

# TÈCNiques D'INTERVENCIÓ I TRACTAMENT PSICOLÒGIC 26922

Modificat: juny-2006

Unitat de Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològic  
Departament de Psicologia de la Salut i de Psicologia Social

Professors/es:

Sandra Farrera, Helena Marroquín, Francesca Villafaña, Marisol Mora, Joan Torras, Teresa Gutiérrez i David Sánchez (Teoria)  
Marisol Mora i Joan Torras (Pràctiques)

## OBJECTIUS GENERALS DE L'ASSIGNATURA

---

1. Adquirir una visió global de les principals tècniques d'intervenció i tractament psicològic que s'utilitzen en la pràctica clínica
2. Familiaritzar-se amb el procés d'intervenció i les habilitats terapèutiques que han demostrat la seva eficàcia en la pràctica clínica
3. Conèixer i familiaritzar-se amb l'entrenament en la pràctica progressiva de les tècniques terapèutiques més utilitzades
4. Conèixer les tècniques d'avaluació que permeten mesurar els resultats obtinguts amb l'aplicació de les tècniques i les principals dades disponibles sobre l'eficàcia dels diferents tractaments psicològics

## TEMARI

---

1. El procés d'intervenció psicològica i les habilitats terapèutiques
2. Tècniques de control de l'activació: Relaxació i respiració
3. Tècniques de reducció de l'ansietat: la Dessensibilització Sistemàtica
4. Tècniques de reducció de l'ansietat: Exposició
5. Tècniques operants per desenvolupar, mantenir, reduir i eliminar conductes
6. Entrenament en Habilitats Socials
7. Procediments d'autocontrol
8. Inoculació de l'estrès
9. Tècniques de solució de problemes
10. Teràpies racionals i de reestructuració cognitiva
11. L'eficàcia dels tractaments psicològics

## PRÀCTIQUES

---

Aquesta assignatura permet un aprenentatge pràctic de l'ús de les tècniques. Es faran demostracions mitjançant tècniques de *role playing* i de simulació. Per tant, mitjançant tècniques de modelament i moldejament, els alumnes podran aprendre l'aplicació de les tècniques i portar-la a la pràctica en petits grups. Es treballaran els temes següents:

1. Tècniques de Relaxació
2. Tècniques d'exposició
3. Tècniques d'autocontrol
4. Entrenament en Habilitats Socials
5. Tècniques d'Inoculació de l'estrès
6. Tècniques de Solució de problemes
7. Teràpia Cognitiva

La realització de les pràctiques no suposarà cap tems de dedicació no presencial per part de l'estudiant, excepte en el cas que s'optés per realitzar un treball optatiu per pujar nota (fin a 1 punt) en cas d'aprovar l'assignatura.

## **DOCÈNCIA TUTORITZADA**

---

La metodologia didàctica d'aquesta assignatura implica que l'alumne, abans de cada sessió de teoria, ha de realitzar una lectura i treballar sobre la mateixa seguint un esquema especificat en una guia d'estudi que s'editarà al començament del curs. Les classes de teoria no seran exposicions magistrals per part del professor. Consistiran en sessions de discussió guiades sobre el treball previ realitzat per l'alumne. Això pot suposar una dedicació de 2 hores setmanals per part de l'estudiant.

Conscients que aquesta metodologia suposa una dedicació prèvia i setmanal de l'alumne/a a les sessions de teoria, la DT consistirà en proporcionar un espai addicional d'una hora setmanal sense programació horària específica per la preparació d'aquestes sessions. Per tant, serà de caire no presencial. Els estudiants podran adreçar-se als seus professors/es en horaris d'atenció o bé en hores convingudes a fi de solucionar qualsevol tipus de dubte que pugui sortir.

## **AVALUACIÓ I PREPARACIÓ**

---

Tant la part teòrica com la pràctica es podran superar amb dos proves objectives parcials realitzades al llarg del curs els mateixos dies de classe (una a meitat de curs i l'altre l'últim dia de classe).

Seràn proves d'aproximadament 5 preguntes per tema, d'elecció múltiple, amb quatre possibilitats de resposta i només una correcta. La penalització serà d'un punt per cada tres respostes incorrectes. Cada prova parcial inclourà preguntes sobre les pràctiques que s'hagin fet fins el moment. La nota final correspondrà a la mitjana ponderada de les 2 proves parcials. No serà imprescindible aprovar ambdues proves per separat per obtenir l'aprobat. Les preguntes no seran únicament de tipus descriptiu o de reconeixement, i implicaran reflexions i aplicacions de conceptes.

Els estudiants aprovats amb una nota  $\geq 4,75$ , podran obtenir fins a un punt addicional sobre la nota final si han fet el treball de pràctiques optatiu al llarg del curs. L'aprobat es situarà en una nota  $\geq 5$ . En els casos en que no s'aprovi l'examen, la nota del treball es reservarà fins la segona convocatòria.

Els alumnes suspesos o que no s'hagin presentat a les avaluacions parcials es podran examinar a les convocatòries oficials del curs. En el cas de presentar-se a les proves parcials, aquesta qualificació esdevindrà oficial si després l'estudiant opta per no presentar-se a la convocatòria oficial. Cas de presentar-se a la convocatòria oficial, prevaldrà aquesta última qualificació. L'avaluació de la convocatòria oficial consistirà en una prova objectiva d'elecció múltiple amb 4 alternatives de resposta, només una correcta, i una penalització d'un punt per cada tres respostes incorrectes. La prova constarà de 60 preguntes, de les quals un 25% seran sobre les pràctiques. Aquest examen serà de característiques semblants a les proves parcials.

## **ASSIGNATURES DE LLIURE ELECCIÓ RECOMANADES**

---

### **Filosofia**

21041 Processos de Canvi Científic 5 crèdits 2n semestre

### **Humanitats**

23310 Ciència, Tècnica i Pensament Actual 5 crèdits 1r semestre

### **Medicina**

26780 Evolució i Concepte de Malaltia 4,5 crèdits 2n semestre Vall d'Hebron (grup 3)

### **Estadística**

20028 Mètodes de Recerca en Ciències de la Salut I 6 crèdits 2n semestre

20032 Mètodes de Recerca en Ciències de la Salut II 6 crèdits 2n semestre

## **BIBLIOGRAFÍA**

---

Com ja s'ha indicat, la metodologia didàctica d'aquesta assignatura implica que l'alumne, abans de cada sessió de teoria, ha de realitzar una lectura i treballar sobre la mateixa seguint un esquema especificat en una guia d'estudi que s'editarà en el seu moment. Aquestes lectures obligatòries es troben en els següents manuals:

Labrador, F., Cruzado, J. y Muñoz, M. (2003) *Manual de Técnicas de Modificación y Terapia de Conducta*. Madrid: Pirámide.

Froján Parga, M. X. y Santacreu, J. (1999) *Qué es un tratamiento psicológico*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Olivares Rodríguez, J., Méndez Carrillo, F.X. (1998) *Técnicas de modificación de conducta*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Crespo López, M. y Larroy García, C. (1998) *Técnicas de modificación de conducta*. Madrid: Dykinson.