

Introducción a la terapia dialéctica conductual radicalmente abierta (RO-DBT): un modelo para el sobrecontrol.

Tarruella, Cecilia.

Cita:

Tarruella, Cecilia (2025). *Introducción a la terapia dialéctica conductual radicalmente abierta (RO-DBT): un modelo para el sobrecontrol*. XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXII Jornadas de Investigación XXI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VII Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VII Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-004/597>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eNDN/TR6>

INTRODUCCIÓN A LA TERAPIA DIALÉCTICA CONDUCTUAL RADICALMENTE ABIERTA (RO-DBT): UN MODELO PARA EL SOBRECONTROL

Tarruella, Cecilia

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

La Terapia Dialéctico-Conductual Radicalmente Abierta (RO-DBT) es una intervención transdiagnóstica desarrollada por Thomas Lynch, diseñada para abordar problemas vinculados al sobrecontrol emocional y conductual. A diferencia de otros tratamientos centrados en la desregulación, RO-DBT parte de la premisa de que un control excesivo puede generar aislamiento social, rigidez cognitiva y sufrimiento psicológico significativo. Esta presentación teórica tiene como objetivo introducir los fundamentos del modelo, su marco explicativo y su aplicabilidad clínica. Desde una perspectiva biosocial, RO-DBT conceptualiza el sobrecontrol como un rasgo de temperamento exacerbado por ambientes invalidantes o exigentes. Se presentan los componentes centrales del tratamiento, incluyendo el trabajo con señales sociales, la apertura radical y la conexión auténtica como ejes de cambio. Se argumenta que este enfoque resulta especialmente útil en cuadros como el trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad, la anorexia restrictiva, la depresión resistente al tratamiento y ciertos trastornos de la personalidad. La conclusión destaca el valor clínico de RO-DBT en poblaciones caracterizadas por inhibición emocional, autocontrol excesivo y dificultades en la vinculación interpersonal, proponiéndola como una herramienta prometedora dentro del panorama de las terapias contextuales.

Palabras clave

RO-DBT - Sobrecontrol - Conectividad social - Terapias contextuales

ABSTRACT

INTRODUCTION TO RADICALLY OPEN DIALECTICAL BEHAVIOR THERAPY (RO-DBT): A MODEL FOR OVERCONTROL

Radically Open Dialectical Behavior Therapy (RO-DBT) is a transdiagnostic intervention developed by Thomas Lynch, designed to address emotional and behavioral overcontrol. Unlike other treatments that focus on dysregulation, RO-DBT starts from the premise that excessive self-control can lead to social isolation, cognitive rigidity, and significant psychological distress. This theoretical presentation aims to introduce the foundations of the model, its explanatory framework, and its clinical applicability. From a biosocial perspective, RO-DBT conceptualizes overcontrol as a temperament trait exacerbated by invalidating or highly demanding

environments. Core components of the treatment are presented, including social signaling, radical openness, and genuine connection as mechanisms of change. It is argued that this approach is particularly useful for conditions such as obsessive-compulsive personality disorder, restrictive anorexia nervosa, treatment-resistant depression, and certain personality disorders. The conclusion highlights the clinical value of RO-DBT in populations characterized by emotional inhibition, excessive self-control, and difficulties in interpersonal bonding, proposing it as a promising tool within the field of contextual behavioral therapies.

Keywords

RO-DBT - Overcontrol - Social connection - Contextual therapies

BIBLIOGRAFÍA

- Lynch, T. R. (2018). *Radically Open Dialectical Behavior Therapy: Theory and Practice for Treating Disorders of Overcontrol*. New Harbinger Publications.
- Lynch, T. R., Hempel, R. J., & Dunkley, C. (2015). Radically Open-Dialectical Behavior Therapy for disorders of over-control: Signaling matters. *American Journal of Psychotherapy*, 69(2). 141-162. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.2015.69.2.141>
- Lynch, T. R., Gray, K. L., Hempel, R. J., Titley, M., Chen, E. Y., & O'Mahen, H. A. (2013). Radically open-dialectical behavior therapy for adult anorexia nervosa: Feasibility and outcomes from an inpatient program. *BMC Psychiatry*, 13(1). 293. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-13-293>