
CASO DE CARMEN

— Celos —



CASO DE CARMEN



Presentación del caso



Datos generales:

- **Nombre:** Carmen
- **Edad:** 53 años
- **Otros:**
 - ✓ Lleva 26 años casada con su marido (30 años juntos).
 - ✓ Toda su vida gira entorno a él: amistades en común, trabajo, actividades, etc.
 - ✓ Se siente triste y desesperanzada, sin ganas de nada.

CASO DE CARMEN



Motivo de Consulta:

- Primera vez que acude al psicólogo.
- El motivo son los cambios de comportamiento que ha identificado en su marido y que le han llevado a sospechar de él (cree que hay otra persona).
- No sabe cómo gestionar esta situación.
- Su objetivo es “recuperarle”. Le gustaría que su relación de pareja fuera como antes e incluso estaría dispuesta a perdonar una posible infidelidad y seguir adelante con él si su marido “pasa página” e incluso cambia de contexto laboral (contactos, amistades, etc.), pues teme que la persona en cuestión pertenezca a ese entorno.
- Nunca han tenido una “crisis” como ésta y cree que si la deja “se moriría”, pues para ella su marido “es su vida”.

CASO DE CARMEN



Fase de Evaluación:

La evaluación se desarrolló a lo largo de 3 sesiones:

- ✓ 2 sesiones de recopilación de datos
- ✓ 1 sesión de explicación del AF, objetivos y diseño de la intervención.

Objetivos clínicos:

- Su objetivo es recuperar la relación con su marido, lo que supone una fuente de estrés y preocupación o conflicto, ya que no depende exclusivamente de ella (esto puede afectar al planteamiento y consecución de objetivos terapéuticos).

CASO DE CARMEN – Fase de Evaluación



Exposición de los datos recogidos (I):

- C. (53) y su marido (52) viven en una casa antigua de un pueblo de Toledo.
- Sus hijos (22 y 26) están estudiando y trabajando en el extranjero.
- Su marido siempre ha asumido el rol de “proveedor” (encargándose de que no les falte de nada), pero no ha sido especialmente comunicativo o afectivo. Viaja mucho por trabajo (se dedica a la venta de productos españoles en el extranjero).
- C. es quien se ha encargado del cuidado y educación de los hijos. Apenas ha trabajado (montaron un bar en su momento pero a los 4 años lo cerraron porque no ganaban dinero) y lo que ha hecho ha sido colaborar en algunos proyectos de su marido. Se dedica a las labores domésticas y a cuidar las casas y jardines de sus vecinos.
- Le gusta cocinar, cuidar su huerto y jardín, pasear con los perros y todo lo que tiene que ver con su marido (salir a dar una vuelta con él, hacer ejercicio juntos, comer o cenar con él, viajar, etc.).
- C. tiene 4 hermanos pero viven a más de 200 km. Sus padres también viven lejos y están mayores y débiles. Los hijos se van turnando para poder cuidarlos.

CASO DE CARMEN – Fase de Evaluación



Exposición de los datos recogidos (II):

- El problema empezó hace 4 meses, momento en el que comenzó a notar cambios en su marido. Al principio los atribuyó a problemas en el trabajo (estaba bastante estresado, conflictos con socios).
- ✓ No la llamaba como antes.
- ✓ Se mostraba más callado y distante.
- ✓ No la proponía ir a tantos viajes (a ella le encanta viajar con él).
- ✓ Llegaba más tarde a casa.
- ✓ Se conectaba más al WhatsApp o pasaba más tiempo en Internet.
- ✓ Apenas mantenían relaciones sexuales (pasaron de mantener 1-2 a la semana a sólo 1 vez al mes y casi por obligación).
- C. ha recurrido a comentárselo y preguntarle, pero su marido no le ha dado muchas explicaciones y ha mantenido sus comportamientos atípicos.
- Esto hace que C. esté dando vueltas al tema todo el día, sintiendo mucha angustia y desesperanza. Teme que la esté engañando, que ya no la quiera ni desee como antes, que la vaya a dejar, etc.
- Reconoce haber empezado ciertas conductas de comprobación: rebuscar entre sus cosas, mirar en su historial de búsquedas de Internet, mirar su móvil, preguntarle a dónde va o con quién está, etc.

CASO DE CARMEN – Análisis Funcional

Variables Disposicionales (I):



A. Del Entorno:

➤ Contexto cercano:

- Situaciones frecuentes en las que se encuentra sola en casa.
- Cambios observables en el comportamiento de su marido en los últimos meses.

➤ Contexto amplio:

- Vive en un pueblo donde hay poca gente y poca oferta de ocio. Es difícil entablar relaciones o realizar actividades placenteras por falta de oportunidades y/o acceso.
- La mayoría de amistades son del pueblo y comunes a su marido. Además, C. no llega a sentirse muy cómoda con ellas (no le agradan del todo como para seguir estrechando la relación, de manera que tiende a limitar los encuentros sociales o a hablar de trabajo y otros temas “triviales”). Quedan 1-2 veces al mes.

CASO DE CARMEN – Análisis Funcional



Variables Disposicionales (II):

A. Del Entorno:

➤ Contexto amplio:

- Familia alejada, con padres mayores y débiles por varias enfermedades e hijos viviendo y trabajando fuera, lo que conlleva mayor ausencia de relaciones sociales y falta de apoyo emocional. Incluso es posible que su situación vital también se haya visto desprovista de antiguas fuentes de refuerzo (los hijos ya no requieren de sus cuidados o atenciones). Esto pudiera estar generando sentimientos de soledad y/o pérdida de sensación de autoeficacia al no encargarse más del cuidado de sus hijos.
- La ausencia de un empleo la relega a actividades más solitarias (labores domésticas) o exclusivamente relacionadas con su marido (el problema es que, por el trabajo de éste, su marido viaja y pasa bastante tiempo fuera). Esto implica, además, una privación de posibles reforzadores como el dinero y la sensación de autoeficacia.

➤ Valores sociales:

- Familia adquirida con un modelo tradicional (mujer encargada de las tareas domésticas y cuidado de los hijos, mientras que el hombre encargado de proveer económicamente a la familia).
- Rol marital por parte de C. dependiente emocional y económicamente.

CASO DE CARMEN – Análisis Funcional



Variables Disposicionales (III):

B. Del Individuo:

➤ Específicas de la interacción:

- **Historia de condicionamiento de la interacción** → Ver AF (Hipótesis de origen)
- **Estado motivacional:**
 - ✓ Estado de privación afectivo y sexual (marido poco comunicativo y afectivo que además pasa mucho tiempo fuera de casa; hijos viven en el extranjero; familia de origen vive lejos; no hay amistades con alto grado de intimidad; ausencia de relaciones sexuales). Este factor podría estar afectando a su necesidad de búsqueda de cariño y seguridad marital, ya que es su fuente más importante y la única disponible en el presente.

CASO DE CARMEN – Análisis Funcional



Variables Disposicionales (IV):

B. Del Individuo:

➤ Generales:

▪ ***Del organismo:***

- ✓ En ocasiones manifiesta falta de apetito y sensación de “nudo en el estómago”.

▪ ***Historia interconductual:***

✓ Habilidades básicas:

- Baja capacidad de resolución de conflictos interpersonales.
- Estilo pasivo de comunicación (déficit de habilidades sociales): posiblemente al no tener experiencias de aprendizaje suficientes al no relacionarse con mucha gente.
- Dependiente emocional y económicamente.
- Ha sufrido decepciones previas con diversas relaciones de amistad, lo que posiblemente se deba a déficits de habilidades interpersonales también.

CASO DE CARMEN – Análisis Funcional

Variables Disposicionales (V):

B. Del Individuo:

➤ Generales:

▪ ***Historia interconductual:***

- ✓ Baja tasa de estimulación reforzante:
 - Debido a la baja disponibilidad de las actividades recreativas y a su falta de habilidades para emitir las operantes necesarias para ello.
 - Las únicas aficiones que mantiene son bastante solitarias o relacionadas con su marido.
 - Lleva desempleada años, por lo que no puede adquirir refuerzos profesionales.
 - Actualmente no se relaciona de forma íntima con ninguna de sus amistades actuales ni tampoco busca otras que cubran sus necesidades sociales y recreativas. Los posibles refuerzos sociales y ocupacionales que presumiblemente obtenía del cuidado de sus hijos tampoco están disponibles desde que viven en el extranjero.
 - Sus gustos, aficiones y motivaciones han estado siempre relacionadas tanto con el cuidado de su marido como con el de sus hijos, por lo que los cambios en esta área están influyendo en que deje de tener acceso a los distintos reforzadores. El tiempo compartido con su marido (incluidas las relaciones sexuales) ha disminuido en los últimos meses.



CASO DE CARMEN – Análisis Funcional

Variables Disposicionales (VI):

B. Del Individuo:

➤ Generales:

▪ *Historia interconductual:*

✓ Funciones de refuerzo prioritarias:

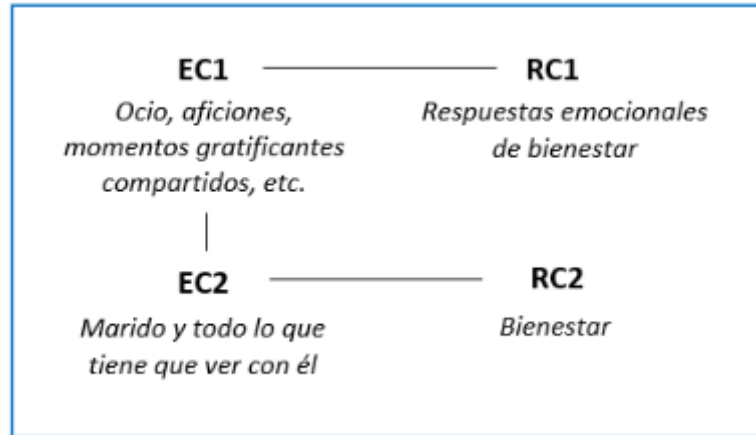
- Dada la situación de C., si bien en ocasiones accede a conductas o actividades positivamente reforzantes (pasear a los perros, cuidar el jardín, cocinar, etc.), no son tan numerosas.
- Además se ven acompañadas también de conductas o actividades mantenidas por refuerzo negativo (dada la situación de incertidumbre en la que se encuentra, está empezando a emitir cada vez más comportamientos mantenidos precisamente por el alivio del malestar consecuente).



CASO DE CARMEN – Análisis Funcional

Hipótesis de Origen (I):

- Condicionamiento apetitivo o positivo de su relación de pareja y todo lo relacionado con ella → Fuente de refuerzo principal.



CASO DE CARMEN – Análisis Funcional



Hipótesis de Origen (II):

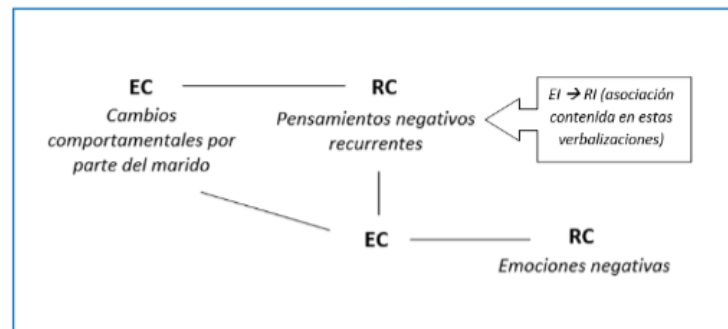
- Con el tiempo, no sólo se vuelve más reforzante, sino que acaba constituyendo la única o principal fuente de refuerzo para C. (especificidad en el refuerzo) → Mayor énfasis en las acciones que realiza o no su marido (al no disponer de otros distractores en su día a día y al considerarlo lo más importante).
- Hace 4 meses empieza a notar cambios en su marido, generando pensamientos negativos recurrentes al respecto (como interpretaciones sobre los comportamientos atípicos del marido), elicitadores de gran malestar (reacciones emocionales y fisiológicas negativas e intensas) → El temor a perder a su pareja (junto con la sensación de pérdida, abandono, separación, estado de soledad... en el que se encuentra) podría considerarse un EI que, por asociación con otros estímulos que se dan simultáneamente y con los que C. lo asocia, fomenta su condicionamiento (como son los cambios de conducta del marido). Esta asociación entre situaciones estimulares previamente neutras y el EI se lleva a cabo por mediación de verbalizaciones negativas encubiertas.

Numerosos E sustitutos

E externos (jardín, anuncio viajes, etc.)

+

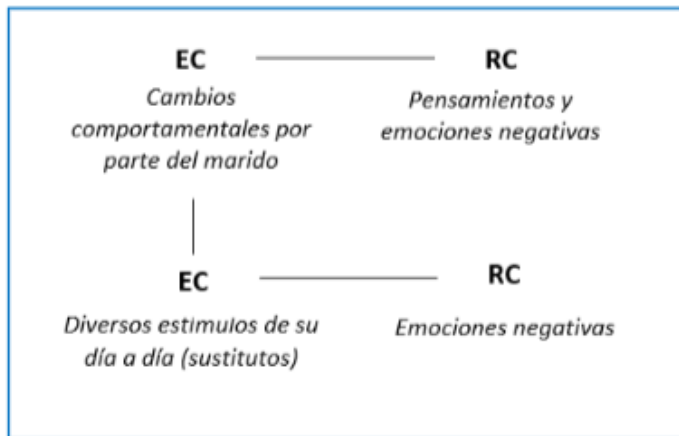
E encubiertos (recuerdos, preguntas, etc.)



CASO DE CARMEN – Análisis Funcional

Hipótesis de Origen (III):

- Estas situaciones y E asociados al tema pueden acabar elicitando emociones negativas similares sin necesidad de que medien más pensamientos negativos (condicionamiento clásico).
- Y cada vez son más las situaciones o E que se condicionan en este sentido (generalización).



CASO DE CARMEN – Análisis Funcional



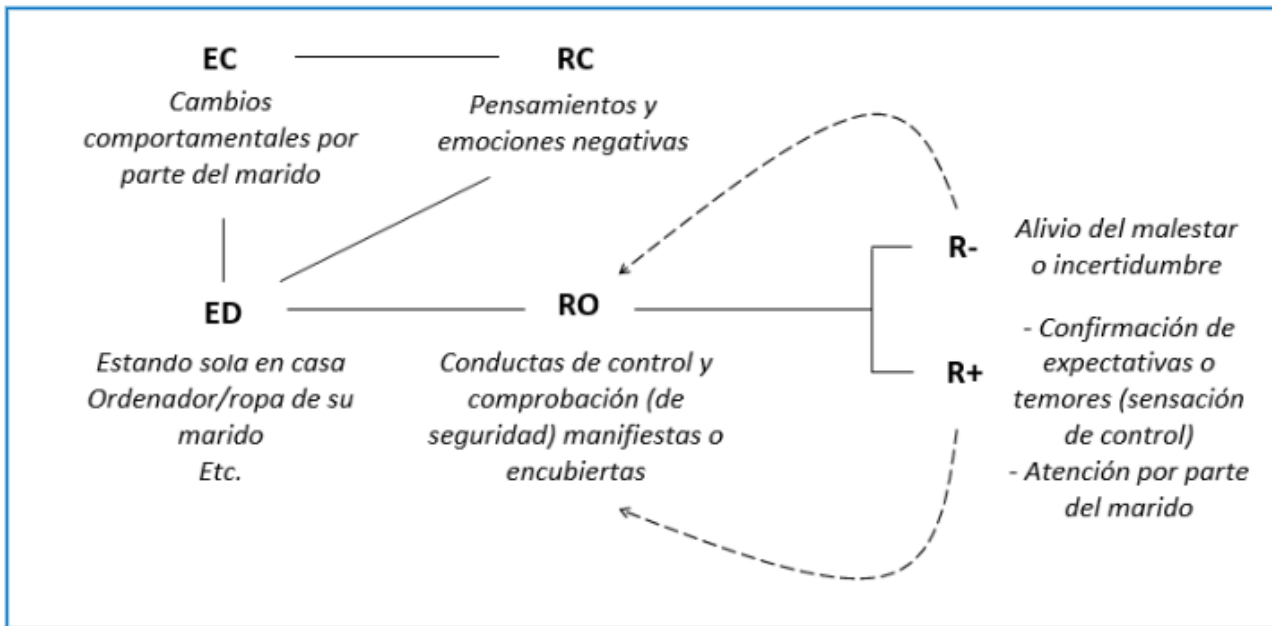
Hipótesis de Mantenimiento (I):

- Todo ello acaba discriminando conductas de control y comprobación (“de seguridad”) que se ven mantenidas por procesos de refuerzo intermitente:
 - ✓ Negativamente: al experimentar en ocasiones un alivio del malestar cuando no encuentra indicios o evidencias.
 - ✓ Positivamente: al obtener a veces alguna respuesta de su marido (por vaga que sea), pues ya supone cierta atención (tan reforzante en el momento actual), así como al creer obtener confirmación de sus temores o expectativas (obteniendo sensación de control cuando cree encontrar algo).
 - ✓ De forma encubierta: C. da vueltas al tema intentando encontrar respuestas o aclaraciones.
 - ✓ De forma manifiesta: C. lleva a cabo acciones (buscar entre las cosas del marido), pregunta, etc.

CASO DE CARMEN – Análisis Funcional



Hipótesis de Mantenimiento (II):

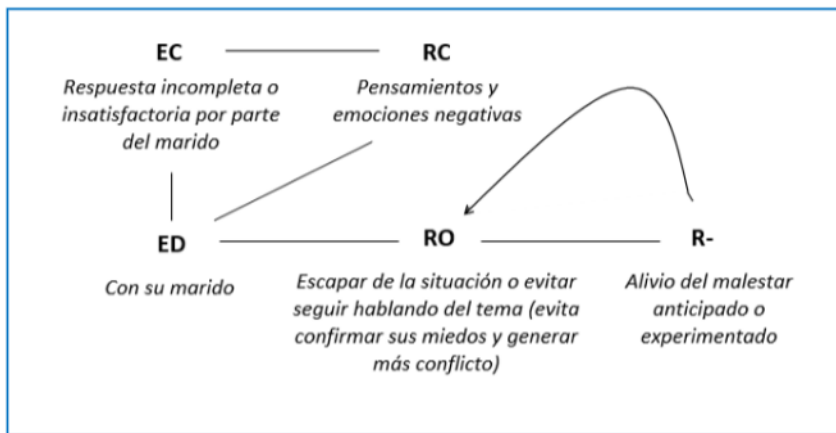


CASO DE CARMEN – Análisis Funcional



Hipótesis de Mantenimiento (III):

- Cuando C. descubre algo “sospechoso” en su marido, la primera reacción es preguntar (exponerse a la situación aversiva pero para aliviar su angustia e incertidumbre).
- Pero el hecho de evitar seguir preguntando o de callarse se ve reforzado negativamente por el alivio del malestar anticipado (no sólo por el conflicto, sino por evitar hablar más de un tema difícil para ella y que podría confirmar sus miedos).



CASO DE CARMEN – Análisis Funcional

Consecuencias a medio-largo plazo:

- C. sólo aprende a gestionar esta situación de esta manera, sin que se resuelvan o eliminen sus celos y sospechas, pues la situación se mantiene sin cambios y ella sigue intranquila.
- La condición estimular de incertidumbre no se descondiciona porque C. no llega a exponerse del todo a la misma → No hay habituación: C. escapa o evita las situaciones de malestar, produciéndose incubación (exposiciones intensas –emocionalmente, pues sale de todas las situaciones con sensación intranquila- y breves –la primera vez que intenta hablar o preguntar al marido, así como cuando realiza comprobaciones-).



CASO DE CARMEN – Intervención



Objetivos terapéuticos:

- Ajustar la demanda.
- Mejorar su estado anímico.
- Eliminar las conductas comprobatorias.
- Mejorar sus habilidades sociales.
- Mejorar sus habilidades de resolución de conflictos.

Técnicas de intervención:

- Reestructurar o reformular pensamientos irracionales.
- Aumentar la tasa y tipo de reforzadores.
- Entrenamiento en parada de pensamiento y técnicas de respiración / relajación.
- Entrenamiento en técnicas asertivas y habilidades comunicativas.