

# INTERVENCIÓN COGNITIVOCONDUCTUAL EN ADULTOS 26937

Unidad de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico  
Departamento de Psicología Clínica y de la Salud

Profesorado: Rosa M<sup>a</sup> Raich, Marisol Mora, Joan Torras, Gemma López.

## OBJETIVOS

---

1. Adquirir los conocimientos básicos de los programas de intervención cognitivo-conductuales en la práctica clínica.
2. Profundizar en los conocimientos que los estudiantes tienen de las principales técnicas cognitivo-conductuales (adquiridos en la asignatura Técnicas de Intervención y Tratamiento Psicológicos), pero mostrando especialmente cómo se adaptan las técnicas específicas para tratar diferentes problemas conductuales o psicopatológicos, aspecto en el que no se ha incidido en la asignatura troncal.
3. Ejemplificar en diferentes psicopatologías y problemas conductuales la unión entre la evaluación y la intervención en un caso concreto, dentro del enfoque cognitivo-conductual ( esto se constata más específicamente en las prácticas)
4. Enseñar cómo se integran diferentes técnicas en un programa de intervención para tratar un caso con un problema conductual o psicopatológico dado, qué técnicas se seleccionan y por qué.
5. Tener nociones claras de lo que es un protocolo de intervención y de su flexibilidad, así como una percepción crítica de los mismos.

## TEMARIO

---

1. Intervención cognitivo conductual en ansiedad: fobias específicas.
2. Intervención cognitivo conductual en ansiedad: fobia social.
3. Intervención cognitivo conductual en ansiedad: agorafobia.
4. Intervención cognitivo conductual en ansiedad: trastorno de estrés posttraumático.
5. Intervención cognitivo conductual en trastornos obsesivos compulsivos
6. Intervención cognitivo conductual en trastornos afectivos
7. Intervención cognitivo conductual en disfunciones sexuales
8. Intervención cognitivo conductual en problemas de pareja
9. Intervención cognitivo conductual en trastornos alimentarios.

## ESTIMACIÓN HORAS

---

Esta asignatura sigue una metodología de evaluación continuada, lo cual supone que el estudiante se tiene que preparar la asignatura de manera regular a lo largo del curso. Antes de la clase se tiene que leer la lectura obligatoria del tema y tratar de responder a 10-20 preguntas de comprensión y 5-10 preguntas de reflexión (que implican, que, una vez leído el tema y habiendo interiorizado sus contenidos, relacione las ideas) a partir de las lecturas que hace por su cuenta. La extensión de las lecturas es variable y hay de diferentes longitudes, por eso es difícil calcular el tiempo que hay que invertir en la

lectura, por otra parte depende de la velocidad lectora del estudiante que puede ser también diversa. Como mínimo 2-3 horas por semana.

## **OBJECTIVO DE LAS PRÁCTICAS**

---

1. Al acabar las prácticas de esta asignatura, el estudiante tendría que saber cómo planificar la evaluación (selección de aspectos a evaluar y de instrumentos de evaluación) de un caso de trastorno afectivo, de disfunción sexual, de trastorno alimenticio y de trastornos fóbicos.
2. Tendría que saber definir los objetivos de la intervención.
3. Tendría que saber diseñar la intervención (seleccionar las técnicas de intervención más adecuadas al caso y para alcanzar los objetivos terapéuticos, así como secuencializar este proceso).
4. Ejemplarizar en los casos clínicos trabajados el vínculo continuo entre la evaluación y la intervención (la acción correctiva de la evaluación sobre el tratamiento a lo largo del tiempo).

## **DOCENCIA TUTORIZADA**

---

La metodología didáctica de esta asignatura implica que el alumnado, antes de cada sesión de teoría, debe realizar una lectura y trabajar sobre la misma siguiendo un esquema especificado en una guía de estudio que se editará en su momento. Las clases de teoría no serán exposiciones magistrales por parte del profesorado. Consistirán en sesiones de discusión guiadas sobre el trabajo previo realizado por el alumnado.

La docencia tutorizada consistirá básicamente en dos tipos de actividades. La más básica, consistirá en proporcionar al alumnado un espacio adicional para la preparación de las sesiones de teoría. El profesorado estará disponible en este espacio para orientar esta preparación o para solucionar temas sobre sesiones anteriores que no quedaron suficientemente resueltos. Por otra parte, se programarán algunas sesiones adicionales sobre temas de interés relacionados con la asignatura y que no se hayan abordado en el programa. Se recuerda que las sesiones de Docencia Tutorizada son optativas para el alumnado, y que no se tocarán temáticas adicionales que puedan constituir objeto de evaluación de la asignatura.

## **CONTENIDO DE LAS PRÁCTICAS**

---

Las prácticas de esta asignatura consistirán esencialmente en el estudio, valoración e intervención en casos reales de diferentes trastornos. Algunas sesiones serán acompañadas de material multimedia (videos, programas de ordenador...).

1. Fobias específicas: videos.
2. Trastornos fóbicos: análisis de un caso real
3. Programa informatizado para el tratamiento de la fobia a volar
4. Caso: trastorno afectivo

5. Depresión postparto
6. Trastornos alimentarios. Video y discusión de un caso.

## **ESTIMACIÓN DE TIEMPO DE PRÁCTICAS**

---

La evaluación de las prácticas implica examinarse de los casos trabajados en clase y opcionalmente los estudiantes pueden llevar a cabo un trabajo que incluirá los ejercicios hechos en las clases prácticas (optativo).

Los ejercicios de los casos trabajados se hacen en la misma clase, para lo cual la preparación de esta parte de la asignatura no requiere tiempo adicional aparte de la asistencia a clase. La evaluación de la misma, procura que los estudiantes que hayan asistido a clase puedan responder correctamente las preguntas del examen.

## **EVALUACIÓN**

---

**La evaluación será de tipo continuado.** La asignatura se podrá superar mediante tres pruebas objetivas de evaluación continuada realizadas a lo largo del curso. El alumnado que no haya seguido el sistema de evaluación continuada o que haya obtenido una puntuación inferior al aprobado deberá presentarse a un examen final del tipo de prueba objetiva. Tanto las pruebas objetivas de evaluación continuada como la final constarán de un 85% de preguntas de teoría y un 15% de prácticas, aproximadamente.

## **ASIGNATURAS DE LIBRE ELECCIÓN RECOMENDADAS**

---

- 21091 Sociología de la Salud 6 crèdits 2n semestre
- 20119 Antropología de la Salud 5 crèdits 2n semestre
- 22998 Psicología Humana: Bases Sociales 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 cada uno de los temas del dossier teórico se incluye amplia bibliografía en castellano. En el dossier de material constan algunas de las referencias citadas en el dossier teórico. Como manual, los que recogen un número de temas más adecuado a la asignatura son :

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

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

A continuación citamos otros manuales generales como *bibliografía complementaria*:

Buela-Casal, G. y Sierra, J.C. (2001). *Manual de evaluación y tratamientos psicológicos*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Espada, J.P., Olivares, J. y Mendez, F.X. (2005). *Terapia psicológica. Casos prácticos*. Madrid: Pirámide. (És un manual de casos)

Pérez Álvarez, M., Fernández Hermida, J.R., Fernández Rodríguez, C. y Amigó Vazquez, I. (2003). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces*. Vol I, II y III. Madrid: Pirámide.

Incluye mucha información de estudios comparativos al igual que la siguiente que se reseña a continuación

Alcazar, R.A., Olivares, J. y Mendez, F.X. (2004). *Introducción a las Técnicas de Intervención y Tratamiento Psicológico*. Madrid: Pirámide.

## **BIBLIOGRAFIA COMENTADA**

---

Los dos manuales de referencia del curso son los mencionados en el apartado anterior, los más exhaustivos y actualizados disponibles por el momento. El manual de V Caballo recoge especialistas, en muchas ocasiones internacionales, de cada tema. El manual de MI Vallejo-Pareja también recoge especialistas reconocidos para cada capítulo, generalmente de ámbito nacional. En cada tema, se opta por uno o por otro manual, según la claridad y el tratamiento que se ha dado al tema. En algunos casos se ha adaptado y reorganizado la lectura correspondiente, complementándola con otros fondos como pasa en el capítulo de los trastornos afectivos:

Mora Giral, M. (2001) Adaptación de los capítulos del libro de V.C. Caballo (decir.) Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos (quiere. 1). Madrid: Siglo XXI.

En otros capítulos, la lectura obligatoria se ha completado con otra lectura de otras fuentes que ampliaban aspectos de la primera, que se han considerado de interés, como es el caso de las disfunciones sexuales, trastornos obsesius-compulsius y los trastornos afectivos, a los cuales se ha añadido las lecturas:

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.

## **PROFESORES**

---

Professores de teoria y de docencia tutorizada:

Marisol Mora Giral, Gemma López

Profesor de prácticas:

Joan Torras Clarasó