



Formación anual Terapia dialéctico comportamental DBT

Coordinadores: Lic. Javier Abraham y Lic. Erica Yamamoto.

1. Fundamentos:

La Terapia Dialéctico Comportamental es una psicoterapia multicomponente desarrollada por la Doctora Marsha Linehan en Estados Unidos. El modelo fue creado, diseñado y ampliamente validado por numerosas investigaciones científicas a lo largo del mundo para el trabajo con consultantes con diagnósticos de Trastorno Límite de la Personalidad, Trastornos Alimentarios, Abuso de Sustancias, dificultad en el Control de los Impulsos, pacientes con Conductas Suicidas y autolesiones, Violencia, Juego Patológico, Depresión Crónica, Bipolaridad y otros Trastornos de la Personalidad.

Los pacientes con múltiples problemas y sus familias representan un gran desafío en la práctica clínica contemporánea, especialmente aquellos con comorbilidades, trastornos de la personalidad y cuadros graves.

Las bases teóricas en las que se sustenta la Terapia Dialéctico Comportamental provienen fundamentalmente de las terapias conductuales contemporáneas o de tercera generación y de la tradición del Mindfulness o Conciencia Plena.

La formación se orienta a poder brindar a profesionales de la salud, los conocimientos teóricos y prácticos de la implementación de la terapia DBT.

2. Objetivos:

Se espera que al finalizar el curso los profesionales adquieran las habilidades para:

- Establecer un diagnóstico y elaborar un plan de tratamiento psicoterapéutico con consultantes complejos, sus familiares y allegados.
- Adquirir y desarrollar habilidades necesarias para el trabajo clínico con los consultantes. ● Tener herramientas suficientes para poder Psicoeducar tanto a los pacientes como a sus familiares.
- Realizar un Análisis Funcional de la Conducta.
- Formular Casos Clínicos desde el modelo DBT.
- Aplicar adecuadamente un Protocolo de Suicidio en pacientes graves.
- Entrenarse en las principales Habilidades DBT: Mindfulness, Efectividad interpersonal, Regulación emocional y tolerancia al malestar.
- Prevenir el Burn Out propio y de otros profesionales.
- Diseñar y conducir un tratamiento DBT de forma global.

3. Plan didáctico:

Metodología

Las clases consisten en presentaciones teórico-prácticas, con exposiciones articuladas sobre casos clínicos, videos y talleres conductuales. Asimismo, se focaliza en el entrenamiento en Habilidades DBT durante toda la formación.

Evaluación

El sistema de evaluación incluye una instancia de carácter teórico mediante un examen de opciones múltiples, y dos de tipo práctico que consisten en la lectura y comentario de un paper de investigación y la presentación de un Caso Clínico desde el modelo DBT.

Durante la cursada se asignan tareas para poder practicar entre encuentros los aprendido, de manera individual o grupal.

Duración

La formación en Terapia Dialéctico Comportamental dura un año lectivo. La carga horaria total es de 75 horas reloj. Las mismas se dividen en 51 horas teóricas sincrónicas, 12 horas prácticas sincrónicas y 12 horas prácticas asincrónicas.

Modalidad

Cursada sincrónica vía Zoom con frecuencia mensual.

4. Programa Sintético:

El programa está dividido en 25 unidades temáticas organizadas de la siguiente manera:

Unidades 1 a 3: Fundamentos y Bases Clínicas del DBT

Unidades 4 a 14: Etapas del Tratamiento en DBT

Unidad 15: Trabajo con familiares y allegados

Unidades 16: DBT en Diagnósticos y situaciones específicas

Unidad 17: Equipos de trabajo en DBT

Unidades 18 a 22: Entrenamiento en Habilidades.

Unidad 23: Conceptualizaciones, presentaciones y supervisiones de Casos Clínicos e Integración en DBT

5. Programa analítico:

Unidad 1: Fundamentos de la Terapia Dialéctico Comportamental.

Introducción a DBT, teoría biosocial, modos y supuestos de la terapia. Introducción al entrenamiento de habilidades. Diagnóstico del Trastorno Límite de la Personalidad y otros trastornos de personalidad. Comorbilidad y evidencia empírica de DBT en tratamientos para pacientes complejos.

Unidad 2: Teoría Biosocial, Dilemas y Modalidades de Tratamiento.

La Teoría Biosocial. Reorganización de los criterios diagnósticos. Los supuestos sobre la terapia y sobre el paciente. Modos de tratamiento en DBT: psicoterapia individual, entrenamiento en habilidades, consultas telefónicas, orientación a padres, tratamientos complementarios y farmacoterapia.

Unidad 3: Aportes conductuales al DBT

Nociones básicas de: Aprendizaje clásico o pavloviano y aprendizaje operante o skinneriano. Condicionamiento Operante. Refuerzo positivo. Refuerzo negativo. Refuerzo intermitente. Castigo. Técnicas conductuales de trabajo clínico: Moldeamiento, Exposición y Extinción. Registro de conductas problema. Presentación de la Hoja de registro y cómo llenarla. El análisis conductual en la clínica: nociones básicas del análisis funcional. Antecedentes de las conductas problema, refuerzos y consecuentes. Análisis en cadena de las conducta-problema.

Unidad 4: Etapas del tratamiento DBT]

Etapas del tratamiento y jerarquías de conductas problema. Análisis en Cadena.

Unidad 5: Etapa de pretratamiento

Orientación a Consultantes, familiares y allegados al tratamiento. Obtención de compromiso de tratamiento. Introducir a un Consultante nuevo en DBT: conducir una entrevista diagnóstica. Presentar un enfoque biosocial para los problemas del consultante. Acuerdos entre Consultante y terapeuta. Instrucciones para el llenado de la hoja de registro. Estrategias de compromiso. Comienzo de desarrollo de la alianza terapéutica

Unidad 6: Etapa 1: A) Conductas que atentan contra la vida.

Conductas de primer orden. Crisis suicidas. Uso del análisis en cadena para las crisis. Protocolo en el caso de que el consultante presente riesgo suicida.

Unidad 7: Etapa 1: B) Conductas que atentan contra la terapia.

Tipos de conductas que interfieren con la terapia.

Unidad 8: Etapa 1: C. Conductas que atentan contra la calidad de vida.

Conductas que interfieren con la calidad de vida: presencia de comorbilidades, problemas de relación, problemas de trabajo, atracones de comida, uso de sustancias ilegales.

Unidad 9: Validación

Estrategias Centrales de Validación. El rol de la validación. Diferentes niveles de validación.

Unidad 10: Resolución de Problemas y Manejo de Contingencias

Estrategias centrales para la Resolución de Problemas. Procedimientos de cambio: Observar Límites y Manejo de contingencias. Estrategias didácticas. Análisis de la solución. Estrategias de compromiso.

Unidad 11: Estrategias Dialécticas

Dialéctica de la relación terapéutica. Enseñar patrones conductuales dialécticos. Estrategias didácticas específicas.

Unidad 12: Modificación cognitiva

Diferencias del enfoque de la DBT con otros enfoques cognitivos conductuales. Procedimientos de cambio: Habilidades, exposición, modificación cognitiva. Orientar a los consultantes en el enfoque cognitivo de DBT. Clarificación de las contingencias. Procedimientos de reestructuración cognitiva.

Unidad 13: Etapa 2: Abordaje del TEPT, opciones para tratamiento de trauma y terapia DBT.

Terapia de Exposición Prolongada.

Unidad 14: Comunicación y psicoterapia

Comunicación recíproca: autorrevelación, ser genuino, la necesidad de la invulnerabilidad del terapeuta. Comunicación irreverente: las estrategias dialécticas y la irreverencia.

Estrategias de estilo. Autocuidado del terapeuta, límites personales.

Unidad 15: Grupos de habilidades para Familiares

Grupo de habilidades de Familiares y allegados. Psicoeducación y consideraciones en el armado de los grupos y los encuentros.

Unidad 16: DBT y algunas adaptaciones del modelo.

Aplicaciones de DBT en otros diagnósticos y situaciones clínicas. Trastornos de la alimentación, DBT para adolescentes y familias.

Unidad 17: Equipos de consultoría en DBT.

Reunión de equipo. Miembros del equipo. Acuerdos, límites personales grupales, agendas, rol de la supervisión. Los Dilemas Dialécticos. Vulnerabilidad emocional vs. Auto invalidación. Actividad pasiva vs. Competencia intermitente. Crisis implacables vs. Duelo inhibido. Qué implican estos dilemas para el consultante y para el terapeuta

Unidad 18:

Entrenamiento en Habilidades. Habilidades de Mindfulness, Habilidades de Efectividad interpersonal, habilidades de Regulación emocional y Tolerancia al malestar.

Unidad 19: Mindfulness

Conciencia Plena: aplicaciones de la habilidad. Mindfulness y su relación con las diferentes tradiciones meditacionales. Técnicas de Mindfulness.

Unidad 20: Tolerancia al Malestar

Habilidades de Tolerancia al Malestar: Aceptación Radical. El concepto de aceptación. La tercera ola de terapias comportamentales: énfasis en la aceptación, la conciencia plena y la meditación. El concepto de cambio y su relación con la desregulación emocional. Aceptación y cambio. Aceptación y conciencia plena.

Unidad 21: Efectividad interpersonal

Asertividad y efectividad en las relaciones interpersonales.

Unidad 22: Regulación emocional

Habilidades de regulación emocional. Consideraciones respecto de las emociones. Habilidades para regular emociones.

Unidad 23: Conceptualizaciones, presentaciones de Casos Clínicos e Integración en DBT.

Presentación de los trabajos grupales. Integración de los conocimientos adquiridos durante el año.

6. Dirigido a:

Profesionales del campo de la Psicología, Medicina, Ciencias Sociales, Educación y de la Salud.

7. Bibliografía obligatoria:

Boggiano, J. P. & Gagliesi, P. (2018). *Terapia dialéctico conductual. Introducción al tratamiento de consultantes con desregulación emocional*. Ediciones Tres Olas.

Linehan, M. (2020). *Manual de entrenamiento en habilidades DBT para el/la consultante*. Ediciones Tres Olas.

Linehan, M. (2020). *Manual de entrenamiento en habilidades DBT para el/la terapeuta*. Ediciones Tres Olas.

8. Bibliografía complementaria:

Elices, M., & Cordero, S. (2011). Terapia dialéctico conductual para el tratamiento del trastorno límite de la personalidad. *Psicología, conocimiento y sociedad*, 1(3), 132-152. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475847405006>

Foa, E., Hembree, E., & Rothbaum, B. (2008). *Terapia de Exposición Prolongada para TEPT: Procesamiento emocional de experiencias traumáticas*. SAPsi Editorial.

Gagliesi, P. y Quintero, J. (Eds.). (2023). *Sumar al Amor*. Ediciones Tres Olas. Gagliesi,

P. y Rodríguez Rey, JG (Eds.). (2023). *Comer consciente*. Ediciones Tres Olas.

Harned, M. (2024). *Tratando el trauma en Terapia Dialéctica Conductual. Protocolo de exposición prolongada en DBT*. Ediciones Tres Olas.

Kabat-Zinn, J. (1990). *Vivir con plenitud las crisis*. Paidós.

Linehan, M. (2003), *Manual de tratamiento de los trastornos de personalidad límite*. Paidós.

Martin, G. & Pear, J. (2008). *Modificación de conducta: qué es y cómo aplicarla*. Fondo de la Universidad de Manitoba.

Navarro Haro, M., Pérez-Hernández, N., Serrat, S. & Gasol-Colomina,. (2019). Efectividad y aceptabilidad del entrenamiento en habilidades de la terapia dialéctica comportamental para familiares de personas con trastorno de personalidad límite. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*. 23. 201.

<https://doi.org/10.5944/rppc.vol.23.num.3.2018.21907>

Prior, K., (2006) *¡No lo mates... enséñale! El arte de enseñar y adiestrar*. Kn ediciones.

Puddington, M., Duthu, F., & Gagliesi, P. (2017). Adaptación al español de la Escala de Ambiente Invalidante Infantil. <http://dx.doi.org/10.24205/03276716.2017.1029>

Rathus, J. & Miller, A. (2022). *Manual de Habilidades DBT para Adolescentes*. Ediciones Tres Olas.