

La terapia dialéctico-comportamental: terapia individual (pp. 453-466)

Azucena García-Palacios

Universitat Jaume I, Castellón (España)

El trastorno límite de la personalidad se encuentran entre los problemas psicológicos más complejos y difíciles de tratar. Entre las intervenciones que se han desarrollado para el tratamiento de este trastorno, la terapia dialéctico-comportamental (DBT) constituye uno de los programas de tratamiento que más apoyo empírico está recibiendo. Basado en una perspectiva cognitivo-comportamental, este programa incorpora algunos elementos novedosos con el fin de abordar el patrón disfuncional de la personalidad límite. La DBT incluye distintos modos de terapia, entre los que destacan la terapia individual y la terapia grupal. Los contenidos de la terapia grupal están estructurados a la manera tradicional en un manual de tratamiento que guía la terapia sesión a sesión. Sin embargo, la terapia individual no está basada en un manual, sino en unos principios terapéuticos específicos que es necesario seguir para el buen desempeño de la intervención. El objetivo de este trabajo es describir el modo de terapia individual señalando los aspectos que hacen de la DBT una intervención novedosa y eficaz que está contribuyendo al enriquecimiento de la terapia de conducta.