



# **Società Italiana per la Dialectical Behavior Therapy (SIDBT)**

---

## **WORKSHOP INTRODUTTIVO TEORICO-PRATICO**

### **Dialectical Behavior Therapy (DBT)**

---

#### **OBIETTIVI di apprendimento**

- Conoscenza e sperimentazione delle principali tecniche, strategie e principi della DBT
- Apprendimento attivo del lavoro con il paziente secondo il modello DBT
- Orientamento sui programmi di trattamento DBT e sulla loro efficacia
- Orientamento per diventare terapeuta DBT

#### **PROGRAMMA (due giornate, 16 ore)**

- Presentazione del workshop
- Attività pratica: esercizio di mindfulness
- La DBT: origini, caratteristiche ed evoluzione
- Le basi teoriche del trattamento: principi e protocolli
- La diagnosi comportamentale DBT
- La teoria biosociale e la dialettica
- Attività pratica: esercitazione su un caso clinico oppure role-playing tra partecipanti
- Il trattamento: modalità e obiettivi
- Attività pratica: il lavoro in team
- Il pre-trattamento: obiettivi e target
- Esercizio pratico: simulazione di un pre-trattamento
- Strategie e tecniche del trattamento individuale: validazione e problem solving
- Attività pratica: uso della scheda e priorità dei target in seduta

- Lo Skills Training: caratteristiche generali e moduli
- Il modulo di Mindfulness
- Attività pratica: l'insegnamento del modulo di Mindfulness
- Il modulo di Efficacia Interpersonale
- Attività pratica: l'insegnamento del modulo di Efficacia Interpersonale
- Il modulo di Regolazione delle Emozioni
- Attività pratica: l'insegnamento del modulo di Regolazione delle Emozioni
- Attività pratica esercizio di Mindfulness
- Il modulo di Gestione della Crisi
- Attività pratica: l'insegnamento del modulo di Gestione della Crisi
- La formazione DBT in Italia: la SIDBT
- Orientamento per diventare terapeuta DBT

### Metodologia didattica

- Lezioni frontali
- Esercizi di gruppo
- Role-playing

I docenti sono didatti riconosciuti da SIDBT