Valores y metas en una ficción

Cuaderno original · v1.0 · Constructos de Psicología · 18/11/2026

Compara las frases de Leo. No escribas tus valores, síntomas o decisiones personales. La actividad no es terapia.

Dos enunciados

A: «Quiero montar una cámara estenopeica antes del domingo». B: «Me interesa aprender fotografía con curiosidad».

1. ¿Cuál permite identificar un resultado y un plazo?

_____

_____

_____

2. ¿Cuál describe una manera de abordar una actividad?

_____

_____

_____

La cámara es un elemento narrativo. No hay instrucciones de fabricación o uso.

Después del sábado

En la primera continuación, Leo termina el montaje el sábado. Anota «Cámara montada» y después «Curiosidad terminada».

3. ¿Qué anotación corresponde al resultado narrado?

_____

_____

_____

4. Explica la confusión de la segunda anotación.

_____

_____

_____

Una obligación añadida

Otro personaje afirma que Leo debe exponer sus fotos o no le importa aprender. Leo nunca expresó esa meta.

5. ¿Qué resultado introduce el otro personaje?

_____

_____

_____

No hay que elegir un nuevo proyecto para Leo ni decidir qué debería valorar.

Si la meta queda pendiente

En una versión alternativa, la cámara no está terminada el domingo. El relato no explica el motivo ni describe cómo transcurrió el montaje.

6. ¿Qué conclusión sí permite esa información?

_____

_____

_____

7. ¿Qué no permite concluir sobre la curiosidad de Leo?

_____

_____

_____

Comparar sin puntuar

No se asigna una nota de compromiso, autenticidad o salud mental. Se identifica qué dato aporta cada versión.

8. Escribe una frase que conserve el resultado pendiente sin juzgar toda la persona.

_____

_____

_____

No se aplica la actividad a proyectos reales ni se programa una intervención.

Comentarios de lectura

Frases iniciales

1–2. A tiene resultado y plazo. B expresa una manera elegida de abordar el aprendizaje. No se verifica como la entrega de un objeto.

Continuación y variante

3–5. «Cámara montada» corresponde al relato. La curiosidad no se da por terminada con el montaje. Exponer fotos es una meta añadida por otro personaje, no expresada por Leo.

6–8. La variante permite decir que el montaje sigue pendiente. No describe la manera de trabajar ni demuestra desinterés. Una nota posible: «La cámara no está terminada; el relato no aporta información suficiente para valorar cómo abordó Leo el aprendizaje».

Fuente y alcance

ACBS, The Six Core Processes of ACT, apartados Values y Committed Action.
https://contextualscience.org/six_core_processes_act

Lectura conceptual focal. Caso y cuaderno originales, sin validación clínica ni técnicas experienciales. Asistencia de IA; revisión humana editorial pendiente.