

GUÍA DOCENTE

2020/21

Centro 231 - Facultad de Psicología

Ciclo Indiferente

Plan GPSICO20 - Grado en Psicología

Curso 3er curso

ASIGNATURA

25096 - Psicología de la Salud

Créditos ECTS : 6

DESCRIPCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA ASIGNATURA

Datos básicos del equipo docente:

PARTE I: Departamento PETRA: personalidad, evaluación y tratamiento psicológico

Profesorado: Goretti Soroa (coord.)(euskera) goretti.soroa@ehu.eus y Ainara Andiarena (castellano) ainara.andiarena@ehu.eus

PARTE II: Departamento de Psicología social y metodología de las ciencias del comportamiento (área psicología social)

Profesorado: Arrate Aguirrezabal (euskera) arrate.aguirrezabal@ehu.eus y Dario Páez (castellano) dario.paez@ehu.eus.

DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA:

El objetivo de la Psicología de la Salud consiste en la aplicación de los métodos y técnicas de la psicología científica al ámbito de la promoción, prevención y tratamiento tanto de las enfermedades físicas como de la promoción de la salud.

Existe por lo tanto un doble objetivo: por un lado dar a conocer los conocimientos y aportaciones de la psicología de la salud al alumnado y por otro la enseñanza de competencias prácticas orientadas a la recuperación y mejora de la salud, de tal forma que los/as alumnos/as puedan aplicarlas en su devenir profesional.

La docencia de la asignatura se realiza por profesorado del dpto. de personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos en su primera parte (Ainara Andiarena y Goretti Soroa) y por profesorado del dpto. de psicología social (Dario Páez y Arrate Aguirrezabal) en la segunda parte. Los seis créditos obligatorios se dividen en tres para cada dpto.

COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

1. Conocer los conceptos, características, modelos y funciones básicas de la psicología de la salud para la búsqueda del bienestar psicológico y social.
2. Conocer las áreas de aplicación de la psicología de la salud y su relación con otras disciplinas profesionales y/o científicas.
3. Saber aplicar las técnicas de programación y evaluación en salud, teniendo en cuenta los valores y procesos cognitivos, emocionales, psicobiológicos y comportamentales vinculados a la prevención, la felicidad y el bienestar.
4. Ser capaz de elaborar informes técnicos orales y escritos sobre el bienestar social y psicológico, ajustándose al código deontológico de la psicología de la salud.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES

Ser capaz de buscar, gestionar y analizar y sintetizar críticamente la información relacionada con la psicología a partir de fuentes de información y documentación.

Ser capaz de relacionarse y comunicarse de manera efectiva y ser capaz de trabajar tanto individualmente como en equipo, asumiendo responsabilidades y colaborando eficazmente con otros.

Conocer el marco legal y el código deontológico que regulan la práctica profesional del psicólogo.

Adquirir habilidades de aprendizaje que capaciten al estudiantes para el aprendizaje autónomo.

CONTENIDOS TEORICO-PRACTICOS

CONTENIDOS TEÓRICOS

Tema 1. Introducción a la Psicología de la Salud.

Tema 2. Salud y factores biopsicosociales

Tema 3. Estrés y Salud.

Tema 4. Aplicaciones de la psicología de la salud

Tema 5. Modelos hedónicos y eudamónicos del bienestar.

Tema 6. Determinantes psicosociales: ciclo vital y bienestar.

Tema 7. Contextos culturales, visión global y salud

Tema 8. Apoyo social, cambios vitales y bienestar.

Tema 9. Regulación e inteligencia emocional, afrontamiento del cambio, crecimiento post estrés y bienestar.

Tema 10. Programas de intervención para incremento del bienestar.

CONTENIDOS PRÁCTICOS

Los contenidos prácticos están distribuidos en formato de talleres, seminarios o prácticas de aula.

Práctica 1. Acciones para la promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

Práctica 2. Evaluación de la salud y factores biopsicosociales

Práctica 3. Estrés y salud

Práctica 4. Aplicaciones de la psicología de la salud I

Práctica 5. Aplicaciones de la psicología de la salud II

Práctica 6. Bienestar hedónico

Práctica 7. Bienestar eudaimónico

Práctica 8. Determinantes socio-psicológicos y bienestar

Práctica 9. Cambios vitales y bienestar

Práctica 10. Salud global
Práctica 11. Afrontamiento del cambio y regulación afectiva
Práctica 12. Programas de intervención en salud

METODOLOGÍA

La asignatura se divide en dos partes:

Primera parte: introducción a la psicología de la salud y aplicaciones clínicas (impartida por el profesorado del dpto. de personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos)

Segunda parte: psicología de la salud y bienestar (impartida por el profesorado del dpto. de psicología social)

La asignatura consta de 30 horas magistrales en las que se imparte el contenido teórico, mientras que en el resto de horas se impartirán los contenidos prácticos distribuidos en formato de talleres, seminarios o prácticas.

TIPOS DE DOCENCIA

Tipo de Docencia	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Horas de Docencia Presencial	30	2	21		2		5		
Horas de Actividad No Presencial del Alumno	45	3	31,5		3		7,5		

Leyenda: M: Magistral
GL: P. Laboratorio
TA: Taller

S: Seminario
GO: P. Ordenador
TI: Taller Ind.

GA: P. de Aula
GCL: P. Clínicas
GCA: P. de Campo

SISTEMAS DE EVALUACIÓN

- Sistema de evaluación final

HERRAMIENTAS Y PORCENTAJES DE CALIFICACIÓN

- Prueba tipo test 50%
- Realización de prácticas (ejercicios, casos o problemas) 50%

CONVOCATORIA ORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

Evaluación continua:

Parte teórica (50%): examen parcial o final, a elegir por el alumnado, que supondrá 3 puntos en la primera parte de la asignatura y 2 puntos en la segunda.

Parte práctica (50%): evaluación continua de las prácticas (prácticas de aula, seminarios y talleres) que supondrá 2 puntos en la primera parte de la asignatura y 3 puntos en la segunda.

Evaluación final:

El alumnado tendrá derecho a ser evaluado a través de un examen final que contemple el 100% de la nota con el contenido teórico y práctico, independientemente de que haya participado o no en el sistema de evaluación continua.

Para ello, el alumnado deberá presentar por escrito al profesorado responsable de la asignatura la renuncia a la evaluación continua, para lo que dispondrán de un plazo de 9 semanas, a contar desde el comienzo del cuatrimestre.

La no presentación a la prueba fijada en la fecha oficial de exámenes supondrá la renuncia automática a la convocatoria correspondiente. La renuncia a la convocatoria supondrá la calificación de no presentado/a.

Nota final: la nota final será la composición ponderada de ambas partes.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

Se utilizará el mismo sistema de evaluación que en la convocatoria ordinaria.

MATERIALES DE USO OBLIGATORIO

Materiales teórico-prácticos disponibles en la copistería de la facultad y en la plataforma eGela

BIBLIOGRAFIA

Bibliografía básica

Psicología de la Salud

Amigo, I., Fernández, C., eta Pérez, M. (2009). Manual de Psicología de la Salud. Madrid: Piramide.

Bayés, R. (2000). Psicología del sufrimiento y de la muerte. Bartzelona: Martinez-Roca.

Bergeret, J. (1980). La personalidad normal y patológica. Edit. Gedisa. España. Cap. 1: Estructuras y Normalidad.

Brannon, L. eta Feist, J. (2000). Psicología de la Salud. Madrid: Paraninfo.

Canguilhem G. (1982). Lo Normal y lo Patológico. Edit. Siglo XXI. México. Cap. 4: Enfermedad, Curación, Salud.

Chiozza, L. (2007). ¿Por qué enfermamos? La historia que se oculta en el cuerpo. Edit. Libros del Zorzal. Buenos Aires.

Cruz Roche, R. (1991). Psicoanálisis: reflexiones epistemológicas. Edit. Espasa Calpe SA. Cap. 4: El Psicoanálisis, método terapéutico. (Punto 1: El Concepto de Salud en Psicoanálisis).

Esteve, R., eta Ramírez, C. (2003). El desafío del dolor crónico. Málaga: Aljibe.

Freud, S. y Bullit, W. (1973). El presidente Tomas W. Wilson, un estudio psicoanalítico. Edit. Letra Viva. Bs. As. Introducción.

Gil Roales-Nieto, J. (Arg.). (2004). Psicología de la Salud. Aproximación histórica, conceptual y aplicaciones. Madrid: Pirámide.

Klimas, N. G., O'Brien, A., & Fletcher, M. A. (2008). Overview of HIV. Psychosomatic Medicine, 70, 523-530.

Laplanche, J. y Pontalis, J.B. (1996): Diccionario de Psicoanálisis. Edit. Paidós. Buenos Aires.

Martínez Lavin, M. (2006). Fibromialgia: cuando el dolor se convierte en enfermedad. Edit. Aguilar.

Remor, E., Arranz, P. y Ulla, S. (2003). El psicólogo en el ámbito hospitalario. Edit. Desclee de Brouwer.

Sapolsky, R. M. (2008). ¿Por qué las cebras no tienen úlcera? La guía del estrés. Madrid: Alianza.

Simón, M. A. (Ed.). (1999). Manual de Psicología de la Salud. Fundamentos, Metodología y Aplicaciones. Madrid: Biblioteca Nueva.

Taylor, S. E. (2007). Psicología de la Salud. México D. F.: McGraw Hill.

Bienestar subjetivo hedónico y eudaimonico, psicológico y social

Obligatoria accesible en sitio web y se hará versión impresa en fotocopiadora Zorroaga:

Bienestar subjetivo hedónico y eudaimonico, psicológico y social

Bilbao, M.A., Techio, E. Et al (2011). Bienestar Subjetivo y Psicológico Social CAPÍTULO 6. En D.Paez, C. Martín-Beristain, JL Gonzalez, N. Basabe & J. De Rivera (Coords.) Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz. Madrid: Fundamentos.

En sitio Web www.ehu.es/pswparod : archivo Salud 2008_Ficha Tecnica I: Bienestar y Valoración Psico-Social de la Salud Mental y archivo Bienestar psicológico, social y clima emocional en Materiales y Escalas

Emociones positivas, negativas y Bienestar

Paez, D., Bobowik, M., Carrera, P. & Bosco, S, (2011). Evaluación de la Afectividad durante diferentes episodios. ANEXO AL CAPÍTULO 4. En D.Paez, C. Martín-Beristain, JL Gonzalez, N. Basabe & J. De Rivera (Coords.) Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz. Madrid: Fundamentos.

En sitio Web www.ehu.es/pswparod: archivo Evaluación de Afectividad durante diferentes episodios emocionales en Materiales y Escala

Hechos de cambio vital, creencias básicas y bienestar

Paez, D. Vazquez, C. Et al (2011) Crecimiento Post-estrés y Post Traumático CAPÍTULO 9. En D.Paez, C. Martín-Beristain, JL Gonzalez, N. Basabe & J. De Rivera (Coords.) Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz. Madrid: Fundamentos.

Arnosó, M. et al (2011). Creencias Básicas sobre el yo y el Mundo. CAPÍTULO 7. En D.Paez, C. Martín-Beristain, JL Gonzalez, N. Basabe & J. De Rivera (Coords.) Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz. Madrid: Fundamentos.

En sitio Web www.ehu.es/pswparod: archivo Violencia colectiva y creencias básicas sobre el mundo, los otros y el yo. Impacto y reconstrucción en Materiales y Escalas

Apego y Amor

Ubillos, S. Et al (2004). Relaciones Íntimas: Atracción, Amor y Cultura. Cap.15 En, D. Páez, I. Fernández, S. Ubillos y E. Zubieta Psicología Social, Cultura y Educación. Madrid: Pearson. Libro descatalogado. Descargable en sitio Web www.ehu.es/pswparod en Publicaciones archivo Psicología Social, Cultura y Educación, Capítulo 15.

Regulación afectividad y bienestar

Paez, D., Martínez, F. & Campos, M.(2011) Regulación y afrontamiento de afectividad positiva y negativa. Manuscrito borrador inédito. Descargable en sitio Web www.ehu.es/pswparod archivo Ficha 8 Regulación y Afrontamiento Emocional afectividad negativa y positiva y archivo Instrumentos Informe practica 8b 2010_Regulación y Afrontamiento Emocional en Materiales y Escalas

* los artículos y capítulos con este signo se pueden descargar del sitio web del Grupo Consolidado Cultura Cognición y Emoción o del sitio web de Psicothema. Las escalas de satisfacción con la vida de Diener, la escala de PANAS de

Watson, de Bienestar psicológico de Ryff, de Bienestar social de Keyes y de Emociones positivas/negativas de Fredrickson: <http://www.ehu.es/GCIPS/>

Bibliografía de profundización

- Casullo, M.M. (2008). Prácticas en Psicología Positiva. Bs. Aires: Lugar Editorial.
- Fernández- Abascal, F. (Coord.) (2008) Emociones Positivas. Madrid: Pirámide
- Gaucher, R. (2010). La Psychologie Positive. Paris: L' Harmattan.
- Javaloy, F. , Paez, D, et al (2007) Bienestar y Felicidad en la Juventud Española. Madrid: Injuve. Descargable gratis del sitio web Injuve.
- Layard, R, (2005). La Felicidad. Madrid: Taurus.
- Lyubomirsky, S. (2008): La Ciencia de la Felicidad. Barcelona: Urano.
- *Paez, D., Campos, M. & Bilbao, M.A. (2008) Del trauma a la felicidad: Pautas para la intervención. En C. Vazquez & G. Hervás (Eds.): Psicología Positiva Aplicada. Páginas, 237-262. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Seligman, MEP (2003). La Auténtica Felicidad. Barcelona: Vergara.
- Vázquez, C., y Hervás, G. (2008). (Eds.), Psicología Positiva aplicada. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Vázquez, C. y Hervás (2009). La ciencia del bienestar: Fundamentos de una Psicología Positiva. Madrid: Alianza Editorial
- Bibliografía Extensa sobre Bienestar y Crecimiento Post-estrés
- *Blanco, A., y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17, 582-589.
- Cabañero, M^aJ., Richard, M., Cabrero, J., Orts, M^a.I., Reig, A., y Tosal, B. (2004). Fiabilidad y validez de una Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puérperas. *Psicothema*, 16, 448-455.
- Calhoun, L. G. y Tedeschi, R. G. (2004). The foundations of posttraumatic growth: new considerations. *Psychological Inquiry*, 15, 93-102.
- Calhoun, L. G. y Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: an expanded framework. En L. G. Calhoun y R. G. Tedeschi (Eds.) *Handbook of Posttraumatic Growth*. (pp.1-23). Mahaw, NJ: Lawrence Erlbaum.
- *Campos, M., Iraurgi, I., Páez, D. y Velasco, C. (2004). Afrontamiento y regula

Revistas

- Revistas acceso libre
- Psicothema : www.psicothema.com/
- Boletín de Psicología: www.uv.es/seoane/boletin/boletin.html
- Intervención Psicosocial: www.scielo.isciii.es/scielo.php Una vez allí pedir Intervencion Psicosocial
- Revistas Biblioteca facultad
- Ansiedad y Estrés
- Revista de Psicología Social
- Health Psychology
- International Journal of Health and Clinical Psychology
- Journal of Personality and Social Psychology
- Personality and Social Psychology Review
- Personality and Social Psychology Bulletin
- Revue Internationale de Psychologie Sociale

Direcciones de internet de interés

- World Health Organisation (www.who.int/en/)
- Este sitio web del Grupo Consolidado de Investigación Cultura Cognición y Emoción están todos los materiales obligatorios descargables
- www.ehu.es/pswparod mirar en Materiales y Escalas y en Publicaciones Emociones y Bienestar
- Los sites siguientes tienen amplio material en castellano sobre bienestar, emociones y factores psicosociales
- Sitio de Carmelo Vazquez UCM
- <http://www.ucm.es/info/psisalud/carmelo/>
- <http://www.psicologiapositiva.org>
- Sitio de Itziar Fernández UNED
- <http://www.uned.es/dpto-psicologia-social-y-organizaciones/paginas/profesores/Itziar.htm>
- Sitio de Pilar Carrera et al UAM
- <http://www.scientia-affectus.es/>
- Sitio Web del Laboratorio de Emociones de la Universidad de Malaga
- Información sobre Inteligencia, regulación emocional y Bienestar
- <http://www.emotional.intelligence.uma.es>
- Sites internet inglés
- Site web sobre bienestar de Ed Diener
- <http://www.psych.uic.edu/~ediener>
- Sitio anglófono de información sobre bienestar y Psicología positiva
- <http://www.positivepsychology.org>

Sitio holandés que centraliza la información mundial sobre factores psicosociales del bienestar

<http://www.worlddatabaseofhappiness.eur.nl>

Site de Bárbara Fredrickson especialista de emociones positivas

http://www.unc.edu/peplab/barb_fredickson_page_html

Site de Sonya Lyubomirsky especialista de la Psicología del bienestar

<http://www.faculty.ucr.edu/sonja/~index/html>

Site Internet sobre expresión emocional y bienestar de James Pennebaker

<http://www.psy.utexas.edu/pennebaker>

Site Internet de la especialista del amor Elaine Hatfield

<http://www2.hawai.edu/~elaineh>

Sites internet francés sobre bienestar

<http://www.psychologiepositive.info>

<http://www.psychologie-positive.net>

Sitio de Bernard Rimé sobre expresión emocional y bienestar

<http://www.uclouvain.be/en-perso-bernard-rime>

OBSERVACIONES