

## 1. INTERACCION INICIAL

- ❖ *Observar las características de la persona (puntualidad, arreglo personal, movimientos, estado general, cooperación, etc.).*
- ❖ *Si es necesario, inclusión de preguntas de exploración inicial (orientación temporo-espacial, mantenimiento de la atención, memoria etc.).*

## 2. DELIMITACION DE LOS PROBLEMAS

- ❖ *¿Cuál es el problema por el cual, acude a consulta?*
- ❖ *En la actualidad ¿hay alguna otra situación en su vida que le cause conflicto o preocupación? (Repasar ámbitos principales: familia, trabajo, ocio, etc. Buscar sucesos vitales estresantes en los últimos doce-seis meses) (Lista de problemas).*
- ❖ *De todos los problemas que me ha contado, ¿cuál considera usted más importante o urgente? (Lista de problemas, a ordenar).*

## 3. ANÁLISIS DE SECUENCIAS ACTUALES

*(Comenzar por el problema más importante de los mencionados por la persona. Las preguntas pueden repetirse por cada problema o puede optarse por dejar algunos para entrevistas posteriores).*

- ❖ *¿Puede describir con exactitud todo lo que ocurre en esas ocasiones?  
Cuénteme, como en una película, la última vez que le ha sucedido o se ha sentido de este modo.*
- ❖ *¿En qué situaciones o momentos aparece el problema?  
¿Qué personas están presentes y que están haciendo? ¿Qué está usted haciendo o pensando justo antes de empezar el problema? ¿Qué siente en esos momentos previos al problema?*

## 4. HISTORIA CLÍNICA

- ❖ *¿Cuando le ocurrió el problema por primera vez? ¿Se lo ha contado a alguien o ha buscado ayuda profesional?*
- ❖ *Intente recordar aquella primera ocasión, ¿podría describirla como hemos hecho con la más reciente, como en una película? (Primera secuencia).*
- ❖ *Hábleme un poco de aquella época, ¿Qué hacía usted por aquel entonces? (Recordar ámbitos principales y buscar sucesos vitales estresantes de aquella época).*
- ❖ *Desde entonces, ¿podría decir que el problema ha mejorado o ha empeorado? (Analizar cada periodo de mejoría o recaída, atender a los posibles ciclos, buscar relaciones con procesos vitales estresantes, analizar los posibles efectos de tratamientos anteriores, etc.).*
- ❖ *Intente recordar la ocasión en la que el problema fue peor, mas grave, cuando se sintió peor... ¿puede describirlo como en una película?*
- ❖ *Intente también describir algunas de las situaciones más leves (El problema debe aparecer, pero de forma muy leve).*
- ❖ *¿Han existido ocasiones excepcionales en las que el problema ha aparecido con*

*alguna particularidad o de forma diferente?*

- ❖ *¿Cómo es la situación actual en relación a las anteriores (Intensidad, frecuencia, duración)?*

## **5. SITUACIÓN VITAL ACTUAL**

- ❖ *Con relación a su situación actual, ¿Cómo es su vida en la actualidad? (Trabajo, estudios, vida familiar, amigos, ocio, vida sexual, sueño, drogas, etc.) (Búsqueda de problemas psicosociales y ambientales que puedan incidir en el problema).*
- ❖ *¿Tiene usted algún problema de salud? ¿Está en tratamiento médico o toma medicamentos para algo?*

## **6. IMPORTANCIA DEL PROBLEMA**

- ❖ *¿Hasta qué punto está afectando este problema en su vida? (Recordar ámbitos principales y explorar las secuencias del problema, como alcohol, drogas e ideas suicidas).*
- ❖ *¿Se lo ha contado a alguien? ¿A quién? (si no se lo ha contado a nadie ¿Por qué no? (Ver apoyo social).*
- ❖ *¿Cómo han tomado el problema las personas más cercanas a usted? (Ver apoyo social).*

## **7. ANALISIS DE PROBLEMAS**

- ❖ *¿Cuántas veces le ocurre este problema al día, a la semana, etc....? ¿Cómo es la situación actual en relación a las anteriores (intensidad, frecuencia, duración)? (Frecuencia. También indagar en intensidad y duración).*

## **8. OTRAS VARIABLES DE INTERES**

- ❖ *¿A quién ha atribuido la aparición de su problema? ¿Y su mantenimiento? (Casualidad percibida, atribuciones).*
- ❖ *¿Hasta qué punto le interesa a usted solucionar este problema? (Motivación para el cambio).*
- ❖ *¿Qué hace usted por sí mismo para solucionar su problema? (Insistir en el por sí mismo) ¿Qué resultado le ha dado o le está dando ahora? (Recursos de autocontrol).*
- ❖ *¿Qué personas cercanas a usted le están ayudando? ¿Quién podría ayudarle? (Ver apoyo social).*
- ❖ *¿Qué espera usted conseguir con esta intervención? ¿Qué espera usted del tratamiento psicológico? (Expectativas de cambio).*

- 9. Recapitular y devolver la información (Aprovechar para contrastar la información recogida en la persona).**
  
- 10. ¿Cómo se siente usted después de haber venido a consulta? ¿Ha sido como usted esperaba?**
  
- 11. Indicar tareas para casa.**