



INFORMATIVO TRATAMIENTO DBT C

Estimados (as) (es)

La Terapia Dialéctico Conductual para niños o DBT C, por sus siglas en inglés, es una terapia orientada a entregar herramientas de regulación emocional a padres e hijos que viven situaciones de hiperreactividad, descontrol de impulso, pataletas o problemas de relación con sus pares.

Es una terapia estructurada que fue reformulada y adaptada por terapeutas norteamericanos y chilenos desde los elementos esenciales de DBT Estándar para ser aplicada especialmente con niños y sus padres.

El programa tiene una duración aproximada de un año, se divide en las siguientes etapas:

Pretratamiento: Son tres a cuatro sesiones de evaluación donde se establece la pertinencia del tratamiento, la relación terapéutica, las metas y los compromisos, tanto por parte del o los padres como del terapeuta.

Tratamiento: Esta etapa tiene una duración aproximada de diez a doce meses, en una sesión semanal y se divide en dos partes. La primera, se desarrolla exclusivamente con los padres en función de un entrenamiento parental y la entrega de herramientas para el mejor manejo de las conductas problema del niño y las dinámicas familiares, tiene una duración de seis a ocho semanas con sesiones semanales de 45 a 60 minutos. Luego, la segunda parte, incorpora el trabajo con el niño (a) junto a sus padres y aquí se incluye tanto la terapia individual como en entrenamiento en habilidades.

A continuación, entregamos respuesta a las preguntas más frecuentes:

¿Qué es DBT Infancia?

¿Qué es la Terapia Conductual Dialéctica (DBT)?

Es una aproximación cognitivo conductual dentro de un marco dialéctico que nos ayuda a reconocer que en todo hay al menos dos lados. Nuestro objetivo será buscar la síntesis de los polos opuestos.

DBT ayuda a los niños/as a:

- Reconocer y comprender sus emociones.
- Controlar mejor sus conductas.
- Aprender formas efectivas para afrontar los problemas.



¿Cuáles son los componentes del tratamiento?

a) **Terapia individual** provee de una oportunidad para:

- Hablar sobre los problemas de tu hijo/a.
- Aprender sobre las emociones.
- Ayudar al niño/a a entender qué conduce a meterse en problemas.
- Ayudar al niño/a a afrontar mejor los problemas.
- Ayudar al niño/a a aplicar habilidades en los problemas del día a día.

b) **DBT Infancia trabaja el Entrenamiento en habilidades a través de los siguientes módulos para padres e hijos:**

- **Mindfulness:** Enseña a prestar atención a las emociones, pensamientos y conductas en el momento presente.
- **Tolerancia al malestar:** Enseña a afrontar los problemas sin empeorarlos.
- **Regulación emocional:** Enseña a detener o modificar las emociones.
- **Efectividad interpersonal:** Enseña a conseguir lo que quieres de manera efectiva, llevarse bien con otras personas y sentirse orgulloso/a de sí.

c) **Entrenamiento parental.**

- **Teoría Biosocial:** Modelo transaccional.
- **Validación:** Técnicas de aceptación.
- **Conductismo:** Técnicas de cambio.

RESUMEN

Pre-tratamiento	> Atenciones de evaluación con los padres, de 3 a 4 sesiones con duración de 50 a 60 minutos aproximadamente cada una. (online y/o presencial), donde si cumple perfil y motivación a tratamiento pasa a tratamiento DBT.
Tratamiento DBT *	> Entrenamiento Parental: una sesión a la semana, de duración aproximada de 50 a 60 minutos que se desarrolla en un periodo de seis a ocho semanas. El objetivo es enseñar habilidades específicas a los padres para lograr la regulación emocional, el afrontamiento de conductas problemáticas, y dinámicas familiares disfuncionales. > Terapia individual y entrenamiento en habilidades (máximo de 90 minutos de duración, divididos en dos bloques) con terapeuta principal padres e hijo (a) una vez a la semana. Se acuerda día y hora con terapeuta según disponibilidad de ambas partes, pudiendo ser modificado según necesidades. > Consultoría de equipo: donde participan sólo los terapeutas, una vez a la semana, con los objetivos principales de presentación de los pacientes para analizar proceso, recibir asesoría y seguimiento de cada uno de ellos.



*La orientación y objetivo de Centro Clínico KaiZen es entregar una atención integral, de calidad y personalizada a cada persona y familia, por lo tanto, todos los profesionales que trabajan con nosotros, tienen una mirada de salud familiar y trabajo en red, es decir se puede establecer, si es necesario, contacto con terapeutas y entidades externas que se hayan vinculado con el paciente, como; psiquiatras, psicólogos, instituciones educacionales, entre otros, con la finalidad que se enriquezca el proceso.

Ubicación Centro Clínico de Especialidades en Salud Mental KaiZen

Avenida Apoquindo 7935 edificio B. Of. 302 - Metro Los Dominicos - Las Condes.

Accesos:

Sin vehículo: Saliendo del metro, dos cuadras hacia el poniente.
La entrada al edificio está por la calle Torremolinos o Valdepeña en dirección oriente poniente respectivamente.

Con vehículo: Cuenta con estacionamiento pago (\$30 el minuto) entrada por Calle Valdepeñas 85.

Medio de pago: mediante transferencias y/o tarjetas bancarias.

Consultar valores o consultas vía telefónica o mail: consultas@centrokaizen.cl.