

INTERVENCIÓ COGNITIU-CONDUCTUAL EN ADULTS

26937

Modificat: juliol-2002

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

Profesors: Marisol Mora, Joan Torras, Helena Marroquín

OBJETIUS

1. Adquirir els coneixements bàsics del programes d'intervenció cognitiu-conductuals a la pràctica clínica
2. Aprofundir els coneixements que els estudiants ténen de les principals tècniques cognitiu-conductuals (adquirits en l'assignatura de Tècniques d'Intervenció i Tractaments Psicològics), però especialment mostrant com s'adapten les tècniques específiques per a tractar diferents problemes conductuals o psicopatològics, aspecte aen el que no s'hi havia incidit en l'assignatura troncal
3. Exemplificar en diferents psicopatologies i problemes conductuals el lligam entre l'avaluació i l'intervenció en un cas concret, dintre del enfocament cognitiu-conductual (això es constata més específicament en les practiques)
4. Ensenyar com s'integran diferents tècniques en un programa d'intervenció per a tractar un cas amb un problema conductual o psicopatològic donat, quínes tècniques es seleccionen i per què
5. Tenir nocions clares del que és un protocol d'intervenció i de la seva flexibilitat així com una percepció crítica dels mateixos

TEMARI (sotmès a modificacions)

1. Tema 1. Intervenció cognitiu-conductual en ansietat: fobies específiques I i II
 - 1.1.Introducció
 - 1.2.Dades empíriques sobre l'exposició en fòbies específiques.
 - 1.3.Programa per al tractament de les fòbies específiques.
2. Tema 2. Intervenció cognitiu-conductual en ansietat: fòbia social I, II i III
 - 2.1.Introducció
 - 2.2.Fonaments teòrics del tractament de la fòbia social
 - 2.3.Resultats empírics de l'eficàcia dels tractaments cognitiu-conductuals.
 - 2.4.Avaluació de la fòbia social.
 - 2.5.Programa pel tractament cognitiu-conductual de la fòbia social.
3. Tema 3. Intervenció cognitiu-conductual en ansietat: agorafòbia I i II
 - 3.1.Introducció
 - 3.2.Evaluació
 - 3.4.Teràpia d'exposició.
 - 3.5.Tècniques cognitives i d'afrontament
4. Tema 4. Intervenció cognitiu-conductual en ansietat: trastorn d'estrès posttraumàtic I i II

- 4.1.Introducció
- 4.2.La teoria de l'aprenentatge: Tècniques pel control de l'ansietat.
- 4.3.La teoria del processament emocional: Tècniques d'exposició.
- 4.4.La teoria del processament de l'informació: Teràpia de processament cognitiu.
- 4.5.El reprocessament i la dessensibilització per moviments oculars.
- 5. Tema 5. Intervenció cognitiu-conductual en trastorns obsessiu-compulsius I, II i III
 - 5.1.Introducció
 - 5.2.Aspectes bàsics
 - 5.3.Teràpia de Foa i Wilson per a les compulsions.
 - 5.4.Teràpia de Freeston i Ladouceur per a les obsessions.
- 6. Tema 6. Intervenció cognitiu-conductual en trastorns depressius I, II i III
 - 6.1.Introducció
 - 6.2.Model cognitiu de Beck.
 - 6.3.Protocol d'intervenció per a la depressió proposat per Beck
- 7. Tema 7. Intervenció cognitiu-conductual en disfuncions sexuals I, II i III
 - 7.1.Introducció
 - 7.2.Tipus de disfuncions sexuals.
 - 7.3.Factors psicosocials que poden desencadenar o mantenir les disfuncions sexuals.
 - 7.4.Tractament cognitiu-conductual: Educació (informació)
 - 7.5.Tractament cognitiu-conductual: reestructuració cognitiva.
 - 7.6.Tractament cognitiu-conductual: Entrenament en habilitats conductuals
 - 7.7.Tractament cognitiu-conductual: Focalització sensorial
 - 7.8.Tractament cognitiu-conductual: entrenament en comunicació i guions sexuals.
 - 7.9.Prevenió de recaigudes.
- 8. Tema 8 Intervenció cognitiu-conductual en problemes de parella. I, II i III
 - 8.1.Introducció.
 - 8.2.Models explicatius dels problemes de parella.
 - 8.3.Avaluació
 - 8.4.Programa de tractament: Estratègies per augmentar i potenciar el canvi positiu.
 - 8.5.Modificació de l'estil de comunicació.
 - 8.6.Expressió de sentiments.
 - 8.7.Entrenament en habilitats de solució de problemes.
 - 8.8.Eficàcia dels Tractaments cognitiu-conductuals.
- 9. Tema 9. Intervenció cognitiu-conductual en trastorns del comportament alimentari I, II i III
 - 9.1.Introducció i concepte
 - 9.2.Avaluació de l'Anorexia i la Bulimia Nerviosa
 - 9.3.Principals pasos en la teràpia de la A.N.
 - 9.4.Principals pasos en la teràpia de la B. N.

ESTIMACIÓ HORES

Aquesta assignatura seguix una metodologia d'avaluació continuada, la qual cosa suposa que l'estudiant s'ha de preparar l'assignatura de manera regular al llarg del curs. Abans de la classe s'ha de llegir la lectura obligatòria del tema i tractar de respondre a 10-20 preguntes de comprensió i 5-10 preguntes de reflexió (que impliquen, que, un cop

llegit el tema i havent interioritzat els seus continguts, relacioni les idees ja partir de les lectures que fa pel seu compte,. La extensió de les lectures es variable i n'hi ha de diferents llargades, per aixó és difícil calcular el temps que cal invertir en la lectura, per altra banda depen de la velocitat lectora del estudiant que pot ser també diversa. Com a mínim 2-3 hores per setmana.

OBJETIUS PRÀCTIQUES

- 1.-En acabar les pràctiques d'aquesta assignatura, l'estudiant hauria de saber cóm planificar l'avaluació (selecció d'aspectes a avaluar i d'instruments d'avaluació) d'un cas de trastorn afectiu, de disfunció sexual, de trastorn alimentari i de trastorns fòbics.
- 2.-Hauria de saber definir els objectius de la intervenció.
- 3.-Hauria de saber dissenyar la intervenció (seleccionar les tècniques d'intervenció més adequades al cas i per assolir els objectius terapèutics, així como sequenciar aquest procés).
- 4.-Exemplificar en els casos clínics treballats el lligam contiuu entre l'avaluació i l'intervenció (l'acció correctiva de l'avaluació sobre el tractament al llarg del temps).

DOCÈNCIA TUTORITZADA (sotmès a modificacions)

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.

La docència tutoritzada consistirà bàsicament en dos tipus d'activitats. La més bàsica, consistirà en proporcionar a l'alumne un espai addicional per la preparació de les sessions de teoria. El professor estarà disponible en aquest espai per orientar aquesta preparació o per solucionar temes sobre sessions anteriors que no varen quedar suficientment resoltos. Per altre banda, es programaran algunes sessions addicionals sobre temes d'interès relacionats amb l'assignatura i que no s'hagin abordat en el programa. 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

CONTINGUT PRÀCTIQUES (sotmès a modificacions)

Les pràctiques d'aquesta assignatura consistiran essencialment en l'estudi, valoració i disseny d'intervenció en casos reals de diferents trastorns. Algunes sessions seran acompanyades de material multimedia.

1. Video: Trastorns fòbics
2. Cas: Trastorn afectiu.
3. Programa fobiobolar CAFT
4. Cas: Trastorns alimentaris.

ESTIMACIÓ TEMPS PRÀCTIQUES

L'avaluació de les pràctiques implica examinar-se dels casos treballats a classe i opcionalment els estudiants poden dur a terme un treball que inclourà els exercicis fets a les classes pràctiques (optatiu).

Els exercicis dels casos treballats es fan a la mateixa classe, per la qual cosa la preparació d'aquesta part de l'assignatura no requereix temps adicional apart de l'assistència a classe.

L'avaluació de la mateixa, procura que els estudiants que hagin assistit a classe puguin respondre correctament les preguntes de l'examen.

AVALUACIÓ (sotmès a modificacions)

L'avaluació serà de tipus continuat. L'assignatura es podrà superar mitjançant tres 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.

ASSIGNATURES DE LLIURE ELECCIÓ RECOMANADES

21091 Sociologia de la Salut 6 crèdits 2n semestre

20119 Antropologia de la Salut* 5 crèdits 2n semestre

22998 Psicologia Humana: Bases Socials i Conducta Anormal 6 crèdits 2n semestre

23834 Salut Ambiental 6 crèdits 1r semestre

20786 Cultura de Masses i Societat 5 crèdits 1r semestre

BIBLIOGRAFIA

En cadascun dels temes del dossier teòric s'hi inclou amplia bibliografia en castellà. En el dossier de material hi consten algunes de les referències citades en el dossier teòric. Com a manual, els que recullen un nombre de temes més adequat a l'assignatura són :

V. E. Caballo (dir) (1997) *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. Vol. 1. Trastornos por ansiedad, sexuales, afectivos y psicóticos i el Vol. II.* Madrid: Siglo XXI.

M. A. Vallejo Pareja (1998) *Manual de terapia de conducta* Vol. 1 i 2. Madrid: Dykinson

BIBLIOGRAFIA COMENTADA

Els dos manuals de referència del curs són els esmentats en l'apartat anterior, els més exhaustius i actualitzats disponibles per el moment. El manual de V Caballo recull especialistes, en moltes ocasions, internacionals, de cada tema. El manual de MA Vallejo-Pareja també recull especialistes reconeguts per a cada capítol, generalment d'àmbit

nacional. En cada tema, s'opta per un o per altre manual, segons la claretat i el tractament que s'ha donat al tema. En alguns casos s'ha adaptat i reorganitzat la lectura corresponent, complementant-la amb altres fons com passa en el capítol dels trastorns afectius:

Mora Giral, M. (2001) Adaptació dels capítols del llibre de V.C. Caballo (dir.) Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos (vol. 1). Madrid: Siglo XXI.

En altres capítols, la lectura obligatòria s'ha completat amb altra lectura d'altres fonts que ampliaven aspectes de la primera, que s'han considerat d'interès, com és el cas de les disfuncions sexuals, trastorns obsessius-compulsius i els trastorns afectius, als quals s'ha afegit les lectures:

Raich, RM. (1980) Respuesta Sexual Humana, los estudios de Masters y Johnson En J. M. Farré, y E. Maideu (eds.) *Guía práctica de la sexualidad*. (Pp. 81-100). Barcelona: Fontanella. 1983.

Foa, E.B. y Wilson, R. (1992) *Venza sus obsesiones*. Barcelona: Robin Book (original en inglés, 1991).

Sevillá, J y pastor, C (2001). ¿Cómo superar la inercia?. En *Tratamiento Psicológico de la depresión* (pp.41-61). Valencia: Publicaciones del Centro de Terapia de Conducta.

PROFESSORS

Professors de teoria i de docència tutoritzada:

Joan Torras Clarasó

Marisol Mora Giral

Professor de pràctiques:

Helena Marroquín Monedero