

GUÍA DEL ESTUDIANTE

TERAPIA

COGNITIVO-CONDUCTUAL

**Curso:
2015-2016**

TITULACIÓN: GRADO EN PSICOLOGÍA

CENTRO: FACULTAD DE PSICOLOGÍA
CURSO ACADÉMICO: 2015-2016

GUÍA DEL ESTUDIANTE

1. DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

NOMBRE: TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL

CÓDIGO: 25101

CURSO ACADÉMICO: 2015-16

TIPO DE MATERIA= O

(D=Básica de Rama; S=Básica otras Ramas; Y=Proyecto fin de grado;
O=Obligatoria o P=Optativa)

Créditos ECTS: 4,5

CURSO: 4º

CUATRIMESTRE: 1º

Prerrequisitos:

Recomendaciones:

2. DATOS BÁSICOS DEL EQUIPO DOCENTE

NOMBRE: ALEXANDER MUELA APARICIO

CENTRO/DEPARTAMENTO: Facultad de Psicología/Dpto. Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico

ÁREA: Dpto. Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico

Nº DESPACHO: 1D7

E-MAIL alexander.muela@ehu.es

TLF: 943018341

URL WEB:

NOMBRE:

CENTRO/DEPARTAMENTO: Facultad de Psicología/

ÁREA:

Nº DESPACHO:

E-MAIL

TLF:

URL WEB:

NOMBRE:

CENTRO/DEPARTAMENTO: Facultad de Psicología/

ÁREA:

E-MAIL

TLF:

Nº DESPACHO:

URL WEB:

NOMBRE:

CENTRO/DEPARTAMENTO: Facultad de Psicología/

ÁREA:

E-MAIL

TLF:

Nº DESPACHO:

URL WEB:

3. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y TRANSVERSALES DE LA ASIGNATURA

Nº Competencia	Competencias
1	Conocer las características de la terapia cognitivo-conductual, sabiendo identificar las necesidades y demandas (individuales y grupales) de los usuarios en diferentes contextos.
2	Ser capaz de describir, interpretar y medir variables y procesos cognitivo-conductuales, seleccionando y administrando los instrumentos específicos.
3	Ser capaz de elegir y aplicar las estrategias y técnicas de intervención cognitivo-conductual, adecuadas para alcanzar los objetivos establecidos.
4	Ser capaz de diseñar, realizar e interpretar la evaluación de los programas y las intervenciones cognitivo-conductuales.
5	Ser capaz de elaborar informes orales y escritos.
6	Ser capaz de trabajar en equipos multiprofesionales.
7	Conocer y saber respetar las normas deontológicas de la psicología.
8	Ser capaz de utilizar las diferentes fuentes documentales relativas a la terapia cognitivo conductual, y mostrar dominio de las estrategias necesarias para acceder a la información.

4. PROGRAMA

4.1. PROGRAMA TEÓRICO DESARROLLADO

TEMA 1: Introducción

Principios básicos y metodológicos de la Terapia Cognitivo-Conductual. El proceso de intervención en la Terapia Cognitivo-Conductual. La relación terapeuta paciente desde la perspectiva de la Terapia Cognitivo-Conductual.

TEMA 2: Ansiedad Crónica: características, modelos explicativos, evaluación y tratamiento.

Peculiaridades de la ansiedad generalizada frente a otros trastornos de ansiedad. Aspectos diferenciales de la evaluación. Estrategias de intervención: relajación, reestructuración cognitiva y técnicas de exposición. Cómo intervenir sobre la preocupación.

TEMA 3: Fobias, Crisis de Ansiedad y agorafobia: características, modelos explicativos, evaluación y tratamiento.

Fobias específicas: descripción y naturaleza; evaluación detallada de las situaciones temidas; técnicas de exposición. Aspectos diferenciales de la fobia a la sangre. Fobia social: descripción y naturaleza. Ansiedad social, timidez y habilidades sociales. Consideración especial de los aspectos cognitivos. Técnicas y métodos de intervención; la combinación de técnicas de exposición y estrategias cognitivas. Crisis de pánico: rasgos clínicos. Explicaciones etiológicas y de mantenimiento: factores precipitantes, la hipótesis del miedo al miedo y la teoría de la hiperventilación. Evaluación y tratamiento de la agorafobia. Evaluación y tratamiento de los trastornos de pánico. El trastorno de agorafobia sin historia de pánico.

TEMA 4: Estrés postraumático: características, modelos explicativos, evaluación y tratamiento.

Descripción y naturaleza del estrés postraumático. Requisitos y habilidades específicas del terapeuta. Evaluación. Técnicas y métodos de intervención. Problemas en el desarrollo de los programas de intervención. Prevención de recaídas.

TEMA 5: Trastorno obsesivo-compulsivo: características, modelos explicativos, evaluación y tratamiento.

Descripción y naturaleza de obsesiones y compulsiones. Modelos teóricos explicativos. Evaluación de las obsesiones-compulsiones. Condiciones previas al inicio de la terapia: preparación del paciente. Tratamiento de obsesiones con rituales manifiestos. Tratamiento de las obsesiones sin rituales observables. La lentitud compulsiva: hipótesis explicativas y técnicas de intervención.

TEMA 6: Depresión: características: modelos explicativos, evaluación y tratamiento.

Concepto, clasificación y prevalencia. El enfoque cognitivo-conductual. Consideraciones sobre la evaluación. Delimitación de los objetivos terapéuticos. Técnicas conductuales. Técnicas cognitivas. Técnicas encaminadas a reducir los síntomas afectivos. Otras estrategias terapéuticas. Elementos comunes en los programas de intervención.

4.2. PROGRAMA PRÁCTICO (*)

Las prácticas seguirán una metodología participativa y consistirán en actividades diversas, tales como:

- Análisis de casos clínicos.
- Realización de ejercicios: la relajación, la entrevista, role-playing, plan de refuerzos.
- Realización de informes de casos.
- Búsqueda de información bibliográfica.
- Informe sobre el visionado de videos: análisis y preguntas sobre el tema.
- Realización de trabajos dirigidos: elaboración de un plan de tratamiento, lecturas científicas.

(*) indicar que competencias desarrolla cada tarea con el número correspondiente de competencia

5.-CRONOGRAMA DE PLANIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA
(COPIAR DEL PSIKOPLAN)

Semana	D.L.	Fechas	EM/CM (15 h.)	TA (28 h.)	Min/Sem (2 h.)	Horas no p. (45 h.)	Parcial	Entregable	Total
1	5	07/09-11/09	EM/CM1=1	[---]	Min/Sem1=2 Min/Sem2=2	3			5
2	5	14/09-18/09	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
3	5	21/09-25/09	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
4	5	28/09-02/10	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
5	5	05/10-09/10	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
6	4	12/10-16/10	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
7	5	19/10-23/10	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
8	5	26/10-30/10	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
9	5	02/11-06/11	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
10	5	09/11-13/11	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
11	5	16/11-20/11	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
12	5	23/11-27/11	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
13	5	30/11-04/12	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
14	3	07/12-11/12	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
15	5	14/12-18/12	EM/CM1=1	TA1=2	[---]	3			3
			EM/CM1=15	TA1=28	Min/Sem1=2 Min/Sem2=2				
Totales	72		15	28	4	45	0	0	47

6. SISTEMA DE EVALUACIÓN (PARTE TEÓRICA Y PRÁCTICA)

En la evaluación de la asignatura se distinguen dos partes diferenciadas: evaluación de los contenidos teóricos (puntuación máxima: 7) y evaluación de las actividades prácticas (puntuación máxima: 3). La calificación final de la asignatura será la suma de las notas obtenidas en la

evaluación de la parte teórica y práctica, siempre que ambas partes hayan sido aprobadas por separado.

La evaluación de los contenidos teóricos consiste en una prueba objetiva tipo test (preguntas con 4 posibles respuestas). La fórmula de corrección es: $\text{aciertos} - (\text{errores} / n - 1)$ donde n es el número de alternativas de cada ítem (puntuación máxima: 7).

- Las preguntas del examen se basarán en el siguiente texto:

Vallejo, M. A. (2012). *Manual de terapia de conducta* (Vols. I). Madrid: Dykinson

La evaluación de los contenidos prácticos estará conformado por la resolución de un caso práctico que el alumno/a deberá responder de forma breve, pero razonada (puntuación máxima: 3).

Cabe señalar que, de acuerdo con la *Normativa de Gestión Académica*, en esta asignatura, bastará con no presentarse al examen para renunciar a la convocatoria

7. DOCUMENTACIÓN/BIBLIOGRAFÍA

BÁSICA:

- Caballo, V. E. (1998). *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. Madrid: Siglo XXI.
- Cruzado, J. A., Labrador, F.J. y Muñoz, M. (2004). *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta*. Madrid: Editorial Pirámide.
- Labrador, F. J. (Coord.) (2012). *Técnicas de modificación y de conducta*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Mayor, J. y Labrador, F. J. (1993). *Manual de modificación de conducta*. Madrid: Editorial Alhambra.
- Olivares, J. y Méndez, F. X. (2006). *Técnicas de modificación de conducta*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Rosa, A. I., Olivares, J. y Méndez, F. X. (2004). *Introducción a las técnicas de intervención y tratamiento psicológico*. Madrid: Editorial Pirámide.
- Vallejo, M. A. (2012). *Manual de terapia de conducta* (Vols. I y II). Madrid: Dykinson
- Vallejo, M. A. y Ruíz, M.A. (1993). *Manual práctico de modificación de conducta* (Vols I y II). Madrid: Fundación Universidad-Empresa.
- Vila, J. y Fernández-Santaella, M. C. (2004). *Tratamientos psicológicos. La perspectiva experimental*. Madrid: Editorial Pirámide.

LIBROS DE CASOS

- Espada, J. P., Olivares, J. y Méndez, F. X. (ed.) (2005). *Terapia psicológica. Casos prácticos*. Madrid: Ed. Pirámide.
- Hersen, M. y Last, C.G. (1993). *Manual de casos de terapia de conducta*. Bilbao: DDB (orig. 1985).
- Macià, D. y Méndez, F. X. (1991). *Aplicaciones clínicas de la evaluación y modificación de*

conducta. Estudio de casos. Madrid: Ed. Pirámide.

Macià, D., Méndez, X. y Olivares, J. (Eds.)(1993). *Intervención psicológica: Programas aplicados de tratamiento.* Madrid: Pirámide.

Méndez, F. X. y Macià, D. (1990). *Modificación de conducta con niños y adolescentes.* Madrid: Ed. Pirámide.

Méndez, F. X., Macià, D. y Olivares, J. (Eds.)(1993). *Intervención conductual en contextos comunitarios. Programas aplicados de prevención.* Madrid: Pirámide.

Vallejo, M. A., Fernández-Abascal, E. G. y Labrador, F. J. (1990). *Modificación de conducta: análisis de casos.* Madrid: TEA.

COMPLEMENTARIA:

Espada Sánchez, J. P. Olivares, J. y Méndez, F. X. (2004). *Terapia Psicológica.* Madrid: Editorial Pirámide

Gavino Lázaro, A. (2004). *Tratamientos psicológicos y trastornos clínicos.* Madrid: Editorial Pirámide

Gavino Lázaro, A. (2006). *Guía de técnicas de terapia de conducta.* Madrid: Editorial Pirámide

Labrador, F. J., Echeburúa, E. y Becoña, E. (2000). *Guía para la elección de tratamientos psicológicos eficaces. Hacia una nueva psicología clínica.* Madrid: Dykinson

Macià, D. y Méndez, F. X. (1988). *Aplicaciones clínicas de la evaluación y modificación de conducta. Estudio de casos.* Madrid: Pirámide.

Macià, D., Méndez, F. X. y Olivares, J. (1993). *Intervención psicológica: Programas aplicados de tratamiento.* Madrid: Pirámide.

Martín, G. y Pear, J. (1998). *Modificación de conducta (5ª edic.).* Madrid: Prentice-Hall Iberia.

Méndez, F. X., Macià, D. y Olivares, J. (1993). *Intervención conductual en contextos comunitarios I. Programas aplicados de prevención.* Madrid: Pirámide.

Olivares, J. y Sánchez, J. (1999) (Coords.). *Una aproximación a la modificación de conducta en España.* Psicología Conductual, 5 (2).

Pérez-Álvarez, M., Fernández-Hermida, J. R., Fernández Rodríguez, C. y Amigo, I. (Coords.) (2003). *Guía de Tratamientos Psicológicos Eficaces* (vol. I, Adultos; vol. II, Psicología de la Salud y vol. III. Infancia y Adolescencia) Madrid: Pirámide.

Romero, A., Jara, P. y Campoy, G. (2001). *Manual de aprendizaje y condicionamiento.* Murcia: Diego Marín.

Vázquez, C. (2003). *Técnicas cognitivas de intervención clínica.* Madrid: Síntesis.

Revistas y Publicaciones Periódicas

Análisis y Modificación de Conducta

Psicología Conductual

Ansiedad y Estrés

Boletín de Psicología

Clínica y Salud

Revista Española de Psicología General y Aplicada

Revista de Psicopatología y Psicología Clínica

Behaviour Modification
Behavior Therapy
Behaviour Research and Therapy
Cognitive Therapy and Research
International Journal of Clinical and Health Psychology
Journal of Applied Behavior Analysis
Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry
Journal of Consulting and Clinical Psychology
Psicothema

RECURSOS EN INTERNET:

<http://www.nice.org.uk/guidance>

<http://www.guiasalud.es/>

<http://www.nimh-nih.gov/health/publications/espanol>

<http://www.ucm.es/info/psclinic/guiareftrat/index.php>

8. HORARIO DE TUTORÍAS

Al horario de tutorías se podrá acceder a través del siguiente enlace: [Tutorías](#)