Una agenda, dos versiones

Cuaderno educativo | Constructos de Psicología | Versión 1.0 | 17 noviembre 2026

Escena ficticia

Elena tiene pendiente hablar de su organización semanal. Al llegar quiere aclarar una expresión de la sesión anterior. No se describe un diagnóstico ni una urgencia.

Versión A

«Ya tenemos el orden: primero revisamos la semana y luego vemos lo demás».

Versión B

«Tenía pendiente la organización de la semana. Dices que hay una expresión que quieres aclarar; ¿qué necesitas entender antes de decidir por dónde empezamos?».

Alcance

Comparar lo dicho, no diseñar terapia. No se usan casos personales ni se califica a un profesional. Las frases son originales, no transcripciones.

Qué aparece en cada versión

A: qué orden se anuncia y quién lo presenta

_____

_____

B: qué tema anterior se reconoce

_____

_____

B: qué espacio se abre para Elena

_____

_____

Qué respuesta todavía no aparece

_____

_____

No confundas una invitación a aclarar con una decisión ya tomada. Usa sólo información del fragmento.

Aclarar no es aceptar

Añadimos una frase inventada de Elena: «Quiero saber qué quisiste decir con trabajo entre sesiones». No hay más conversación.

Qué información nueva añade Elena

_____

_____

Qué no permite afirmar sobre su aceptación

_____

_____

Qué decisión sigue pendiente

_____

_____

No completes un plan clínico ni propongas actividades terapéuticas. La tarea termina al identificar el límite de información.

Comentario de lectura

Comparación

A anuncia un orden como decidido. B reconoce el tema anterior y solicita una aclaración antes de decidir. Ninguna versión demuestra qué se acordó después ni qué resultado tuvo la atención.

La nueva frase

Elena pide comprender una expresión. No consta que acepte o rechace una actividad. Una solicitud de explicación no debe convertirse en un compromiso que la escena no registra.

Fuentes conceptuales

ABCT describe estructura flexible y agenda conjunta. Beck Institute subraya colaboración y adaptación. Las categorías de este cuaderno y los diálogos son propios.

https://www.abct.org/get-help/what-to-expect-from-cognitive-behavioral-therapies/

https://beckinstitute.org/about/understanding-cbt/

Material original con asistencia de IA. Sin puntuación, validación clínica ni instrucciones de tratamiento. Consulta: 17 noviembre 2026.