HOJA DE PRÁCTICA CLÍNICA Y FORMULACIÓN COLABORATIVA

Hoja de Trabajo de Análisis en Cadena de DBT Informado en el Trauma: Versión para Adultos

KLASEY CONSULTING

Guía Clínica Informada en el Trauma: En la Terapia Dialéctica Conductual (DBT) informada en el trauma, el análisis en cadena conductual se realiza con curiosidad colaborativa, transparencia y respeto por la autonomía de la persona consultante, nunca como una contingencia aversiva **(Harned, 2022)**. Conceptualice las conductas objetivo como respuestas de supervivencia o autorregulación históricamente adaptativas ante una activación autonómica abrumadora o recordatorios de trauma **(SAMHSA, 2014)**. Dosifique los detalles relacionados con el trauma para mantener a la persona dentro de su ventana de tolerancia, observe los cambios somáticos junto con las cogniciones y equilibre la validación con estrategias de cambio **(Linehan, 2015)**.

Nombre del/de la Consultante: _____	**Fecha de la Sesión:** _____
Nombre del Profesional Clínico: _____	**Fecha / Hora del Evento:** _____

Parte 1: Conducta Objetivo Colaborativa y Función Adaptativa

Defina de manera colaborativa la conducta objetivo específica utilizando términos conductualmente precisos y libres de juicios, honrando su intención protectora.

Componente	Notas Clínicas Colaborativas y Perspectiva del/de la Consultante
1. Conducta Objetivo Específica Especifique acciones observables, frecuencia, intensidad y duración sin lenguaje moralizante.	
2. Función de Supervivencia / Regulación Valide lo que la conducta intentó resolver (p. ej., interrumpir la disociación, escapar de la vergüenza, restaurar el control).	

Parte 2: Factores de Vulnerabilidad y Evento Desencadenante

Identifique las condiciones fisiológicas, relacionales y relacionadas con el trauma que redujeron la capacidad de regulación antes del evento desencadenante interno o externo.

Elemento de la Cadena	Evaluación Clínica y Contexto del/de la Consultante
3. Factores de Vulnerabilidad (24–72 Horas Previas) ¿Qué agotó previamente la resiliencia del sistema nervioso? Marque todos los factores relevantes y anote los detalles.	☐ Alteración del sueño / fatiga ☐ Comidas omitidas / deshidratación ☐ Dolor físico / enfermedad ☐ Cambio u omisión de medicación ☐ Consumo de sustancias / abstinencia ☐ Conflicto interpersonal / de pareja ☐ Tensión laboral / financiera ☐ Señal de trauma / aniversario ☐ Aislamiento / falta de apoyo **Notas:**
4. Evento Desencadenante (Señal Precipitante) ¿Qué interacción externa exacta, sensación interna, pensamiento o recordatorio de trauma inició la cadena?	

Parte 3: Eslabones Momento a Momento en la Cadena Conductual

Trace la microsecuencia desde el evento desencadenante hasta la conducta objetivo a través de **estados somáticos/autonómicos**, **emociones primarias y secundarias**, **cogniciones/creencias nucleares** e **impulsos de acción** **(Linehan, 2015)**.

Secuencia de Eslabones	Sensaciones Somáticas, Emociones, Cogniciones y Conductas	Formulación Autonómica y del Trauma
Eslabón 1 Respuesta inicial al evento desencadenante		¿Hiperactivación, hipoactivación o esquema de trauma activado?
Eslabón 2 Emociones secundarias y valoraciones cognitivas		¿Vergüenza, autoinvalidación o percepción de amenaza?
Eslabón 3 Punto crítico de inflexión antes de la conducta objetivo		¿Punto en que el malestar se sintió intolerable?
Eslabón 4 Eslabón adicional (si corresponde)		

Parte 4: Consecuencias a Corto y Largo Plazo

Consecuencias Inmediatas / a Corto Plazo (Reforzadores y Cambios)	Consecuencias Tardías / a Largo Plazo (Personales y Relacionales)
Cambios internos (p. ej., descenso rápido de la activación, entumecimiento emocional, alivio, culpa) y respuestas interpersonales/ambientales:	Impactos a mayor plazo en la autoconfianza, salud física, relaciones, trabajo y metas de recuperación:

Parte 5: Análisis de Soluciones, Prevención y Plan de Reparación

Identifique 2 o 3 eslabones de alto impacto donde habilidades alternativas de DBT o estrategias de regulación informadas en el trauma puedan interrumpir la cadena, y ensáyelas en sesión **(Harned, 2022)**.

Eslabón Objetivo	Habilidad de DBT / Intervención Informada en el Trauma	Ensayo en Sesión y Plan de Implementación
Eslabón ___:	p. ej., TIPP, STOP, Enraizamiento Sensorial, Surfear el Impulso:	
Eslabón ___:	p. ej., Verificar los Hechos, Acción Opuesta a la Vergüenza/Miedo, Aceptación Radical:	
Prevención y Reparación:	Plan de vulnerabilidad PLEASE y reparación autocompasiva / relacional:	

Referencias Clínicas

1. Linehan, M. M. (2015). *DBT Skills Training Manual* (2nd ed.). Guilford Press.
2. Harned, M. S. (2022). *Treating Trauma in Dialectical Behavior Therapy: The DBT Prolonged Exposure Protocol (DBT PE)*. Guilford Press.
3. Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). (2014). *SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach* (HHS Publication No. SMA 14-4884). U.S. Department of Health and Human Services.
4. Koerner, K. (2012). *Doing Dialectical Behavior Therapy: A Practical Guide*. Guilford Press.

Colabore con Klasey Consulting

¿Le interesa recibir capacitaciones clínicas informadas en el trauma, consultoría en DBT o talleres para su equipo de salud conductual? Contáctenos en **info@klaseyconsulting.com** para conocer más sobre nuestros servicios de capacitación y consultoría.

KLASEY KC CONSULTING