad absoluta/culpa).
- Aparecen insomnio de conciliación: indico control de estímulos (si tarda mas de 15 minutos en conciliar el sueño, salirse de la habitación, leer no volver hasta tener sueño).

Textos bíblicos Aplicables:

- Salmos 4:8 — “En paz me acostaré, y asimismo dormiré...”
- Mateo 6:34 — “No os afanéis por el día de mañana...”
- 1 Pedro 5:7 — “Echando toda vuestra ansiedad sobre él...”

Relación: ansiedad y descanso.

Sesión nº14 y Sesión nº15: (recaída fuerte, desesperanza, tratamiento intensivo)

- Persiste la recaída. Desesperanza respecto a la evolución de su problema. Utilizamos datos de evolución anterior. "Proceso de recaída/Intervalos mayores, ahora".

... y proceso de intervención.

- Se le prescribe Adofen 1-0-0 (apoyo).

- T. casa=Idem.

Sesión nº15:

- Persiste recaída. Frecuentes ideas obsesivas.

- Repaso técnicas cognitivas.

- Exposición encubierta. Periodos de 45 minutos mínimo. Casete.

Textos bíblicos Aplicables:

- Lamentaciones 3:22-23 — “Por la misericordia del Señor no hemos sido consumidos...”
- Romanos 5:3-4 — “La tribulación produce paciencia...”
- Salmos 42:11 — “¿Por qué te abates, oh alma mía?... espera en Dios.”

Relación: manejo de recaídas y esperanza.

Sesión nº16: (mejoría, aceptación, seguridad interna)

- Evolución favorable.

- "Soy capaz de estar cerca de mi ex-novio sin tener ansiedad".

- Abordamos Supuesto personal. Imposibilidad de seguridad total.

- T. casa=Idem. Revisión en un mes. Ha dejado la medicación.

Textos bíblicos Aplicables:

- Filipenses 4:13 — “Todo lo puedo en aquel que me fortalece.”
- Juan 16:33 — “En el mundo tendréis aflicción; pero confiad...”
- Salmos 46:1 — “Dios es nuestro refugio...”

Relación: fortalecimiento personal y afrontamiento.

Sesión nº17: (alta, autonomía, aceptación de incertidumbre)

- Evolución muy favorable. Tan solo en un mes un día experimentó un ligero malestar.

- Desea el alta. Cree poder manejar su problema.

- Repasamos posibles situaciones de riesgo (p.e ruptura de pareja), ella acepta la inseguridad como parte de la relación y la corresponsabilidad mas que la responsabilidad única. Alta.

Textos bíblicos Aplicables:

- Proverbios 16:3 — "Encomienda a Jehová tus obras..."
- Romanos 8:28 — "A los que aman a Dios, todas las cosas les ayudan a bien..."
- 2 Corintios 5:7 — "Porque por fe andamos, no por vista."

Relación: autonomía, responsabilidad y aceptación de la incertidumbre.