

FICHA DE ASIGNATURA

Título: Terapia Dialéctico Conductual

Descripción: 32 / 115

La Terapia Dialéctica Comportamental (Dialectical Behavior Therapy, DBT) se basa en la teoría conductista unida a la aplicación de elementos de las terapias cognitivo-conductuales y de prácticas orientales como el *Mindfulness* (atención plena). Al enfrentarse con la complejidad de un trastorno muy difícil de abordar, como es el Trastorno Límite de la Personalidad (TLP), la Dra. Linehan, (Universidad de Washington, EEUU) realizó innovaciones importantes, entre las que destaca la inclusión del concepto de aceptación como requisito para conseguir el cambio y el equilibrio entre aceptación y cambio como forma de mejorar el tratamiento psicológico. Desde la publicación de los primeros datos de eficacia de un estudio controlado en 1991, la DBT se ha ido afianzando como el tratamiento psicológico con mejores datos de eficacia para el tratamiento del TLP; además, la flexibilidad del programa ha permitido su aplicación a otros problemas caracterizados por la desregulación emocional.

Carácter: Optativa

Créditos ECTS: 6

Contextualización: El programa de esta asignatura pretende proporcionar al alumno una base teórica sobre los conceptos básicos de la Terapia dialéctica-comportamental, así como una base práctica para saber aplicar el entrenamiento de las habilidades comportamentales y de aceptación que implica la misma. Conocer los últimos avances en investigación sobre su eficacia en los distintos ámbitos de intervención es otro aspecto importante.

Modalidad: Online

Temario:

Tema 1: Origen y conceptos básicos.

- Disfunción en el sistema de regulación emocional en el trastorno límite de la personalidad.
- El papel de un ambiente invalidante en el de la personalidad.
- El modelo teórico como justificación de las estrategias de tratamiento.
- Visión general del tratamiento.

Tema 2: Programa de tratamiento: Terapia Individual

- Objetivos de la terapia individual.
- Estrategias terapéuticas en la terapia individual.

Tema 3: Programa de tratamiento: Entrenamiento en habilidades comportamentales

- Habilidades de mindfulness
- Habilidades de tolerancia al malestar
- Habilidades de regulación emocional

- Habilidades de eficacia interpersonal

Competencias:

- CE.1. - Conocer las funciones, características y limitaciones de la Terapia Dialéctica Comportamental.
- CE.2. - Ser capaz de identificar la técnica más eficaz en función del problema o trastorno psicológico que hay que abordar.
- CE.3. - Ser capaz de definir los objetivos y elaborar el plan de intervención basado en la Terapia Dialéctica-Comportamental (prevención, tratamiento, rehabilitación, acompañamiento, etc.)
- CE.4. - Saber analizar e interpretar los resultados de una intervención psicológica (DBT) y realizar su valoración.
- CE.5. - Saber proporcionar retroalimentación a los pacientes de forma adecuada y precisa.
- CE.6. - Ser capaz de desarrollar el interés por mantener actualizadas las propias competencias, destrezas y conocimientos según los estándares de la profesión y de la investigación científica.
- CE.7. - Conocer las investigaciones científicas sobre temas actuales e identificar los aspectos relevantes para su formación investigadora.

Actividades Formativas:

| Actividad Formativa | Horas | Presencialidad |
|--------------------------------|-------|----------------|
| Clases Teóricas | 16 | 80 |
| Sesiones de discusión y debate | 6 | 30 |
| Tutorías | 20 | 80 |
| Seminarios | 6 | 100 |
| Actividades Guiadas | 12 | 100 |
| Trabajo en grupos | 36 | 0 |
| Exámenes | 4 | 100 |
| Trabajo autónomo del alumno | 200 | 0 |

Metodologías docentes:

Desarrollo en video de los contenidos más relevantes de la materia.

Clases magistrales participativas por videoconferencia.

Chats y Foros: Interacciones escritas entre docentes y estudiantes para el desarrollo de temas específicos sobre las lecciones magistrales.

Tutorías individuales y colectivas por videoconferencia

Comunidades de aprendizaje: Puesta en común y discusión de lecturas y reflexiones en torno al material para la realización de tareas y

Examen

Sistema de Evaluación:

| Sistemas de evaluación | Ponderación mínima | Ponderación máxima |
|--|---------------------------|---------------------------|
| Evaluación continua. Participación durante las clases, seminarios y actividades guiadas | 0.0 | 15.0 |
| Evaluación continua. Foros | 0.0 | 15.0 |
| Evaluación continua. Tareas del portafolio | 0.0 | 40.0 |
| Evaluación continua. Pruebas referidas a estándares | 0.0 | 30.0 |

Bibliografía: Autor. (Año de publicación.) Título en *itálicas* (edición). Lugar de publicación: Casa publicadora.

- García-Palacios, A. y Navarro Haro, M.V. (2016). *Terapia Dialéctica Comportamental*. Madrid: Síntesis.

- Linehan, MM. (1993). *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*. New York, NY: Guilford Press.

- Linehan, MM. (2003). *Manual de tratamiento de los trastornos de personalidad límite*. Barcelona: Paidós.

- Linehan, M.M. (2015). *DBT® Skills Training Manual, Second Edition*. New York, NY: Guilford Press.