

Radically Open Dialectical Behavior Therapy (RO DBT) – Level 2

1. Apertura Radicale e Mente Chiusa

- Segnali di Mente Chiusa (fisiologici, cognitivi, comportamentali)
- Condizioni di innesco della Mente Chiusa
- Bias nella percezione sociale: effetto attore-osservatore, locus of control, profezia che si autoavvera
- Definizione di Apertura Radicale (RO)
- Assunti fondamentali della RO DBT
- Apertura Radicale vs Accettazione Radicale
- I 3 passi della Radical Openness

2. Auto-indagine e Sana Messa in Discussione

- Il concetto di "Limite"
- Auto-indagine "nella foga del momento"
- Auto-Disvelamento (Outing Yourself): fasi e ruolo dell'ascoltatore
- Comportamenti anti-auto-indagine da evitare
- Diario di Auto-Indagine: struttura e modalità d'uso

3. Strutturazione del Trattamento RO DBT

- Obiettivi primari del trattamento
- Modello ambulatoriale (~30 settimane): sessione individuale, skills training, consulto telefonico, consultazione tra terapeuti
- Sessione 1: dinamiche sociali, valutazione del rischio, copione di auto-identificazione dell'ipercontrollo, prevenzione drop-out
- Sessione 2: orientamento allo Skills Training
- Sessione 3: obiettivi di valore, teoria biosociale dell'ipercontrollo
- Sessione 4: meccanismo di cambiamento chiave, scheda di monitoraggio
- Struttura standard delle sessioni 5-30+
- Sequenziamento generale del trattamento (settimane 1-30)

4. Meccanismo di Cambiamento Chiave

- Basi teoriche: emozioni come segnali sociali
- Definizione di segnale sociale (social signal)
- Signaling disinibito vs signaling ipercontrollato
- Ipercontrollo come problema di solitudine emotiva
- Meccanismo centrale: Espressione aperta = Fiducia = Connessione sociale
- Copione didattico e storie dimostrative ("Ho delle notizie davvero eccitanti"; "È stata una bella relazione")