

MODELO BIOSOCIAL EN EL QUE SE SUSTENTA LA TERAPIA DIALÉCTICA CONDUCTUAL PARA LOS T.L.P. Marsha Linehan, 2003.



ISABEL M^º DE HARO GARCÍA. PSICOLOGÍA CLÍNICA Y COORDINADORA
EN LA UNIDAD DE REHABILITACIÓN DE CARTAGENA. 2019-20.

TEORÍA BIOSOCIAL DEL TLP

- ▶ **Principio fundamental** de la teoría sostiene que el principal trastorno del TLP es la **desregulación de las emociones**.
- ▶ Esta desregulación sistémica está producida por **la vulnerabilidad emocional** y uso de estrategias de regulación de emociones poco adaptativas.

VULNERABILIDAD EMOCIONAL

- 1- Alta sensibilidad a estímulos emocionales.
- 2- Respuesta muy intensa a los estímulos emocionales.
- 3- Retorno lento a la calma emocional una vez inducida la excitación.

TEORÍA BIOSOCIAL DEL TLP.

- ▶ La disposición a la desregulación de las emociones tiene una **base biológica** (**no necesariamente hereditaria**).

-La disposición biológica puede ser diferente en distintas personas y no es probable que encontremos una anomalía biológica que se encuentre en la base de todos los casos de TLP.

La Circunstancia Ambiental Fundamental en la producción de la Desregulación de las emociones es el **“Ambiente Invalidante”**.

-El **ambiente es nocivo** y con alta vulnerabilidad emocional.

VISIÓN DEL MUNDO EN LA TDC.

- ▶ **La terapia dialéctica conductual** se basa en una visión dialéctica del mundo.
- ▶ **DIALÉCTICA:** como visión del mundo o posición filosófica, constituye la base de la TDC.

La dialéctica se refiere al enfoque de tratamiento y estrategias usadas por el terapeuta para conseguir el cambio.

CARACTERÍSTICAS DE LA PERSPECTIVA DIALÉCTICA

1-La realidad se entiende como una totalidad : los análisis de cada una de las partes de un sistema no tienen mucho valor , si no se relacionan las partes con el todo.

La dialéctica dirige nuestra atención a los contextos inmediatos y más amplios de conducta.

VISIÓN DEL MUNDO EN LA TDC.

2- La realidad no es algo estático, sino un conjunto de fuerzas que se oponen entre sí (tesis- antítesis) para llegar a la **síntesis**.

En este sentido la dialéctica es compatible con los modelos psicodinámicos de la psicopatología.

Por lo que las conductas, los pensamientos y las emociones dicotómicas y extremas del TLP son considerados como **fracasos dialécticos**.

El individuo está atrapado en las polaridades, incapaz de conseguir la síntesis.

VISIÓN DEL MUNDO EN LA TDC.

► Tres Polaridades a las que hay que atender:

1- Necesidad de autoaceptación **y/o** necesidad de cambio.

2- Tensión entre obtener lo que necesita (competencia) **y/o** perder la ayuda del tto.

3- Mantener su punto de vista **y/o** aprender nuevas habilidades.

VISIÓN DEL MUNDO EN LA TDC.

- ▶ **3- La naturaleza fundamental de la realidad es el cambio o proceso, más que el contenido o la estructura.**

La terapia no se centra en mantener un ambiente estable y consistente, si no que **intenta ayudar al cliente a familiarizarse con el cambio**. Tolerar la tensión que lleva consigo un cambio.

ORIGEN DEL TLP. LINEHAN



FUNCIONES DEL PROGRAMA

1. Aumentar las capacidades:

- Regular las emociones
- Atender a la experiencia del momento presente y regular la atención (habilidades de conciencia plena y mindfulness)
- Efectividad en las situaciones relacionales (pedir, decir no...)
- Tolerar y sobrevivir a las crisis sin empeorarlas (idea, con crisis no se ve solución). Conocérlas y disminuirlas en frecuencia e intensidad.

2. Generalizar habilidades

- llevar lo aprendido a la vida cotidiana, practicar, ensayar y adaptarlas a cada persona.

FUNCIONES DEL PROGRAMA

3- Mejorar la motivación y reducir los problemas conductuales

Motivar a los pacientes al cambio y abandonar conductas que les generan sufrimiento.

La **revisión semanal** de las conductas, el análisis funcional permiten y fomentan el cambio.

Validar las estrategias nuevas que ponen en marcha los pacientes.

4- Aumentar la motivación y capacidades del terapeuta.

La complejidad de esta psicopatología pone a prueba las capacidades, competencias y resiliencia de los profesionales.

Se recomienda **trabajar en equipo** y poner en común los objetivos, las dificultades y formas de abordaje de los distintos casos clínicos.

VALIDACIÓN EN PSICOTERAPIA

PRINCIPIOS BÁSICOS QUE ADOPTA EL EQUIPO DE TDC, según M. Linehan:

- > Los pacientes hacen lo mejor que pueden.
- > Necesitan mejorar, probar, intentar más y estar motivados al cambio.
- > Podrían no ser ellos la causa de sus problemas, pero los tienen que resolver ellos.
- > La vida como TLP es insoportable en la forma en que es vivida.
- > Tienen que aprender nuevas conductas en distintos contextos.
- > Los pacientes no fracasan, las terapias sí.
- > Los terapeutas necesitan sostén, asistencia y colaboración.

TÉCNICAS DE LA TDC

- ▶ **La TDC hace hincapié en 4 áreas** que no han recibido mucha atención en la TCC tradicional, son:

1-Aceptación y validación de la conducta tal y como se presenta en el momento.

Aceptación y conciencia plena.

2-Tratamiento de las conductas que interfieren en la terapia y la vida (transferencia y contratransferencia).

3- La relación terapéutica como parte esencial del tto.

4- Los procesos dialécticos.

ESTRATEGIAS TERAPEUTICAS

- ▶ **Amplio abanico de estrategias C-C para el tto:**
 - **Evaluación continua** y recolección de datos sobre conductas actuales.
 - **Definir claramente los objetivos** del tto. y el compromiso del cambio.
 - **Estrategias dialécticas.** (pensamiento dialéctico como sustituto del pensamiento dicotómico)
 - **Estrategias de solución de problemas:** análisis conductual, funcional, de soluciones, estrategias de insight.
 - **Estrategias didácticas:** de orientación, de compromiso y de validación.
 - **Estrategias Especiales de tto:** de crisis y de conductas suicidas.
 - **Estrategias de relación:** de mejora, de aceptación y de resolución de p.

ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS

▶ ACEPTACIÓN Y CONCIENCIA PLENA

- Se utilizan para ayudar a incorporar la **aceptación** de sí mismo, de los demás y del mundo.
- Habilidades básicas** :Atender, observar sin emitir juicios, describir los hechos y participar (ayuda a la construcción del sentido del yo).
- Esta práctica, en el budismo tradicional, es un prerrequisito para desarrollar el **insight (darse cuenta)**.
- Las evidencias refieren que la conciencia plena es un recurso válido en la **reducción del estrés y buenos beneficios para la salud**.

ESTILO

ESTILO

- **Actitud realista**, cálida, flexible, atención al cliente e intentos continuos por re-encuadrar las conductas suicidas y centrarse en la solución activa de los problemas concretos.

- **Buscar la parte de sabiduría** inherente en cada respuesta del cliente, ya que desea progresar y crecer, señalársela y colaborar con el “cambio”.

PROGRAMA PARA LOS TLP. En la URA.

CARACTERÍSTICAS

Ambula
torio

Multiprofe
sional

Multicom
ponente

Estructu
rado

PROGRAMA MULTICOMPONENTE.



PROGRAMA ESTRUCTURADO



GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN

