

ENTRE SESIONES

- Nombre: _____

- Fecha: _____

PARTE A (tras la sesión):

¿Qué te pareció lo más relevante de nuestra sesión? ¿Pensamientos, sentimientos, descubrimientos?

--

De 1 a 10, ¿cómo evalúas estos aspectos? (1 siendo nada y 10 siendo mucho)

Ayuda/efectividad de la sesión	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
¿Qué fue útil?										
¿Qué no fue útil?										
¿Qué tan cercano te sentiste a tu terapeuta?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
¿Cómo de involucrado te sentiste con lo hablado en sesión?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
¿Qué tan presente estuviste en sesión?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿Qué hubiese hecho la sesión de mayor ayuda? ¿Hay algo que te cueste hablar o pedir a tu terapeuta?

--

¿Qué ocurrió entre ti y tu terapeuta que fue similar a los problemas que tienes en tu vida diaria?

--

¿Qué progresos lograste que pueden trasladarse en tu vida diaria?

--

PARTE B (antes de la sesión):

¿Cuáles fueron los aspectos buenos y malos de tu semana?

¿Qué cambios positivos o situaciones querrías discutir la próxima sesión?

¿Cómo de sincero fuiste al responder a la Parte A tras la última sesión? (de 0 a 100)

¿Algo más que quisieras añadir?