

Cuaderno de observación relacional

Una ficha breve para describir el ciclo, mantener abierta la hipótesis y preparar una conversación de supervisión.

El ciclo que observamos

En sesión, el cliente y el profesional responden uno al otro. Registra la secuencia antes de decidir qué significa.

1	CLIENTE Qué dijo, pidió, hizo o evitó
2	PROFESIONAL Que empezó a sentir
3	IMPULSO Qué ganas de actuar aparecieron
4	RESPUESTA Qué hizo el profesional
5	EFFECTO Qué hizo el cliente después

Qué estamos haciendo juntos que quizá mantiene aquello que queremos cambiar?

Tres cuidados al usar la ficha

Describe hechos antes de interpretar. La reacción del profesional puede orientar una pregunta, pero no prueba lo que pretende el cliente. Escribe una hipótesis y una alternativa; lleva las dudas de alcance, seguridad o límites a consulta y supervisión.

Registra una secuencia

Usa una escena ficticia o una situación anonimizada que puedas compartir dentro del encuadre correspondiente. No escribas nombres ni detalles identificativos.

1 CLIENTE

Qué dijo, pidió, hizo o evitó?

2 PROFESIONAL

Que sentí en ese momento?

3 IMPULSO

Qué ganas de actuar aparecieron?

4 RESPUESTA

Que hice concretamente?

5 EFECTO

Qué hizo el cliente después?

Hipótesis provisional

Que patrón podría estar apareciendo? Qué observaciones apoyan esa lectura?

Una explicación alternativa

Qué otra lectura podría explicar la misma secuencia?

Prepara la conversación de supervisión

Lleva la secuencia para pensarla con otra persona. El objetivo no es demostrar una etiqueta correcta, sino revisar como se construyó el ciclo y qué movimiento es proporcionado.

Qué quiero comprender?	Qué pregunta quiero llevar?
Que observé y qué supuse?	Qué hizo mi respuesta posible o más difícil?

Antes de cerrar, revisa

☐ He distinguido lo observable de mi interpretación.
☐ He incluido lo que sentí, el impulso y mi respuesta.
☐ He considerado una explicación alternativa.
☐ He pensado como contrastar la hipótesis sin culpar ni presionar.
☐ He comprobado si el encuadre, la seguridad o mis límites requieren consulta.

Siguiente paso que voy a observar

Qué pregunta o acción revisaré después de la supervisión?

Esta ficha es un recurso educativo de reflexión. No sustituye el sistema de registro profesional, los protocolos de seguridad ni la supervisión que correspondan al contexto.