

# TÈCNiques D'INTERVENCIÓ I TRACTAMENT PSICOLÒGIC 26922

Modificat: juliol-2004

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

Professors/es:

David Sánchez Carracedo, Teresa Gutiérrez, Marisol Mora, Francesca Villafaña i Helena Marroquín (Teoria)

Marisol Mora i Joan Torras (Pràctiques)

David Sánchez Carracedo, Teresa Gutiérrez, Marisol Mora, Francesca Villafaña i Helena Marroquín (Docència Tutoritzada)

## 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. Introducció al tractament psicològic
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

## PRÁCTIQUES

---

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 en el seu moment. 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.

La docència tutoritzada consistirà bàsicament en dos tipus d'activitats. La més bàsica, no presencial, consistirà en proporcionar a l'alumne un espai addicional per la preparació de les sessions de teoria. Es requerirà una hora i mitja de dedicació setmanal aproximadament.

Per altre banda, es programaran algunes sessions addicionals presencials sobre temes d'interès relacionats amb l'assignatura i que no s'hagin abordat en el programa, com xerrades de persones i/o entitats com psicòlegs que treballen en presons o grups d'autoajuda com Alcohòlics Anònims, exposició del Pla de Salut Mental a Catalunya, etc.

Es recorda que les sessions de Docència Tutoritzada són optatives per l'alumne, i que no es tocaran temàtiques addicionals que puguin constituir objecte d'avaluació de l'assignatura.

## **AVALUACIÓ i PREPARACIÓ**

---

**L'avaluació serà de tipus continuat.** L'assignatura es podrà superar mitjançant dos proves objectives d'auto-avaluació realitzades al llarg del curs. El alumnes que no hagin seguit el sistema d'avaluació continuada o que hagin obtingut una puntuació inferior a l'aprobat s'hauran de presentar a un examen final del tipus de prova objectiva. Tant les proves objectives d'auto-avaluació com la final constaran d'un 70% de teoria i un 30% de pràctiques. Els estudiants aprovats podran obtenir fins a un punt addicional sobre la nota final amb un treball de pràctiques optatiu.

## **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.