

1) Tipo de capacitación: curso

2) Título: “ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES BASADAS EN LA DBT”

Disertantes:

LIC. DEL VALLE SEBASTIAN M.P. 9046

LIC. ROJAS GONZALO M.P. 8756

3) Fundamentación

Frecuentemente en la práctica clínica nos encontramos con situaciones donde nuestros consultantes recurren a terapia con repertorios conductuales en los que predominan comportamientos que dificultan el logro de sus metas y carecen de estrategias alternativas para afrontar los desafíos de la vida.

En otras oportunidades, no es de extrañar que ellos mismos puedan poseer recursos alternativos a los problemáticos, pero presentan dificultades para resolver situaciones. Eso se debe a que requieren orientación en la combinación o ejecución de diferentes comportamientos para afrontar situaciones de mayor complejidad.

Nuestra propuesta está orientada a introducir a terapeutas en habilidades DBT que permiten instruir a los consultantes en destrezas para lograr un funcionamiento más efectivo hacia la construcción de una mejor calidad de vida.

Este curso pretende ser una instancia de aprendizaje, con la intencionalidad de instruir de forma teórica y práctica al entrenamiento en habilidades esenciales basadas en la Terapia Dialéctico Comportamental.

Ningún mar en calma hizo experto a un marinero, por lo que el desafío, no es sólo aprender habilidades desde un lugar pasivo sino proactivo, ensayando nuevos recursos al servicio de ampliar tu caja de herramientas.

Esperamos que esta experiencia permita incrementar y facilitar el uso habilidoso de herramientas conductuales en tus consultantes a lo largo de su proceso terapéutico.

“Al fin la terapia, es un entrenamiento en cómo resolver problemas”

Marsha Linehan.

4) Objetivos

- Instruir a los terapeutas en habilidades para la resolución de problemas en diferentes contextos clínicos.
- Ayudar a terapeutas a resolver obstáculos que se presentan al momento de entrenar habilidades con sus consultantes (Trouble shooting).
- Estimular la práctica de habilidades de conciencia plena, regulación emocional, efectividad interpersonal y aceptación radical.
- Brindar herramientas conductuales teórico-prácticas para el manejo de consultantes que presenten desregulación emocional.

5) Contenido

Los encuentros incluyen fundamentación teórica de la habilidad a desarrollar con una dinámica práctica a través de un ensayo conductual que puede incluir rol play para entrenar habilidades entre los miembros del taller o con los mentores. Por otro lado, también se incluirán propuestas de entrenamientos para poder practicar la habilidad en contextos fuera del taller. Además, incluimos un breve ejercicio final, integrador de los contenidos del curso.

6) Programa del Curso:

- Módulo 1: Introducción a la DBT y habilidades (Evidencia, beneficios, destinatarios, DSM4, Historia, teoría biosocial, Desregulación Emocional).

- Módulo 2: Mindfulness, fundamentos, Mente Sabia, modos mentales, Que y Como.
- Módulo 3: Efectividad Interpersonal, fundamentos (Dear, give, vida).
- Módulo 4: Regulación emocional, que son las emociones y para qué sirven, fundamentos, circuito emocional. verificar hechos, acción opuesta y resolución de problemas.
- Módulo 5: Aceptación radical. Qué es la aceptación. Habilidades de aceptación (media sonrisa, dejar estar la mente, disposición abierta flexible).
- Módulo 6: Tolerancia al malestar (Plan de crisis.)

7) Cronograma

Encuentros Mensuales en modalidad virtual (Zoom).

Duración Total: 6 meses.

Fechas:

Primer encuentro viernes 14 abril.

Segundo encuentro: viernes 12 de mayo.

Tercer encuentro: viernes 9 de junio.

Cuarto encuentro: viernes 14 de Julio.

Quinto encuentro: viernes 11 de agosto.

Sexto encuentro: viernes 8 de septiembre.

8) Carga horaria: 18 hs total

9) Destinatarios

Dirigido a Psicólogos y Estudiantes avanzados.

10) Bibliografía

- Programa Psicoeducativo dirigido a personas con Desorden Límite de la Personalidad, sus allegados y Familiares. (Gagliesi, Pechon, Boggiano, Stowsands y Colaboradores, 2007) Fundación Foro.
- Sumar al amor. (Gagliesi Pablo, Quinteros Paula Jose, 2022) Editorial: Tres Olas.
- Estrategias Centrales de Validación (Linehan Marsha, 2000) Traducido por Boggiano Pablo, Fundación Foro, Buenos aires 2009)
- Manual de Tratamiento para los Trastornos de Personalidad Límite en Español. (Linehan Marsahl, 1993). Paidós.
- Boggiano, J. P., & Gagliesi, P. (2018). Terapia Dialéctico Conductual. Introducción al tratamiento de consultantes con desregulación emocional. Argentina: Tres Olas.
- Linehan, M. M. (2020). Manual de Entrenamiento en Habilidades DBT para el/la Terapeuta. Versión castellano Traducido y revisado por: Pablo Gagliesi. Argentina: Tres Olas.
- Linehan, M. (2014). DBT Skills training manual. Guilford Publications.

11) Trabajo final: Modalidad. Evaluación

Todos los encuentros van a finalizar con un trabajo práctico para ser presentado de forma virtual para la semana siguiente. La aprobación del curso dependerá de la presentación y la asistencia del 80% en ambos casos. Las actividades están detalladas en el contenido de los módulos presentados.

15) Modalidad: 100 % on line. (Virtual).