



CENTRO INTEGRAL DE PSICOLOGÍA APLICADA  
Universidad del Valle de Guatemala  
17 avenida 10-97 zona 15, Vista Hermosa III  
Teléfono: 2507-1524  
PBX: 2507-1500 Ext. 21364  
Correo electrónico: cipa@uvg.edu.gt  
Guatemala, Guatemala



## NOTAS DE SESIÓN INICIAL EN SERVICIOS CLÍNICOS (FRM\_PC\_05)

Nombre cliente(s): Roberto Andrés Pozuelos Rivera

Nombre psicoterapeuta/consejero(a): María José López Rodríguez

Fecha de la sesión: 11/03/2015

Estatus de entrada: Crisis ☐ Urgente ☒ Rutina ☐ Referido ☐ Otro: \_\_\_\_\_

### PARTE I: INFORMACIÓN

¿Cuál es la razón por la que el/la cliente acudió a buscar psicoterapia/consejería en este momento?

Problemas manejando el estrés y ansiedad en todas las áreas de su vida. Le está afectando en su mayoría con su pareja y en el trabajo.

¿Cómo presenta el cliente su problema? \*Rotulación (cómo le llama, cómo lo titula, cómo lo define)

Le llama ansiedad y miedo a su contexto (personas y ambientes).

¿Cómo es el estado emocional del cliente?

Desequilibrado, se muestra angustiado y sin seguridad alguna.

¿A qué factores el cliente atribuye su problema? \*Factores detonantes

Cada vez que debe hacer presentaciones o al estar en situaciones con demás personas.

¿Cuándo ocurrió este problema por primera vez?

No recuerda cuando inició, según él siempre ha sido así, pero por la posición que tiene ahora en la empresa, le ha tocado salir de su zona de confort.

¿Cuál es la historia del problema?

El paciente menciona que desde pequeño ha aprendido a esquivar situaciones en contextos sociales, presentaciones, fiestas, etc. No se ha sentido cómodo y actualmente su pareja es todo lo opuesto de él y esto lo presiona aún más. En las reuniones

de trabajo, le ha tocado exponer y al final no logra decir nada de lo que había planeado mencionar. Su jefe ya le advirtió que debe de mejorar en su comunicación y le recomendó venir a terapia. Además de “sentir nervios”, menciona que suda y su corazón empieza a palpar muy rápido y fuerte. Además, se sonroja y se le traba la lengua. No logra ser la persona que su pareja y jefe desean, y quiere dejar de vivir con pena o miedo.

¿Cómo intentó resolver esta situación anteriormente?

Fue en la adolescencia con un psiquiatra, pero no le gustó su actitud y no progresó nada. Después de eso no logró hacer nada más.

¿Qué le funcionó?

Menciona que se siente bastante relajado cuando sale a correr pero últimamente no ha logrado hacerlo, ya que se siente desmotivado con la vida.

¿Qué no le funcionó?

Ir al psiquiatra y exponerse a más situaciones similares.

¿En qué circunstancias tiende a ocurrir el problema?

Cuando se encuentra rodeado de personas y debe actuar de cierta forma.

¿Cuáles son las principales características del problema?

Síntomas de ansiedad y fobia social.

¿Qué aspectos personales condujeron al cliente a esta situación?

En su infancia recuerda haberse sentido inseguro en entornos sociales, ya que habían compañeros que se burlaban de él por su peso y apariencia.

¿Se muestra vulnerable? \*A nivel afectivo/cognitivo/conductual

Afectivo, ya que no logra aceptarse como es y actuar sobre ello.

¿Qué beneficios puede obtener el cliente de su situación actual?

Mejor control de sí mismo y mejorar su autoestima. Además, de poder controlar de otra manera las situaciones sociales.

¿Cuáles son los factores que mantienen el problema? \*Factores de mantenimiento

Su trabajo y su pareja.

¿Cuáles son las cogniciones, emociones y conductas relacionadas al problema (principales síntomas)? \*DSM-V

Síntomas físicos de ansiedad (temblor de voz, sudoración, tartamudez, sonrojarse, etc.), además de anticipar el fracaso ante todas las situaciones sociales de su vida diaria.

---

Nivel de gravedad de los síntomas (según cliente):

Grado 3: Necesita ayuda muy notable ☒ Grado 2: Necesita ayuda notable ☐ Grado 1: Necesita ayuda ☐

Cronicidad de los síntomas (según cliente):

Agudo (horas o días) ☒ Intermedio (entre uno y tres meses) ☐ Crónico (más de tres meses) ☐

Malestar subjetivo \*Cómo expresa el cliente su malestar (sentimientos de enojo, tristeza, frustración, culpabilidad, etcétera):

Su malestar lo demuestra con bastante frustración, ya que no sabe como manejarlo y mejorar.

---

Complejidad de la situación (según terapeuta/consejero(a))

- Elementos involucrados: Situaciones diarias que lo exponen y lo sacan de su zona de confort y relación con su pareja.
- 

- Áreas disfuncionales o afectadas:

Física ☐ Cognitiva ☐ Emocional ☒ Ocupacional ☒ Familiar ☒ Social ☒ Espiritual ☐ Económica ☐

- Tipo de red de apoyo:

Amplia y débil ☐ Escasa y débil ☒ Amplia y fuerte ☐ Escasa y fuerte ☐

Personas que la componen: Su pareja actual y menciona que tiene un compañero en la oficina con el cual logra

almorzar, pero aún así no intercambian mayor información. La relación con su pareja lo ha puesto aún más tenso con respecto a su ansiedad.

---

- Estadío de cambio en que actualmente se encuentra el cliente \*Etapas en la que se encuentra el cliente, con relación al cambio que necesita lograr a través del proceso psicoterapéutico/de consejería

☐ Pre-Contemplación (Poca consciencia del problema y de la necesidad de un cambio)

☐ Contemplación (Consciencia del problema y de la necesidad de un cambio, pero ausencia de compromiso con el cambio)

☒ Preparación (Compromiso con un plan de cambio y comunicación de esta decisión)

☐ Acción (Cambio activo a nivel afectivo/cognitivo/conductual)

☐ Mantenimiento (Necesidad de mantener los cambios ya logrados y aprender a afrontar recaídas)

- Nivel de motivación para el cambio: Alto ☒ Medio ☐ Bajo ☐

- Nivel de resistencia: \*Qué tanto se resiste a cambiar Alto ☐ Medio ☐ Bajo ☒

- Nivel de reactividad: \*Qué tan receptivo se muestra a la influencia del terapeuta/consejero(a)

Alto ☒ Medio ☐ Bajo ☐

- Estresores actuales: Trabajo y relación con su pareja actual.
-

## SOEP

(Subjetivo/Objetivo/Evaluación/Plan)

SUBJETIVO \*Impresión del terapeuta/consejero(a) acerca del cliente y la sesión

- Alianza terapéutica: Correcta, se logró establecer un ambiente de confianza y seguridad. Se escuchó activamente y se le dio todo el espacio para que pudiera abrirse sin ser cuestionado.
- Estado de ánimo: Inestable, muestra mucha ansiedad y frustración.
- Nivel de funcionamiento: Bajo, se muestra afectado en el área laboral, social, familiar y personal.
- Progresos del cliente: Se pudo establecer un compromiso por las sesiones a futuro.
- Transferencia: Se mostraba con timidez al inicio cómo si fuese a regañarlo como a un hijo.
- Contratrtransferencia: Ninguna.

OBJETIVO \*Contenido concreto tratado en la sesión

- Temas tratados: Motivo de consulta que giró entorno a su ansiedad y cómo le afecta en su vida.
- Experiencias relevantes: Puesto nuevo en el trabajo y pareja extrovertida.
- Cambios concretos del cliente: Ninguno.
- Otras observaciones: Menciona muchos aspectos positivos con respecto a su pareja, muestra mucha admiración ante la misma y desea provocar lo mismo en ella.

¿Qué eventos o factores impulsaron al cliente a llamar a CIPA para hacer la cita en este momento?

Su promoción en el trabajo y nueva pareja.

¿Quién le refirió a CIPA?

Su hermano que estudia en la UVG.

¿Qué espera de la psicoterapia/consejería? \*Expectativas

Cambiar su forma de vivir y convivir con las personas.

Historia médica relevante: No mostró ninguna condición médica en el pasado, solamente ansiedad desde muy pequeño.

Historia legal (demandas legales, actuales o pasadas):      Sí ☐      No ☒

- Descripción: \_\_\_\_\_

EVALUACIÓN \*Resumen del pensamiento clínico del terapeuta/consejero acerca del problema y la situación del cliente (interpretación y síntesis de OBJETIVO y SUBJETIVO y consideración de criterios DSM-V)

Roberto es un paciente con síntomas de ansiedad o fobia social, que no le permite un funcionamiento correcto en su vida diaria. Esto se debe a que interfiere con su trabajo, relaciones interpersonales (gente desconocida y pareja) y su familia.

Muestra mucha frustración ante su forma de actuar en situaciones sociales y tiene contemplado poder cambiar esto con terapia psicológica. Su experiencia pasada con el psiquiatra no obstaculizó el acercarse a tener terapia nuevamente.

Se debe evaluar que más ocurrió en su infancia para reelaborar y realizar catarsis sobre lo mismo.

PLAN \*Plan de Acción y Pronóstico

-Plan de Acción

Modalidad del servicio que necesita:    Individual ☒      Grupal ☐      Familiar ☐      Pareja ☒

Necesidad de evaluaciones adicionales (por ejemplo: evaluación psicológica, psicoeducativa, psiquiátrica, neurológica, médica, etcétera):    Sí ☒      No ☐

- Evaluaciones requeridas: Ansiedad y depresión (CDI y LSB-50).

Objetivos y estrategias del tratamiento \*Que el terapeuta/consejero(a) plantea según el cliente

Objetivo	Estrategia
1. Poder regular de mejor manera su conducta.	1. Ejercicios de respiración, técnicas de relajación progresiva, ejercicio y yoga.
2. Reelaborar situaciones estresantes del pasado, para tener mayor confianza.	2. Catarsis, interpretación y enfocarme a una terapia de apoyo.
3. Evaluar relación de pareja	3. Terapia de pareja.

--	--

Objetivos terapéuticos planteados por referencia externa:

- ❖ Persona que refiere: \_\_\_\_\_  
Objetivo terapéutico: \_\_\_\_\_
- ❖ Persona que refiere: \_\_\_\_\_  
Objetivo terapéutico: \_\_\_\_\_
- ❖ Persona que refiere: \_\_\_\_\_  
Objetivo terapéutico: \_\_\_\_\_

-Pronóstico

Con características de buen pronóstico ☒

Con características de mal pronóstico ☐

Razón del pronóstico: Se muestra muy interesado por hacer un cambio en su vida y sentirse mejor consigo mismo. Se obtuvo un buen rapport y por lo tanto se propicio un ambiente de confianza y de trabajo a futuro.

María José López Rodríguez

Nombre y Firma Profesional en formación

11/03/2015

Fecha

Licdo. González

Nombre y Firma Supervisor(a)

15/03/2015

Fecha