* + 1. Pruebas psicométricas

**Escala de Ansiedad de Hamilton**

| **Descripción de la prueba:** Según, (Psonríe, 2020), la Escala de Ansiedad de Hamilton es una prueba utiliizada para poder valorar el grado de ansiedad que presenta una persona. Esta prueba incluye dos clasificaciones de la ansiedad: la ansiedad somática y la ansiedad psíquica. Consta de 13 ítems, cada uno evalúa distintos grupos de síntomas que conforman la ansiedad. | | | |
| --- | --- | --- | --- |
| **Escala** | **P** | **Valoración** |
| Estado de ánimo ansioso | 3 | Grave |
| Tensión | 3 | Grave |
| Temores | 0 | Ausente |
| Insomnio | 4 | Muy grave, incapacitante |
| Intelectual (cognitivo) | 2 | Moderado |
| Estado de ánimo deprimido | 2 | Moderado |
| Síntomas somáticos generales (musculares) | 3 | Grave |
| Síntomas somáticos generales (sensoriales) | 4 | Muy grave incapacitante |
| Síntomas respiratorios | 3 | Grave |
| Síntomas gastrointestinales | 2 | Moderado |
| Síntomas genitourinarios | 1 | Leve |
| Síntomas autónomos | 3 | Grave |
| Comportamiento en la entrevista (general y fisiológico) | 0 | Ausente |
|  |  |  |

*Fuente: Elaboración propia (2022), con base a autores citados dentro de la tabla.*

**Estado de ánimo ansioso:** El estado de ánimo ansioso mide el nivel de preocupación o pensamientos recurrentes en el paciente. Además, evalúa el grado de irritabilidad, anticipación de lo peor y presencia de errores del pensamiento. La puntuación de la paciente es grave, lo que demuestra que suele tener pensamientos recurrentes de situaciones que le preocupan de forma constante. Esto se demuestra cuando la paciente comenta que ha llegado al punto de tener dificultad de realizar actividades que le gustan. Esto se debe a que sobre piensa lo que quiere hacer hasta llegar al punto que prefiere no hacerlo porque no aguanta sus propios pensamientos.

**Tensión:** La tensión hace referencia a la sensación de inquietud, a mantener un estado de alerta constante (en el cual la persona se sobresalta fácilmente), imposibilidad de relajarse, llanto fácil y temblores. S.O. presenta un nivel grave de tensión, lo cual demuestra que la paciente suele mantenerse en un estado de alerta constante con una sensación de tensión permanente.

Esto llega a ser evidenciado con las experiencias de ansiedad mencionadas por la paciente, ella comenta que llegó a presentar síntomas de ansiedad al presentar con un grupo de compañeros. Además, menciona evitar varias actividades de su día para no experimentar ansiedad. Así que, si la paciente ha llegado al nivel de evitar ciertas actividades es porque llega a presentar ansiedad de una forma constante, en la cual también se manifiesta la tensión.

**Temores:** Los temores se refieren al miedo a la oscuridad, a los desconocidos, quedarse solo, a las multitudes, los lugares públicos, etc. La calificación de la paciente fue ausente. Esto significa que la paciente no presenta temores a las distintas situaciones de la vida cotidiana. Esta afirmación puede ser evidenciada por la etapa de desarrollo en la que se encuentra la paciente. K.G. se encuentra en la adolescencia, en esta etapa suelen desaparecer los miedos que se presentan en la época más imaginativa de la infancia. Por ello, no es común que un adolescente todavía presente muchos miedos irracionales. A pesar de ello, la paciente comenta que tiene dificultad para salir con sus amigos a lugares públicos.

**Insomnio:** El insomnio se refiere a la dificultad para poder conciliar el sueño, la sensación de falta de descanso, sueño interrumpido y cansancio al despertar. La paciente muestra una puntuación muy grave y hasta incapacitante, demostrando que padece de dificultades para poder dormir. K.G. ha comentado con anterioridad que suele acostarse a dormir aproximadamente a las 4 de la mañana la mayor parte del tiempo. Llegó a tener tantos problemas para dormir que llegó a tomar pastillas pensando que le ayudarían pero al final necesitaba aumentar de dosis para poder dormirse temprano otra vez.

**Intelectual (cognitivo):** Esta área denota dificultad para poder prestar atención y guardar recuerdos en su memoria. Hace alusión más que todo a las habilidades cognitivas, así como poder mantener la atención por bastante tiempo y memorizar conceptos importantes. En esta área la paciente obtuvo un puntaje moderado. Esto señala que K.G. si llega a tener problemas para poder prestar atención y memorizar ciertas cosas pero no ha llegado a afectarla de forma significativa. Esto se puede deber justo a la tensión constante que ella menciona percibir, lo cual dificulta la concentración porque el cuerpo se mantiene alerta. También, ella comenta que ha tenido mayor diificultad para poder concentrarse desde que empezó las clases en línea, el cual es un factor importante a tomar en cuenta.

**Estado de ánimo deprimido:** Se presenta como pérdida de interés, insatisfacción con la vida y las actividades diarias, depresión, inestabilidad emocional y desesperanza. Según lo que demuestran los resultados, la paciente presenta estos síntomas de una forma moderada. Esto llega a ser evidenciado por el nivel de represión de sentimientos que sufre K.G. Ella ha comentado que no presenta desafíos ni problemas en su vida, reprimiendo lo que ella siente. Aparte de eso, ella ha pasado por la muerte de ambos abuelos (ella tuvo que cuidar de ellos) y el diagnóstico y tratamiento de cáncer de su madre, lo cual ha sido muy duro para ella.

**Síntomas somáticos generales (musculares):** Esta escala hace referencia a dolores y molestias musculares, sacudidas clónicas, dolores musculares, contracciones musculares, bruxismo (crujir de dientes) y una voz temblorosa. La paciente presenta un nivel grave en esta sección. Esto se debe a que ella menciona presentar una voz temblorosa en varias ocasiones, especialmente cuando debe de hablar de temas serios o se siente muy alterada.

**Síntomas somáticos generales (sensoriales):** Estos se presentan como zumbidos en los oídos, sensaciones de hormigueo, escalofríos, visión borrosa y debilidad. La paciente tiene una puntuación muy grave y hasta incapacitante. Esto se evidencia por los comentarios que realiza la paciente, diciendo que ella suele presentar síntomas de ansiedad constantes y se siente tensa de una forma frecuente.

**Síntomas respiratorios:** Los síntomas respiratorios hacen alusión a la sensación de opresión u obstrucción de las vías respiratorias, sensación de suspiros y disnea. Esto suele ocurrir con mayor frecuencia en los ataques de pánico o cuando la persona presenta niveles elevados de ansiedad en ese momento. La paciente obtuvo una puntuación moderada, indicando que llega a presentar estos síntomas pero con poca frecuencia. Justo ella menciona haber tenido una crisis a la hora de presentar un trabajo a un grupo de compañeros, y ella comenta tener la sensación de que no le alcanzaba el aire para poder hablar.

**Síntomas gastrointestinales:** Los síntomas gastrointestinales se derivan también de la ansiedad y se componen por: la dificultad para tragar, diarrea, gases, dolor antes y después de comer, sensación de ardor, vómitos, sensación de estómago vacío o lleno y estreñimiento. La calificación de la paciente se encuentra bajo la valoración leve. Esto significa que la paciente no suele presentar problemas gastrointestinales. Se puede llegar a tomar en cuenta que ella nunca menciona haber sufrido de ninguna molestia gastrointestinal o de salud, por el momento.

**Síntomas genitourinarios:** Se presenta como micción frecuente y urgente, amenorrea, impotencia, aparición de la rigidez y menorragia. La paciente presenta un punteo grave, pero se debe indagar más al respecto, ya que ella no ha mencionado el tema en terapia.

**Síntomas autónomos:** Se presentan como boca seca, rubor, palidez, tendencia a sudar, cefaleas de tensión y piloerección. La puntuación de la paciente se encuentra dentro del rango grave. Esto significa que la paciente experimenta la presencia de estos síntomas con cierta frecuencia. Por otro lado, ella ha comentado que suele sudar mucho en los momentos en los que se siente ansiosa, pero no menciona más detalles al respecto.

**Comportamiento en la entrevista (general y fisiológico):** Esta escala inidica la actitud y el lenguaje no verbal de la paciente durante la entrevista. Incluye nerviosismos, tics, inquietud, temblor de manos, etc. K.G. no llegó a presentar ninguna de esas características durante las sesiones de terapia, por lo que se calificó como ausente.

**Prueba de autoestima de Coopersmith**

| **Descripción de la prueba:** La prueba de autoestima de Coopersmith es una escala que consta de 58 ítems, los cuales evalúan el grado de autoestima en distintas áreas. Las áreas en las cuales se divide la prueba son autoestima general, autoestima social, autoestima escolar-académica, autoestima familiar y la escala de validez. | | | |
| --- | --- | --- | --- |
| **Escala** | **PT** | **Valoración** |
| Autoestima general | 49 | Normal |
| Autoestima social | 49 | Baja |
| Autoestima escolar/académica | 48 | Normal |
| Autoestima familar | 55 | Alta |
| Autoestima total | 50 | Normal |
| Escala de validez | 32 | Interpretable |

*Fuente: Elaboración propia (2022), con base a autores citados dentro de la tabla.*

**Autoestima general:** Se refiere al nivel de aceptación con el que la paciente valora sus conductas autodescriptivas. Además de su autoconcepto en todas las áreas de su vida, el grado de satisfacción consigo misma y los pensamientos de inutilidad o culpa que pueda llegar a tener. La puntuación de la paciente se encuentra dentro de lo normal, lo cual demuestra que conoce sus aspectos positivos pero su diálogo interno puede llegar a depender de su estado de ánimo. Esto se demuestra ya que la paciente es capaz de identificar sus caractesíticas positivas y menciona cuales son los aspectos de sí misma que más le gustan.

**Autoestima social:** Hace referencia al nivel de aceptación con el que la paciente valora sus conductas autodescriptivas con sus pares. Esta área de la autoestima describe el autoconcepto que el paciente tiene de sí mismo a la hora de interactuar con pares, una baja autoestima en esta área puede llegar a causar aislamiento y problemas de interacción con las demás personas. La calificación de la paciente se encuentra baja, lo cual demuestra que llega a tener dificultad para poder relacionarse con sus pares y no se siente completamente satisfecha consigo misma a la hora de interactuar con sus pares. K.G. comenta que en sus años de colegio sufrió de bullying, y ahora evita muchas salidas con amigos por la ansiedad que le causa planificar. Todos estos factores pueden llegar a afectar su nivel de autoestima social.

**Autoestima escolar – académica:** Esta escala corresponde al nivel de aceptación del sujeto en el ámbito escolar. Está relacionado con las calificaciones, la relación con los profesores y sus compañeros. Una persona con alta autoestima en esta área suele considerarse muy inteligente y capaz de resolver las tareas escolares. La paciente tiene una puntuación normal, lo que significa que se considera apta y capaz en el ámbito escolar. K.G. ha comentado que suele obtener buenas calificaciones en la universidad y que en el colegio era abanderada, lo cual indica que ha gozado de aceptación por parte de los demás acerca del ámbito académico.

**Autoestima familia:** Hace referencia al nivel de aceptación de la persona en el hogar. Se refiere a la comodidad que siente la persona en su casa y la percepción que cree que sus familiares tienen de ella. La autoestima familiar alta indica una buena relación con sus familiares, sensación de seguridad en su casa y aceptación de parte de su familia. La paciente obtuvo una calificación alta en esta área, lo cual significa que se siente a gusto con su familia. K.G. ha comentado que sus familiares son muy comprensible y tratan de hacer lo que pueden para ayudarla, además que la tratan con cariño.

**Autoestima Total:** Es la puntuación de nivel de autoestima que obtuvo la paciente considerando todos los aspectos que se han tomado en cuenta en la prueba. La calificación de la paciente se encuentra dentro del rango normal. Esto significa que se siente conforme con el nivel en que es aceptada en los distintos entornos, demostrando seguridad y eficacia en sus relaciones.

**Inventario Emocional BarOn ICE**

| **Descripción de la prueba:** El Inventario Emocional BarOn ICE ayuda a poder tener un mayor conocimiento del grado de inteligencia emocional en diversos aspectos del paciente. Evalúa el área interpersonal, intrapersonal, el nivel de adaptabilidad, el manejo de estrés y el estado de ánimo en general. | | | |
| --- | --- | --- | --- |
| **Escala** | **P** | **Valoración** |
| Intrapersonal | 37 | Media |
| Interpersonal | 48 | Alta |
| Adaptabilidad | 36 | Media |
| Manejo de estrés | 32 | Media |
| Estado de ánimo en general | 40 | Media |

*Fuente: Elaboración propia (2022), con base a autores citados dentro de la tabla.*

La escala intrapersonal se refiere a la madurez emocional de la persona y su capacidad para autorregular sus emociones. Esta escala hace alusión a todo lo que tenga que ver con el aspecto interno de la paciente, cómo es consigo misma. Además, tiene mucho que ver con su autoestima. El puntaje de la paciente fue de 37, lo cuál indica un puntaje dentro de la media pero levemente elevado. Esto significa que K.G. tiene cierto nivel de autoconocimiento consigo misma y puede regular sus emociones.

Basándose en el diálogo terapéutico con la paciente se puede evidenciar que, a pesar de que ella menciona haber tenido cierto avance y ahora tiene una mayor facilidad para expresarse, todavía tiene escaso autoconocimiento de sus emociones y dificultad para regularse. Ella comenta que no suele hablar acerca de sus emociones con las demás personas y muchas veces no sabe por qué se siente de la forma que se encuentra.

La escala interpersonal hace alusión a la capacidad de poder identificar las emociones experimentadas por las demás personas, especialmente basándose en sus expresiones gestuales. Además, tiene que ver con la capacidad de empatizar con los demás. Esta escala también involucra la habilidad para poder resolver conflictos con las demás personas, entiendo que las expresiones emocionales externas de las personas no siempre coinciden con sus sentimientos internos. La paciente obtuvo una puntuación elevada en esta escala. Eso significa que suele tener dificultad para poder resolver conflictos con las demás personas o poder empatizar con los demás.

La paciente ha referido que tiene dificultad para poder discutir temas serios con las demás personas. Ella comenta que cuando habla de temas serios con algún familiar o cualquier persona suele experimentar temblor de manos, sudoración, palpitaciones aceleradas y mucha ansiedad. Lo cual puede significar que, no necesariamente tiene problemas para poder empatizar con los demás, si no que se le dificulta el poder resolver conflictos con los otros.

El nivel de adaptabilidad de la paciente se relaciona con la capacidad de afrontamiento dentro de los problemas de la vida cotidiana. Incluye la habilidad para resolver problemas, tener una perspectiva realista y flexible, y poder ser efectivo en el manejo de los cambios. La paciente obtuvo una calificación de 36 en esta área, lo cual la ubica dentro del rango normal pero ligeramente elevado. Lo cual indica que K.G. tiene habilidades para afrontar problemas y maneja de forma efectiva los cambios.

En terapia, K.G. ha comentado que suele presentar niveles elevados de ansiedad, además que presenta un pensamiento rígido, el cual se puede evidenciar en las diversas pruebas aplicadas y en la culpabilidad que presenta la paciente hacia sí misma. La paciente también ha referido que suele presentar síntomas fisiológicos de ansiedad, en especial a la hora de afrontar una crisis que tenga que ver con el ámbito social. Pero, comenta presentar una mejora significativa desde que recibió terapia en la clínica UNIS el semestre pasado.

Acerca de la escala del manejo de estrés, este se refiere a la capacidad de controlar el estrés adecuadamente. Esta habilidad suele ser útil a la hora de trabajar bajo presión, controlar los impulsos y tolerar el estrés. El resultado de la prueba denota un nivel medio en la paciente. Lo cuál puede llegar a significar que presenta habilidades para manejar sus emociones durante una situación estresante y suele ser capaz de controlar sus impulsos.

Dentro de la terapia, la paciente ha comentado que tiene situaciones de crisis en las que sufre de niveles altos de ansiedad, junto con sintomatologías físicas relacionadas al estrés. Además, comenta que suele comer muy poco cuando pasa por períodos de estrés, por lo cual, la paciente si presenta dificultades para poder manejar el estrés.

Finalmente, la escala del estado de ánimo general demuestra el nivel de felicidad y optimismo en la vida de la paciente, especialmente a la hora de enfrentar situaciones complicadas. La relación del estado de ánimo con la inteligencia emocional es que este es un facilitador de la inteligencia emocional. Ya que, si se mantiene un estado de ánimo positivo, la inteligencia emocional tiene probabilidades de aumentar.

K.G. obtuvo 40 puntos dentro de esta escala, situándose dentro del promedio con una puntuación ligeramente elevada. En la terapia, la paciente suele mencionar que se considera una persona muy “alegre” y “positiva”, por lo cual, puede ser razón de que haya obtenido una puntuación media en esta escala.

Los resultados de la prueba de K.G. pueden haberse visto alterados por la represión emocional que presente. En los resultados de sus demás pruebas psicométricas y psicológicas se denota una represión de sus problemas e inconsciente. Ella ha comentado dos veces que su vida “no tiene desafíos” y que “todo le afecta de una forma positiva”.