

“Ya No Quiero Estar Aquí” Un Caso de Sintomatología Disociativa

**Bárbara Sofía Ventosa Torres
Angélica Quiroga Garza**

Introducción

La exposición a acoso escolar puede alterar la percepción de la realidad personal cuando no se tienen suficientes recursos para procesar la experiencia.

La respuesta emocional del individuo puede ser consistente con su reacción inicial al trauma, o puede disociarse para evitar emociones dolorosas como miedo, enojo o vulnerabilidad, experimentando despersonalización y desrealización (Cavalera, 2020).



CONSULTANTE

- Roberto (Pseudónimo).
- Pesimista y negativo continuamente.
- En situaciones difíciles se disocia y se desconecta de sus emociones.
- Relación con padres y hermana es conflictiva.



Enfoque

Se optó por utilizar técnicas del enfoque breve estratégico, con la terapeuta manteniendo un rol reflexivo y directivo durante 12 sesiones semanales de 60 minutos.

Después de cuatro sesiones, Roberto reconoce su disociación y comienza a enfocarse más en el presente en casa y en la escuela a través de técnicas de grounding.



Novela del trauma



Metáfora



Se utilizó una metáfora para su visión pesimista, comparando su percepción con usar "lentes oscuros" e invitándolo a cambiarlos por "lentes cristalinos".

Conclusión



Con el uso de técnicas del enfoque estratégico, Roberto logró superar su malestar y pensamientos negativos, conectando con sus emociones.

GRACIAS