



# CLISAI

Clínica de Salud Integral Jacarandas



**DBT**  
GUANAJUATO



**CLISAI**  
Clinica de Salud Integral Jacarandas

# Grupo de entrenamiento en habilidades GEH.



**DBT**  
GUANAJUATO

**En DBT: habilidad es sinónimo de capacidad.**

El objetivo en la Terapia Dialéctica conductual DBT, es reemplazar las conductas ineficaces, desadaptativas, y poco habilidosas.

**Considerando que todas las conductas pueden pensarse como habilidades y pueden practicarse ( aprenderse)**

## Dirigido a adultos con desregulación emocional.

### *Criterios de inclusión.*

- Ser mayor de 18 años
- Cumplir con el programa completo
- Presentar desregulación emocional
- Cumplir con el pago por el tratamiento.

### *Criterios de exclusión.*

- Consumo de sustancias activo
- Conductas violentas o que irrumpen la estabilidad del grupo
- Faltar a más de 4 sesiones consecutivas injustificadas.

*Duración.* 6 meses

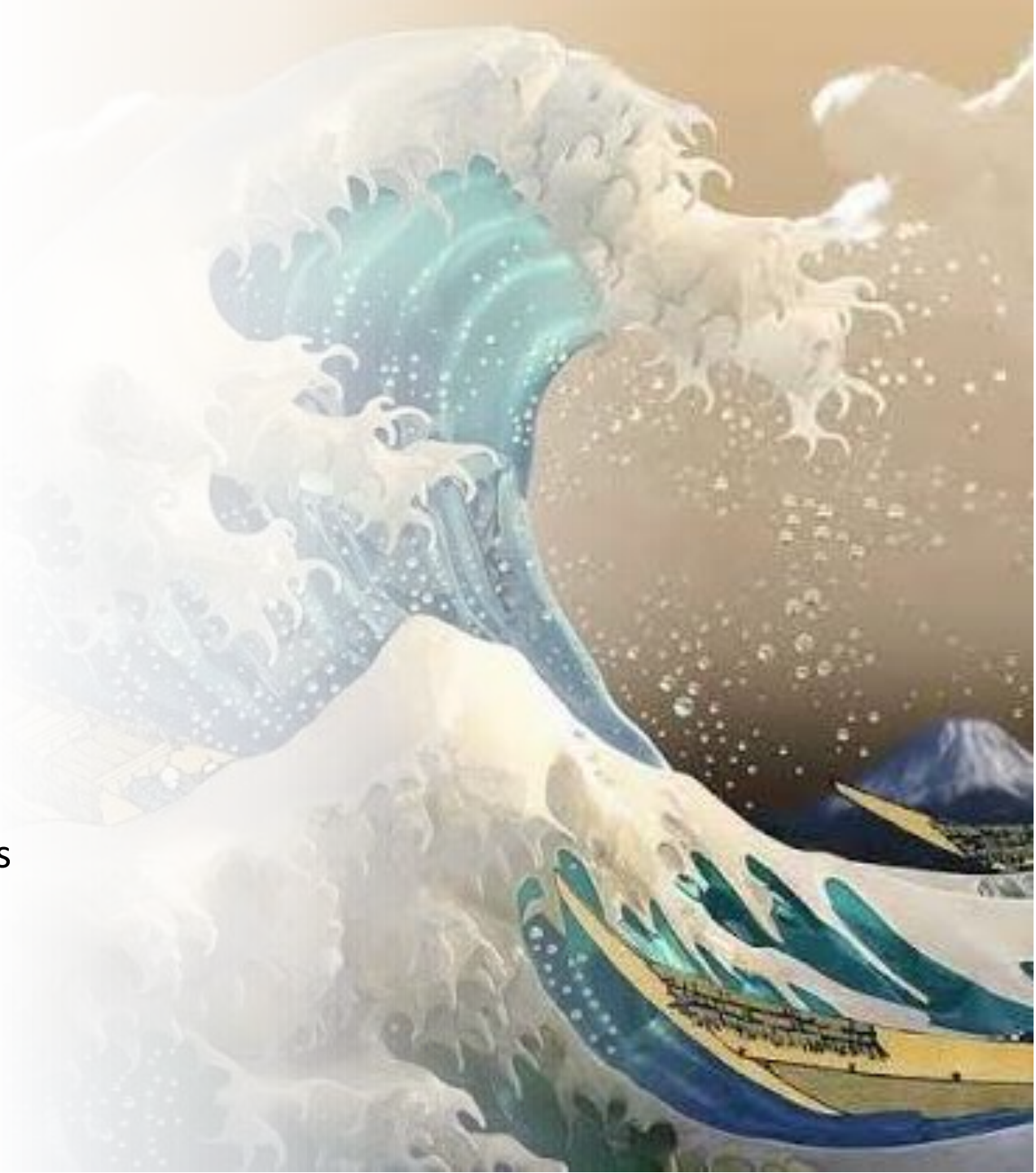
*Frecuencia:* 1 sesión por semana de 2 horas de duración.

### *Número de consultantes :*

- De 6 a 10 por grupo.

### *Impartido por:*

- un Terapeuta y un Coterapeuta.



## ¿Qué es la Desregulación Emocional?

- ***Fenómeno  
transdiagnóstico***
- ***Origen***
  - Biosocial
  - Aprendizaje
  - Déficit de habilidades

# Módulos del GEH.

## Grupo de entrenamiento en habilidades





## ¿Porqué un entrenamiento en habilidades?

- Desarrollar estrategias que ayuden a conseguir las metas.
- Aprender a implementar acciones y superar las crisis.
- Regular las emociones negativas e incrementar las positivas.
- ***Para vivir más plenamente cada momento.***



# Cómo es un GEH.



***Se favorece el incremento de habilidades en los consultante:*** Al exponer nuevas habilidades por parte de los terapeutas quienes modela y realizan role playings de acuerdo a la habilidad que se este practicando. Se indica práctica para casa, con lo se va favoreciendo un moldeando por aproximaciones sucesivas.

**Mejorando la motivación del consultante** al realizar un reforzamiento positivo por los logros y esfuerzos de los consultantes. De manera que logre generalizar las habilidades adquiridas en cada uno de los módulos.



# Sesiones psicoeducativas a familiares.

## PARA ESTRUCTURAR EL AMBIENTE.

Se llega a favorecer la comprensión del consultante, lo que genera un apoyo más eficaz y menor desgaste familiar.





# CLISAI

Clínica de Salud Integral Jacarandas



# DBT

GUANAJUATO