

Jornadas para profesionales de la salud mental sobre terapia dialéctica conductual (DBT)



Breve resumen funcionamiento DBT estándar

Carla Palafox Freund

Elementos principales de la DBT



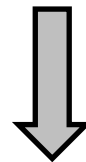
Módulos de tratamiento estándar

- Psicoterapia individual
- Entrenamiento en habilidades (Skills-Training)

¿Qué es un skill?

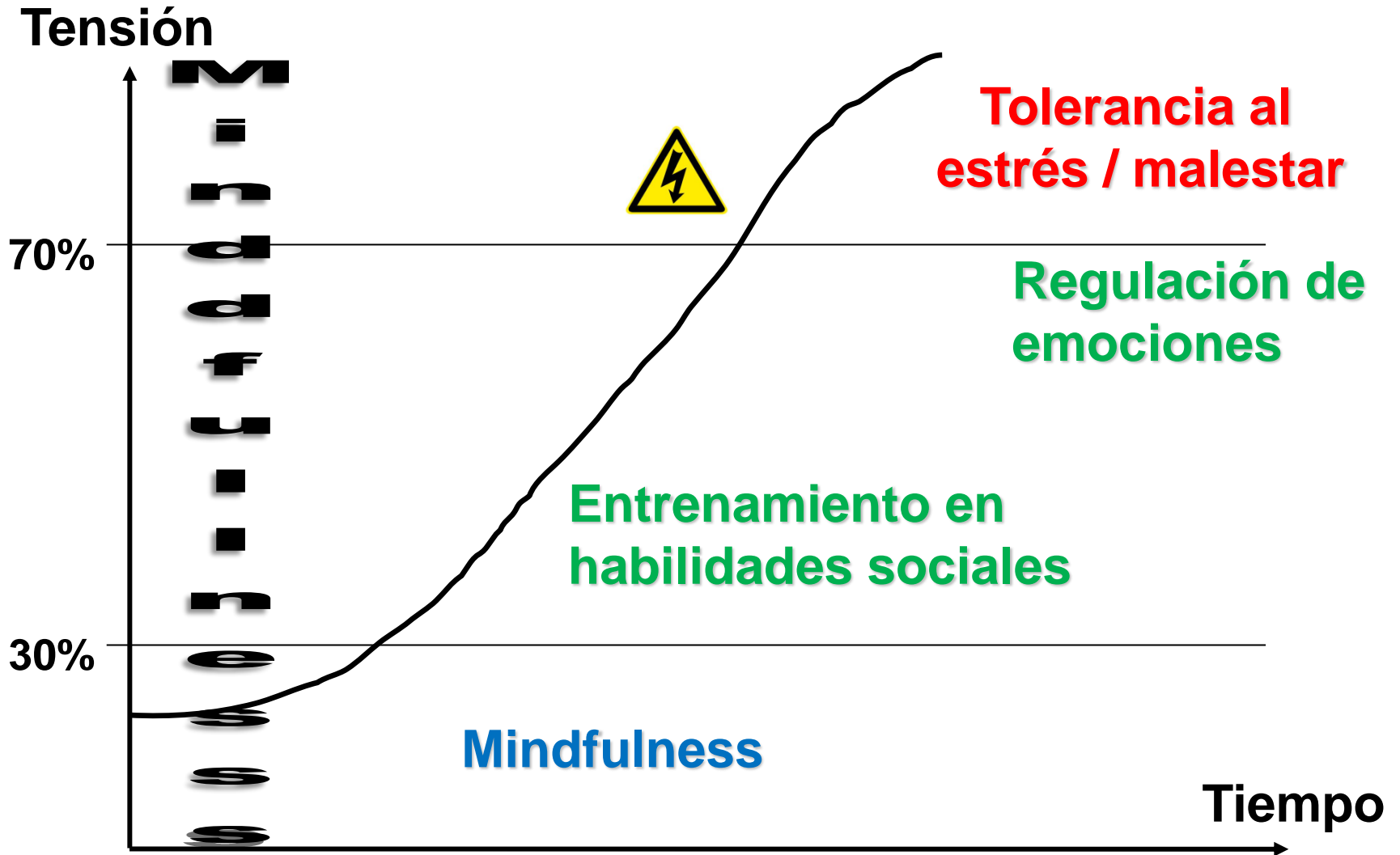


Estrategias/habilidades para la reducción de la tensión que a corto plazo son efectivas y a largo plazo no son dañinas



Entrenamiento = Skillstraining

Modelo

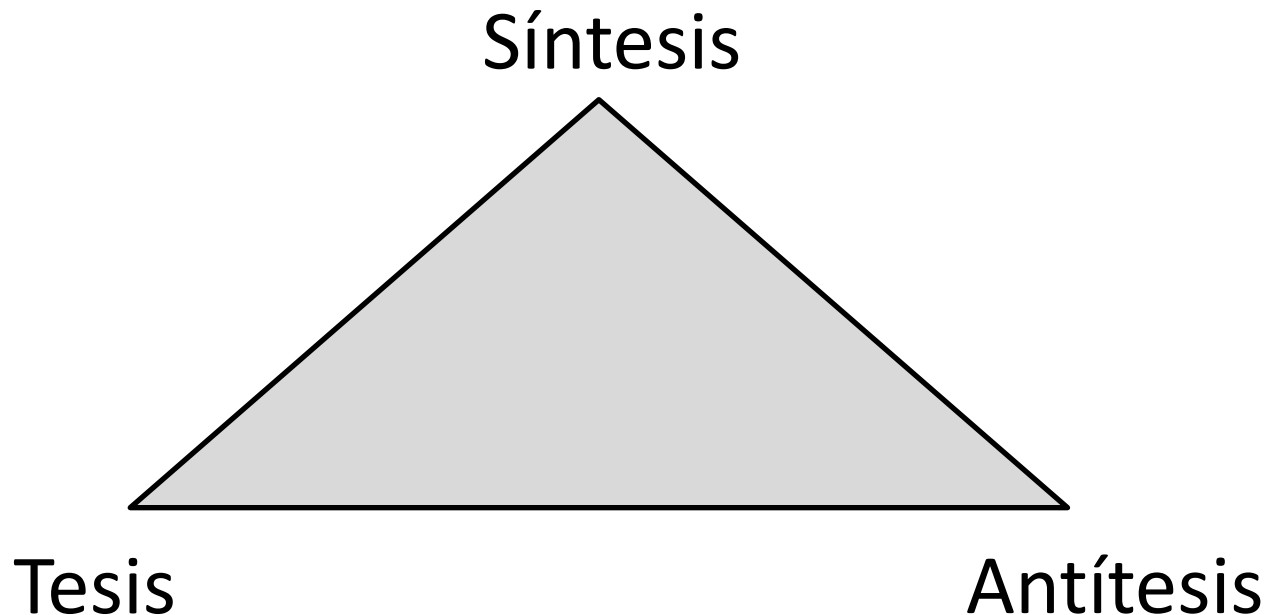


Módulos de tratamiento estándar

- Psicoterapia individual
- Entrenamiento en habilidades (Skills-Training)
- Contacto telefónico
- Equipo de consultoría/ Supervisión
- Terapias complementarias (p.ej. fármacos, ingreso, etc.)

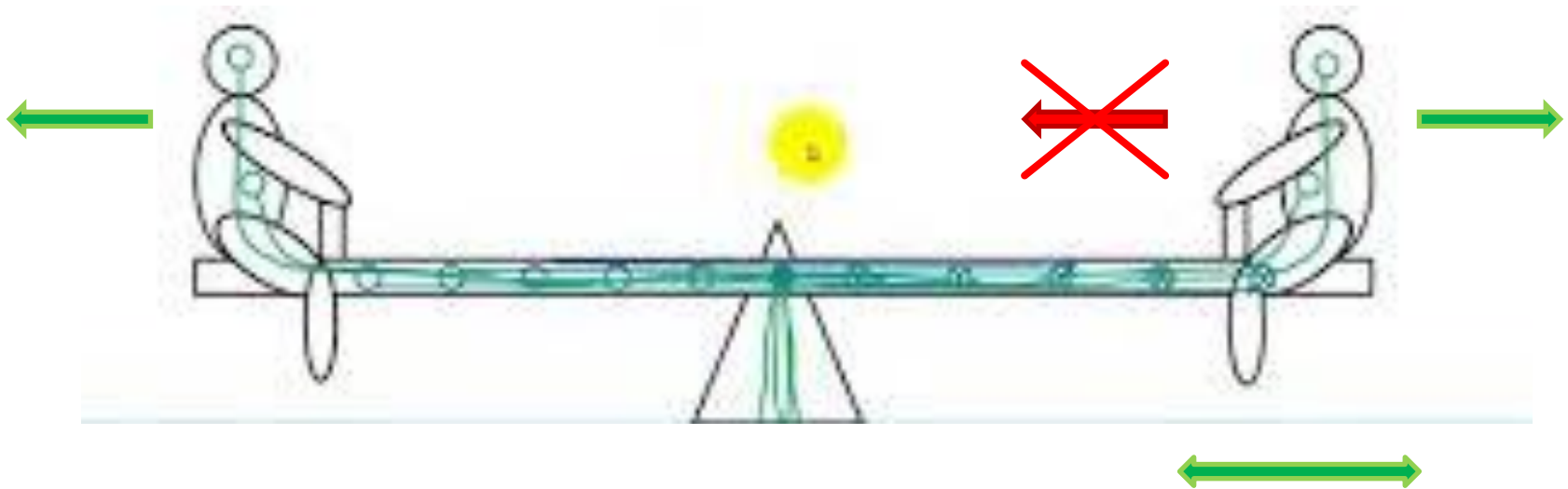
Dialéctica

- Behavioral = orientada hacia la conducta
- ¿Dialéctica?



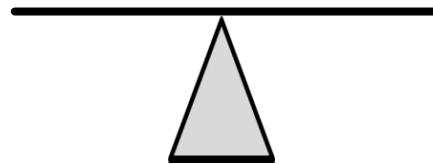
Dialéctica de la relación terapéutica

La metáfora del balancín en la relación terapéutica / Teeter-Totter



Dialéctica de la relación terapéutica

Aceptación



Cambio

Bibliografía

Castellano:

- **García Palacios, A. Navarro Haro, V.** (2016). *Terapia dialéctica comportamental*. Madrid: Editorial síntesis.
- **Linehan, M. M.** (2020). *Manual de entrenamiento en habilidades DBT (Para el/la terapeuta)*. Primera edición en castellano. Buenos Aires: Editorial Tres Olas.
- **Linehan, M. M.** (2020). *Manual de entrenamiento en habilidades DBT (Para el/la consultante)*. Primera edición en castellano. Buenos Aires: Editorial Tres Olas.

Inglés:

- **Linehan, M. M.** (2015a). *DBT skills training manual second edition*. Nueva York: Guilford Press.
- **Linehan, M. M.** (2015b). *DBT skills training handouts and worksheets*. Nueva York: Guilford Press.

Alemán:

- **Bohus, M. & Wolf, M.** (2012). *Interaktives Skillstraining für Borderline-Patienten, 2. Auflage*. Stuttgart: Schattauer.
- **Stiglmayr, C. & Gunia, H.** (2017). *Dialektische Behaviorale Therapie (DBT) zur Behandlung der Borderline-Persönlichkeitsstörung*. Göttingen: Hogrefe

Para cualquier duda: carla.palafox@googlemail.com
info@dbt-madrid.com