

# TÈCNiques DE TERÀPIA I MODIFICACIÓ DEL COMPORTAMENT 21175

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

**Professores:** Rosa M<sup>a</sup> Raich i Escursell, Teresa Gutiérrez Rosado i Marisol Mora Giral

## OBJETIVOS

---

### GENERALES

1. **Conocer** las principales técnicas utilizadas desde la Terapia y Modificación de Conducta.
2. **Familiarizarse** con los procedimientos de aplicación de las diferentes técnicas.
3. **Iniciarse** en las condiciones requeridas para la aplicación de una técnica determinada.

### ESPECÍFICOS PARA CADA TÉCNICA

1. **Explicar** las bases teóricas (comprensión)
2. **Esquematizar** los procedimientos básicos (síntesis)
3. **Identificar** los diferentes situaciones clínicas en que sería adecuada la aplicación de la misma (Adquisición de conocimientos)
4. **Organizar** las diferentes técnicas en función del modelo teórico del que parten (Análisis)
5. **Analizar** las ventajas y limitaciones de cada técnica (evaluación)
6. **Formular** la ejecución o aplicación de una técnica concreta (Aplicación).

### TEMARIO <sup>1</sup>

**Tema 1.** Introducción: relación entre evaluación conductual e intervención en terapia de conducta

**Tema 2.** Diseños experimentales de N = 1

**Tema 3.** Técnicas de control de la activación: relajación y respiración

**Tema 4.** Técnicas de reducción de ansiedad: Desensibilización Sistemática

**Tema 5.** Técnicas de reducción de ansiedad: Exposición

**Tema 6.** Técnicas operantes para incrementar e instaurar conductas

**Tema 7.** Técnicas operantes para reducir y eliminar conductas

**Tema 8.** Entrenamiento en habilidades sociales

**Tema 9.** Procedimientos de autocontrol y entrenamiento en autoinstrucciones

---

<sup>1</sup> El temario de esta asignatura estará orientado en algunos casos a la intervención infantil (Dra. Forns) y a la intervención con adultos (Dra. Raich y Gutiérrez). En este sentido, el tema 7 se impartirá únicamente en el módulo impartido por la Dra. Forns.

**Tema 10.** Inoculación del estrés

**Tema 11.** Técnicas de resolución de problemas

**Tema 12.** Terapia cognitiva de Beck

**Tema 13.** Terapia Racional-Emotiva

1. El temario puede verse sometido a alguna modificación.

## **BIBLIOGRAFÍA**

---

Caballo, V. (1991) *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. Madrid: Siglo XXI.

Gelfand, D. M. y Hartmann, D. P. (1989) *Análisis y terapia de la conducta infantil*. Madrid: Pirámide.

Labrador, F., Cruzado, J. y Muñoz, M. (1995) *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta*. Madrid: Pirámide.

Maciá, D.; Méndez, F. y Olivares, J. (1993). *Técnicas de intervención y tratamiento psicológico*. Valencia: Promolibro.

Vallejo, M. A. y Ruiz, M. A. (Eds) (1993) *Manual práctico de modificación de conducta*. Madrid: Universidad-Empresa.

## **EVALUACIÓN**

---

Se realizará un examen el que se incluirá preguntas sobre el contenido teórico y práctico de la asignatura. Las clases prácticas también se evaluarán mediante ejercicios realizados en las sesiones.

## **PRACTICAS <sup>2</sup>**

---

1. Relajación Progresiva de Jacobson.
2. Relajación (Schultz) y Desensibilización Sistemática
3. Técnicas de Exposición
4. Técnicas Operantes (I y II)
5. Entrenamiento en Habilidades Sociales
6. Técnicas de autocontrol
7. Técnicas de Inoculación del Estrés
8. Técnicas de Resolución de problemas
9. Terapia Cognitiva (I y II)

En las sesiones prácticas se pretende iniciar al alumno en la implementación de las técnicas mediante diferentes procedimientos: autoaplicación, casos clínicos, role playing .... etc.

---

<sup>2</sup> (Las prácticas pueden verse sometidas a alguna modificación).