

**Entrevista semiestructurada de obsesiones y pensamientos intrusivos en TOC
(Semi-structured interview of obsessions and intrusive thoughts in
OCD)**

PARTE I

A continuación, voy a recordarte lo que en psicología llamamos pensamiento intrusivo o intrusión. Si no entiendes algo de lo que te digo o tienes alguna duda, por favor pregúntame.

Las intrusiones mentales son pensamientos, sensaciones, imágenes o impulsos molestos o desagradables que la mayoría de personas hemos tenido alguna vez. Se llaman “intrusiones” porque invaden nuestra mente en contra de nuestra voluntad, e interrumpen lo que estamos haciendo o pensando en ese momento.

En muchas ocasiones puede ser difícil controlarlas, es decir quitarlas de la mente, pararlas, o impedir que aparezcan, por mucho que nos esforcemos y lo intentemos.

Además, resultan molestas, desagradables, y en ocasiones hasta inaceptables, porque se refieren a cosas en las que no nos gusta pensar, o simplemente porque nos parecen inoportunas.

Estas intrusiones mentales se pueden experimentar como:

- **Imágenes**, es decir, como fotografías que de pronto aparecen en nuestra mente
- El **impulso** o la necesidad imperiosa y urgente de hacer o decir algo
- **Pensamientos** o como
- **Sensaciones**

*No se trata de preocupaciones a las que damos vueltas, sino de “**pensamientos, imágenes, sensaciones o impulsos intrusos**”, que aparecen de pronto en nuestra mente, como una especie de “*flashes*” breves y molestos. Por ejemplo, la típica cancioncita del verano que se te mete en la cabeza e incluso aunque no te guste, no puedes parar de cantarla mentalmente o de tararearla.*

Nos interesa saber si tú has experimentado también intrusiones mentales, y con qué frecuencia. Algunos ejemplos de pensamientos intrusos no deseados son los que has completado en las preguntas correspondientes al cuestionario llamado INPIOS (mencionar verbalmente algún ejemplo para recordarle)*

- ✓ ¿Te ha quedado claro qué son las intrusiones?
- ✓ ¿Tienes alguna pregunta?
- ✓ ¿Quieres que empecemos la entrevista?

Según la descripción que te acabo de dar de lo que es una intrusión ¿Crees que has tenido EN LOS ÚLTIMOS 3 MESES o tienes alguna actualmente? SI NO

*Si la respuesta es que sí, ¿podrías describirme **LA MÁS MOLESTA** que has tenido?*

ANOTAR OBSESIÓN:

El entrevistador mira si coincide con alguna de las más frecuentes de la entrevista clínica y de la 1ª parte del INPIOS (<https://doi.org/10.1037/t23131-000>).

Si son diferentes: *Veo que la más frecuente era (leer la intrusión que indicó con mayor frecuencia), ahora me has indicado (leer la intrusión que acaba de describir, que es otra distinta) ¿cuál dirías que te molesta más cuando la tienes y por qué?*

ANOTAR AQUÍ:

Esta intrusión se ha convertido en muy frecuente y molesta, le solemos denominar intrusión obsesiva u obsesión

Ahora querría que me indicaras algún pensamiento intruso que has experimentado pero que no se ha convertido en una obsesión. Acudir al listado del INPIOS para ayudarlo. Frecuencia de entre 1 (una o dos veces en mi vida) y 3 (una o dos veces al mes)

Anotar la INTRUSIÓN

PARTE II. DESCRIPCIÓN CONTEXTO OBSESIÓN MÁS MOLESTA/ INTRUSIÓN

Esta parte se repite en dos ocasiones, una para la OBSESIÓN MÁS MOLESTA y otra para la INTRUSIÓN.

*Ahora voy a hacerte algunas preguntas sobre tus obsesiones, ciñéndome al que hemos definido como la **OBSESIÓN MÁS MOLESTA/ INTRUSIÓN***

CONTENIDO

La obsesión que has mencionado como la más molesta/intrusión (leemos textualmente la escogida)

¿Por qué te resulta más molesta que el resto?

Anotar contenido:

Como hemos comentado antes, la obsesión puede aparecer en forma de pensamiento (frase o palabras) imagen, impulso o sensación

¿Cómo dirías que se manifiesta la tuya?

_____ pensamiento (frase o palabras) _____ imagen, _____ impulso _____ sensación

¿Lo hace siempre de la misma forma o varía según el momento?

Dirías que la frecuencia con la que se presenta es:

- 1. RARA VEZ:** “He tenido este pensamiento **una o dos veces en toda mi vida**”
- 2. OCASIONALMENTE:** “He tenido este pensamiento **algunas veces al año**”
- 3. A VECES:** “Tengo este pensamiento **una o dos veces al mes**”
- 4. A MENUDO:** “Tengo el pensamiento **una o dos veces por semana**”

5. MUY A MENUDO: “Lo pienso *a diario*”

6. SIEMPRE: “Pienso en esto frecuentemente, durante todo el día”

NARRACIONES TOC

Ahora me gustaría que intentaras describir brevemente qué tipo de cosas te dices a ti mismo para darle credibilidad a tu obsesión/intrusión. Aunque sabes que el contenido de la obsesión/intrusión no es cierto, a veces empleamos ciertos argumentos que nos hacen dudar, que hacen que en determinados momentos la obsesión/intrusión parezca cierta, aunque racionalmente sabemos que no es así ¿sabrías decirme cuáles son esos argumentos, que en el momento en que tienes la obsesión parecen razonables?

Entrevistador anota argumentos TOC:

CONTEXTO-*Por favor, piensa en la **PRIMERA VEZ** que te vino a la cabeza esa obsesión/intrusión.*

¿Cuándo fue?

¿Dónde estabas?

¿Qué estabas haciendo?:

¿Cuál dirías que era tu estado de ánimo?

¿En qué otros lugares y/o momentos se da la obsesión/intrusión?

¿Podrías recordar si coincidió la intrusión con algún evento en tu vida en aquel momento?

¿Dirías que en aquel momento tu nivel de estrés era alto o normal?

Por tanto, ¿consideras que hubo algún tipo de estímulo desencadenante que provocó que pensaras eso?

___ SI Si responde sí: ¿cuál?

___ NO Si responde NO: ¿Crees que no encontrar un estímulo externo que justifique la aparición de ese pensamiento, convierte a éste en más preocupante?

1. Nada en absoluto 2. Un poco de acuerdo 3. Bastante de acuerdo 4. Muy de acuerdo

- Si respondiste la anterior...¿Qué te preocupa más ¿que el contenido vaya en contra de tus principios, valores...de cómo tú eres o el hecho de que el pensamiento haya aparecido "de la nada", es decir, sin ningún estímulo externo que justifique su aparición?

CONTEXTO

Por favor, piensa en la ÚLTIMA VEZ que te vino a la cabeza esa obsesión/intrusión. (leer la obsesión/intrusión si pensamos que puede no acordarse) (Anotar exactamente cuándo fue, qué estaba haciendo, el contexto, averiguar si asociado al contenido)

¿Cuándo fue? (anotar fecha) Anotar número de meses que hace desde fecha actual: _____

¿Dónde estabas? Especificar

¿Recuerdas qué estabas haciendo? ¿podrías describírmelo? (anotar)

¿Cuál dirías que era tu estado de ánimo?

¿En qué otros lugares y/o momentos se da la obsesión/intrusión?

¿En qué forma te vino?

_____ pensamiento (frase o palabras) _____ imagen _____ impulso _____ sensación (justright)

¿Por qué crees que sigues teniendo esta obsesión/intrusión?

¿Consideras que hubo algún tipo de estímulo desencadenante que provocó que pensaras eso?

_____ SI Si responde sí: ¿cuál?

_____ NO Si responde NO: ¿Crees que no encontrar un estímulo externo que justifique la aparición de ese pensamiento, convierte a éste en más preocupante?

PARTE III- VALORACIONES, RAZONAMIENTO INFERENCIAL Y SELF

A continuación, voy a hacerte una serie de preguntas sobre tu obsesión/intrusión (leer con sus propias palabras la intrusión o la obsesión)

Te voy a dar una serie de alternativas de respuesta y tienes que indicar la opción que más se ajuste a tu situación, en una escala de 0 a 4.

SELF Y EGODISTONÍA, estrategias	
<p><i>1-¿Dirías que este pensamiento es consistente o coherente con tu forma de ser?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente en desacuerdo 2. Algo en desacuerdo 3. De acuerdo 4. Bastante de acuerdo 5. Completamente de acuerdo <p><i>¿En qué sentido? Recoger textualmente</i></p>	<p><i>2-¿Crees que el pensamiento representa una parte de ti que hasta ahora estaba escondida o tus deseos ocultos?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente en desacuerdo 2. Algo en desacuerdo 3. De acuerdo 4. Bastante de acuerdo 5. Completamente de acuerdo <p><i>¿Cuál? Recoger textualmente</i></p>
<p><i>3. ¿En qué medida temes hacer algo que convierta ese pensamiento en realidad?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nada 2. Un poco 3. Algo 4. Bastante 5. Completamente <p><i>¿Qué es lo que temes concretamente?</i></p>	<p><i>4- ¿Crees que las compulsiones impiden que se manifieste una parte negativa o “mala” (que no te gusta) de ti mismo?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente en desacuerdo 2. Algo en desacuerdo 3. De acuerdo 4. Bastante de acuerdo 5. Completamente de acuerdo
<p><i>5.En qué medida crees que tus compulsiones/acciones (las cosas que haces para sentirte mejor cuando tienes obsesiones/intrusiones o para evitar que ocurra aquello que temes. Por ejemplo, realizar alguna comprobación, o repasar</i></p>	<p><i>6.Crees que tus compulsiones se centran más en modificar algo del ambiente (motoras, por ejemplo comprobar algo) o se centran más en cambiar tu pensamiento intrusivo/obsesión (cognitivas, por ejemplo, analizar mentalmente algo)?</i></p>

<p>mentalmente lo que ha ocurrido) <i>tienen una relación LÓGICA con tu obsesión?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente relacionadas 2. Algo relacionadas 3. Un poco relacionadas 4. Algo relacionadas 5. En absoluto relacionadas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se centran en cambiar algo del contexto 2. Se centran en cambiar lo que pienso 3. Se centran en cambios en ambos <p>Poner ejemplo:</p>
--	---

EMOCIONES, VALORACIONES	
<p>7. <i>¿Cómo es de MOLESTO ese pensamiento?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No es nada molesta 2. Es algo molesta 3. Es molesta 4. Es muy molesta 5. Es extremadamente molesta. 	<p>8. <i>¿Hasta qué punto te sientes ANSIOSO o NERVIOSO cuando tienes ese pensamiento?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No me siento ansioso o nervioso 2. Me siento algo ansioso o nervioso 3. Me siento ansioso o nervioso 4. Me siento muy ansioso o muy nervioso 5. Me siento extremadamente ansioso o nervioso
<p>9. <i>¿Hasta qué punto te sientes TRISTE cuando tienes ese pensamiento?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No me siento triste 2. Me siento algo triste 3. Me siento triste 4. Me siento muy triste 5. Me siento extremadamente triste 	<p>10. <i>¿En qué medida te sientes CULPABLE cuando tienes el pensamiento?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No me siento nada culpable 2. Me siento algo culpable 3. Me siento culpable 4. Me siento muy culpable 5. Me siento extremadamente culpable.
<p>11. <i>¿Sientes ASCO cuando tienes ese pensamiento?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nada 2. Un poco 3. Algo 4. Bastante 5. Mucho 	<p>12. <i>¿Te sientes AVERGONZADO cuando tienes ese pensamiento?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No me siento avergonzado 2. Me siento algo avergonzado 3. Me siento avergonzado 4. Me siento muy avergonzado 5. Me siento extremadamente avergonzado
<p>13. <i>¿Hasta qué punto te resulta DIFÍCIL CONTROLAR el pensamiento o DEJAR DE PENSAR en él?</i></p>	<p>14. <i>¿En qué medida CONSIGUES CONTROLAR el pensamiento, o DEJAR DE PENSAR en él?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No lo consigo en absoluto

<ol style="list-style-type: none"> 1. No es difícil controlarla o dejar de pensar en ella 2. Es algo difícil controlarla o dejar de pensar en ella 3. Es difícil controlarla o dejar de pensar en ella 4. Es muy difícil controlarla o dejar de pensar en ella 5. Es extremadamente difícil controlarla o dejar de pensar en ella 	<ol style="list-style-type: none"> 2. Lo consigo un poco 3. Lo consigo 4. Lo consigo mucho 5. Lo consigo del todo
<p>15. <i>¿Hasta qué punto la intrusión INTERRUMPE tu concentración</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No interrumpe mi concentración 2. Interrumpe un poco mi concentración 3. Interrumpe mi concentración 4. Interrumpe mucho mi concentración 5. Interrumpe completamente mi concentración 	<p>16. <i>¿En qué medida es IMPORTANTE para ti el pensamiento?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No es en absoluto importante para mí 2. Es algo importante para mí 3. Es importante para mí 4. Es muy importante para mí 5. Es extremadamente importante para mí
<p>17. <i>¿Crees que TENER ESA INTRUSIÓN equivale moralmente a llevar a cabo el contenido de ese pensamiento?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En absoluto 2. En desacuerdo 3. Algo de acuerdo 4. De acuerdo 5. Totalmente de acuerdo 	<p>18. <i>¿Cómo de PROBABLE ves que pueda darse la intrusión/obsesión?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Es muy probable 2. Bastante probable 3. Poco probable 4. Posible 5. Imposible
<p>19. <i>¿En qué medida crees que si lo piensas es más probable que ocurra o que sea cierta la intrusión?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No creo que por tener la intrusión puedan suceder más fácilmente cosas negativas 2. A veces creo que por tener la intrusión, es más fácil que sucedan cosas negativas 3. A menudo creo que por tener la intrusión es mucho más probable que sucedan cosas negativas 	<p>20. <i>Cuando tienes el pensamiento, ¿En qué medida te sientes RESPONSABLE de prevenir cualquier consecuencia negativa relacionada con el pensamiento?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No me siento responsable 2. Me siento un poco responsable 3. Me siento responsable 4. Me siento muy responsable 5. Me siento extremadamente responsable

<p>4. Creo que es muy probable que sucedan cosas negativas por tener la intrusión</p> <p>5. Estoy convencido de que por tener la intrusión ocurrirán cosas negativas</p>	<p><i>¿Qué temes que ocurra?</i> (asegurar que entiende correctamente)</p>
<p>21. Cuando tienes el pensamiento ¿hasta qué punto es IMPORTANTE para ti CONTROLARLO, o DEJAR DE PENSAR en él?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No es importante para mí controlarla 2. Es algo importante para mi controlarla 3. Es importante para mi controlarla 4. Es muy importante para mi controlarla 5. Es extremadamente importante para mi controlarla 	<p>22. Cuando tienes el pensamiento ¿TIENDES A PONERTE EN LO PEOR respecto a las consecuencias de la obsesión/intrusión?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No pienso que pudieran suceder cosas malas 2. Pienso un poco en que podrían suceder cosas malas 3. Pienso que podrían suceder cosas malas 4. Pienso en un montón de cosas malas que podrían suceder 5. No puedo dejar de pensar en las cosas malas que pueden suceder

23. Cuando tienes el pensamiento ¿hasta qué punto eso hace que te sientas **INSEGURO**, O te plantea **DUDAS SOBRE TI MISMO** o sobre las circunstancias de la vida

1. No hace que me sienta inseguro ni tener dudas
2. Hace que me sienta un poco inseguro o con algunas dudas
3. Me siento inseguro o con dudas
4. Hace que me sienta muy inseguro o me plantea muchas dudas
5. Hace que me sienta extremadamente inseguro o me hace dudar continuamente

CONFUSIÓN INFERENCIAL.

Las dudas son todas aquellas cosas que “podrían ser”, pensamientos sobre personas/situaciones/cosas que, en cierta medida, creemos que pueden ser posibles. Estas dudas no surgen de la nada sino que existe cierta lógica o razonamiento detrás de ellas que nos lleva a plantearlas y a darles cierta credibilidad. Esto se da incluso en las dudas que a veces parecen irracionales o ilógicas, como es el caso del TOC.

Con las siguientes preguntas querría analizar el razonamiento que utilizas para tratar tu obsesión

<p>24. <i>Los argumentos de tu pensamiento se basan en :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lo imposible 2. Cosas posibles 3. Cosas probables 4. Cosas muy probables 5. Cosas reales 	<p>25. <i>¿Hay algo en tu aquí y ahora que justifique que tengas la obsesión?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nada 2. Un poco 3. Algo 4. Bastante 5. Completamente <p>Anotar en qué sentido:</p>
<p>26. <i>Los argumentos que utilizas para dar credibilidad al pensamiento ¿reflejan la situación que vives actualmente, tu realidad?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nada 2. Un poco 3. Algo 4. Bastante 5. Completamente <p>Anotar en qué sentido:</p>	

Citar como:

Llorens-Aguilar, S. (2020). Contexto, sí mismo y narrativas en el trastorno obsesivo-compulsivo: cuando lo que podría ser importa más que lo que es. Tesis Doctoral. Universitat de València.

<https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/74905/TESIS.pdf?sequence=1>

Contacto: sllorens@cop.es; gemma.garcia@uv.es

Publicaciones: Llorens-Aguilar, S., Arnáez, S., Aardema, F., García-Soriano, G., 2021. The relationship between obsessions and the self: Feared and actual self-descriptions in a clinical obsessive-compulsive disorder sample. Clin. Psychol. Psychother.

<https://doi.org/10.1002/PPP.2656>

Llorens-Aguilar, S., García-Soriano, G., Arnáez, S., Aardema, F., O'Connor, K., 2020. Is context a crucial factor in distinguishing between intrusions and obsessions in patients with obsessive-compulsive disorder? J. Clin. Psychol. 77, 1–14.

<https://doi.org/10.1002/jclp.23060>

Notas.

*García-Soriano, G. (2008). Obsessional Intrusive Thoughts Inventory (INPIOS). Retrieved from PsycTESTS, <https://doi.org/10.1037/t23131-000>