

## Introducción al Tratamiento Psicológico

Código: 102573  
Créditos ECTS: 9

**2025/2026**

Titulación	Tipo	Curso
Psicología	OB	3

### Contacto

Nombre: David Sanchez Carracedo

Correo electrónico: david.sanchez@uab.cat

### Equipo docente

Maria Soledad Mora Giral

María Teresa Gutiérrez Rosado

Joan Torras Clarasó

### Idiomas de los grupos

Puede consultar esta información al [final](#) del documento.

### Prerrequisitos

En los cursos anteriores el/la estudiante de la UAB ha cursado las asignaturas obligatorias de "Psicopatología a lo largo del ciclo vital" (segundo curso, semestre 3) y "Evaluación Psicológica" (segundo curso, semestre 4). Ambas forman parte de la misma materia al plan de estudios del Grado de Psicología a la UAB. En el caso de alumnado que proviene de fuera de la UAB, se recomienda que hayan cursado materias con conocimientos básicos sobre evaluación psicológica y psicopatología.

### Objetivos y contextualización

- *Identificar* el proceso de intervención en la práctica clínica y las principales habilidades terapéuticas implicadas.
- *Conocer* las principales técnicas de intervención y tratamiento psicológico, sus fundamentos teóricos y experimentales y el procedimiento y áreas de aplicación.
- *Aprender a valorarlas* críticamente.
- *Practicar* la aplicación de algunos procedimientos de intervención.
- *Conocer* la problemática y los principales datos disponibles sobre la eficacia de los diferentes tratamientos psicológicos.

## Competencias

- Actuar con responsabilidad ética y con respeto por los derechos y deberes fundamentales, la diversidad y los valores democráticos.
- Actuar en el ámbito de conocimiento propio evaluando las desigualdades por razón de sexo/género.
- Aplicar de manera crítica, reflexiva y creativa los conocimientos, habilidades y valores adquiridos.
- Criticar los efectos de la propia práctica sobre las personas, teniendo en cuenta la complejidad de la diversidad humana.
- Distinguir y relacionar los diferentes enfoques y tradiciones teóricas que han contribuido al desarrollo histórico de la psicología, como también su influencia en la producción del conocimiento y en la práctica profesional.
- Formular hipótesis sobre las demandas y las necesidades de los destinatarios.
- Identificar y reconocer los diferentes métodos de tratamiento e intervención en los diversos ámbitos aplicados de la Psicología.
- Mantener una actitud favorable hacia la actualización permanente a través de la evaluación crítica de la documentación científica, valorando su procedencia, situándola en un marco epistemológico e identificando y contrastando sus aportaciones en relación con el conocimiento disciplinario disponible.
- Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.
- Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.
- Seleccionar y aplicar los métodos y las técnicas recogidas en el plan de intervención, de acuerdo con los objetivos establecidos, en los contextos relevantes para el servicio solicitado.
- Trabajar en equipo.

## Resultados de aprendizaje

1. Analizar críticamente intervenciones de casos publicadas.
2. Aplicar de manera crítica, reflexiva y creativa los conocimientos, habilidades y valores adquiridos.
3. Comunicar de forma inclusiva, evitando un uso sexista o discriminatorio del lenguaje.
4. Criticar los efectos de la propia práctica sobre las personas, teniendo en cuenta la complejidad de la diversidad humana.
5. Describir el procedimiento básico de administración de las técnicas de tratamiento básicas.
6. Discriminar los principales datos de evidencia sobre la eficacia de los diferentes tratamientos psicológicos.
7. Distinguir los efectos debidos a factores comunes de los efectos específicos de los diferentes tratamientos basándose en datos de evidencia.
8. Explicar el código deontológico, explícito o implícito, del ámbito de conocimiento propio.
9. Identificar las limitaciones y contraindicaciones de las diferentes técnicas de tratamiento.
10. Identificar las principales aportaciones de los diferentes modelos psicoterapéuticos al tratamiento psicológico moderno.
11. Identificar las principales técnicas de tratamiento psicológico.
12. Identificar y valorar los indicadores de funcionalidad exigibles para las distintas técnicas de intervención psicológica, que tomen en cuenta criterios de éxito e idoneidad.
13. Mantener una actitud favorable hacia la actualización permanente a través de la evaluación crítica de la documentación científica, valorando su procedencia, situándola en un marco epistemológico e identificando y contrastando sus aportaciones en relación con el conocimiento disciplinario disponible.
14. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.
15. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.
16. Reconocer las distintas aplicaciones e indicaciones de las técnicas de tratamiento psicológico básicas.
17. Reconocer las etapas del proceso de intervención.
18. Reconocer los fundamentos teóricos y experimentales de las diferentes técnicas de tratamiento.

19. Reconocer los posibles factores comunes de los diferentes modelos psicoterapéuticos.
20. Trabajar en equipo.

## Contenido

### SESIONES GRUPO TE (1/1) y GRUPOS PUAL (DISCUSIÓN 1/2)

Tema 1. Eficacia y práctica basada en evidencia.

Tema 2. Las habilidades terapéuticas.

Tema 3. El proceso de intervención.

Tema 4. Técnicas de relajación y *Mindfulness*.

Tema 5. Técnicas de exposición.

Tema 6. Entrenamiento en habilidades sociales.

Tema 7. Técnicas operantes

Tema 8. Técnicas de autocontrol.

Tema 9. Técnicas de solución de problemas.

Tema 10. Técnicas cognitivas

### GRUPOS PL (1/4)

1. Situaciones difíciles en tratamiento psicológico

2. Relajacion

3. Exposición I

4. Exposición II

5. Entrenamiento en Habilidades Sociales

6. Reestructuración Cognitiva

## Actividades formativas y Metodología

Título	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
<b>Tipo: Dirigidas</b>			
D1. Sesiones introductorias en grupo grande 1/1	18	0,72	1, 7, 5, 6, 12, 9, 10, 11, 13, 15, 18, 19, 16, 17
D.2. Sesiones discusión (grupos PAUL 1/2) i treball en equip	24	0,96	2, 7, 4, 5, 6, 12, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 18, 19, 16, 17, 20
D.3. Sesiones grupos PL (1/4) y trabajo en equipo	12	0,48	1, 2, 4, 13, 14, 15, 20
<b>Tipo: Supervisadas</b>			

Tutorías individuales y supervisión trabajos de grupo	10	0,4
Tipo: Autónomas		
A.1. Lecturas obligatorias y vídeos de clases invertidas	80	3,2
A.2. Estudi	76	3,04

La metodología docente de la asignatura está orientada a fomentar la autonomía y la actitud crítica. Se utiliza la metodología de clases invertidas

Se trata de poder conocer varias técnicas de intervención terapéutica, sus bases teóricas, procedimiento de administración, ámbitos de aplicación y datos sobre su eficacia. El/la estudiante podrá complementar el contenido de las lecturas obligatorias y los vídeos, eje central de la docencia, con las clases introductorias invertidas y el trabajo con casos aplicados. En las clases prácticas se verá la concreción y aplicación de las diferentes técnicas explicadas en las clases teóricas. Se fomentará la visión crítica y el trabajo autónomo.

La docencia dirigida de esta asignatura está estructurada en:

1) Sesiones introductorias invertidas de grupo grande (Grupo TE 1/1) de una hora y media para todos/as los/las alumnos/as de un mismo módulo. Los alumnos tendrán que visualizar un grupo de vídeos de un total de unos 45 minutos con anterioridad a la sesión presencial, además de leer la lectura obligatoria correspondiente. En la sesión presencial se aclararán dudas y se completarán algunas informaciones. Se realizará una evaluación continua relacionada con los contenidos de las lecturas y los vídeos. El alumnado tiene hasta 8h semanales de dedicación autónoma para realizar las actividades autónomas previas a estas sesiones.

2) Sesiones de discusión (Grupos PAUL 1/2) en grupos de PA ½ basadas en las lecturas obligatorias, la sesión introductoria y el trabajo en equipo con casos aplicados. Dos horas de duración. Se programa una sesión de discusión por cada clase de grupo grande 1/1. En estas es imprescindible que previamente el/la estudiante haya revisado la lectura obligatoria correspondiente a cada sesión. Se dispone de una Guía de Trabajo donde constan preguntas para orientar la lectura, trabajar con casos aplicados y favorecer la reflexión. Es imprescindible asistir a estas sesiones con la lectura obligatoria correspondiente y la Guía de Trabajo. Se realizará una evaluación continua relacionada con la participación en el trabajo en equipo con los casos aplicados.

3) Clases de prácticas (Grupos PL 1/4) de dos horas donde se desarrollan las prácticas. Se realizará una evaluación continua relacionada con la participación en el trabajo en equipo.

Los/las estudiantes dispondrán en el campus virtual de las Lecturas relativas al temario de la asignatura que no se encuentren en la biblioteca, de una Guía de Trabajo con las preguntas de lectura guiada, casos, preguntas reflexión y actividades relativas a cada tema y que serán el hilo conductor de las sesiones de grupos de PA ½ de discusión, y de un Dossier de los Seminarios con toda la información y materiales necesarios para llevar a cabo las sesiones de seminario 1/4.

Las actividades de trabajo autónomo (total 156h) del/la estudiante incluyen: Estudio, la lectura de materiales de contenidos especializados o complementarios de especial interés por la adquisición de las competencias propias de la materia y el visionado de los vídeos de las clases invertidas.

Nota: se reservarán 15 minutos de una clase dentro del calendario establecido por el centro o por la titulación para que el alumnado rellene las encuestas de evaluación de la actuación del profesorado y de evaluación de la asignatura o módulo.

## Evaluación

## Actividades de evaluación continuada

Título	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
EV1. Prueba de respuesta múltiple 1a parte del curso / evaluación individual / primer periodo evaluativo	20%	1,25	0,05	5, 12, 9, 10, 11, 13, 18, 19, 16, 17
EV2. Prova de resposta múltiple 2a parte del curs / evaluación individual / Segundo periodo evaluativo	20%	1,25	0,05	7, 5, 6, 12, 9, 11, 18, 19, 16
EV3. 5 preguntas de respuesta abierta-corta 1a parte del curso / Evaluación individual / Primer periodo evaluativo	25%	1,25	0,05	2, 5, 9, 11, 14, 15, 16
EV4. 5 preguntas de respuesta abierta-corta 2a parte del curso / Evaluación individual / Segundo periodo evaluativo	25%	1,25	0,05	2, 5, 9, 11, 14, 15, 16
EV5. Evaluación continua (preguntas respuesta múltiple cada sesión presencial invertida) / evaluación individual	10%	0	0	3, 5, 8, 9, 10, 11, 18, 16, 17
EV6. Evaluación continua participación en el trabajo en equipo en las sesiones PAUL y SEM / En cada sessió PAUL i SEM / Evaluación dicotómica "Sí participación" o "No participación" en el trabajo en equipo	10%	0	0	1, 2, 3, 4, 5, 9, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 20

Aparte del detalles facilitados a continuación, son de aplicación las [Pautes d'avaluació de les titulacions de la facultat](#) disponibles en  
<chrome-extension://efaidnbmnnibpcnajpcglclefindmkaj/https://www.uab.cat/doc/DOC\_Pautes\_Avaluacio\_2025-26>

Evidencias de aprendizaje individuales: (Ev1, Ev2)

- Se realizarán dos pruebas escritas de respuesta múltiple presenciales, con un valor del 25% de la calificación cada una.
- Serán pruebas con 30 preguntas de elección múltiple cada una, con cuatro posibilidades de respuesta y solo una correcta. La penalización será de una pregunta correcta por cada tres preguntas con respuestas incorrectas. Las preguntas no serán únicamente de tipo descriptivo o de reconocimiento, e implicarán reflexiones y aplicaciones de conceptos y temas trabajados en todas las sesiones hechas hasta aquel momento.

Evidencias de aprendizaje individuales: (Ev3, Ev4)

- Se realizarán dos pruebas escritas de 5 preguntas que se tienen que responder de forma abierta, pero con respuesta corta; 20% de la calificación cada una.
- Las preguntas se basarán en breves descripciones de casos aplicados similares a los trabajados en las sesiones de discusión. No habrá penalización, pero las respuestas incorrectas, que no usen un lenguaje técnico adecuado y/o respuestas largas que excedan el margen señalado para contestar, puntuarán con 0 puntos.

Evaluación continua sesiones invertidas: (Ev5)

- Se realizarán 5 preguntas de elección múltiple cada una, con cuatro posibilidades de respuesta y solo una correcta, en cada sesión presencial invertida de grupo grande, relacionadas con los contenidos de las lecturas obligatorias y los vídeos. El conjunto de las 50 preguntas (5 x 10 sesiones) dará lugar a un 10% de la nota final.

Avaluació continua del treball en equip a sessions PAUL i SEM: (Ev6)

- Evaluación de la participación en cada sesión de PAUL (1= Sí participación; 0=No participación) de las sesiones invertidas. El conjunto de las 10 sesiones vinculadas a las clases invertidas contará un 6% de la nota final. Evaluación de la participación en cada sesión de SEM (1= Sí participación; 0=No participación). El conjunto de las 6 sesiones de SEM contará un 4% de la nota final. El total de la EV6 será por tanto del 10%. Para considerar que se ha participado en el trabajo en equipo, el alumnado deberá haber participado en la actividad desde su inicio, hasta el final de la misma. Caso de una participación parcial, constará como 0= No participación.

Retorn

Tipo de Retorno	EV i TIPO	SEMANA
Publicació anàlisis resultats + retorno en clase	EV1 (test)	10, 14
Publicació anàlisi resultats	EV2 (test)	21
Publicació rúbrica + retorno en clase	EV3 (resposta curta oberta)	9, 14
Publicació rúbrica	EV4 (resposta oberta curta)	20

Uso de la IA

En esta asignatura, no se permite el uso de tecnologías de Inteligencia Artificial (IA) en ninguna de sus fases. Cualquier uso de la IA en las clases tanto de TE como de PAUL como de SEM será considerado una falta de honestidad académica y puede comportar una penalización parcial o total en la nota de la actividad, o sanciones mayores en casos de gravedad.

Evaluable / No Evaluable

- El mínimo reglamentario para considerarse EVALUABLE es un 40% del peso total.
- Caso de considerarse evaluable, se calificarán con un 0 las evidencias a las que no se haya presentado el/la estudiante.

Nota final / Criterio Aprobado

- Nota Final =  $[(Nota\ Ev1 \times 0.20) + (Nota\ Ev2 \times 0.20) + (Nota\ Ev3 \times 0.25) + (Nota\ Ev4 \times 0.25)] + (Nota\ Ev5 \times 0.10) + (Grade\ Ev6 \times 0.10)]$ .
- Se considera APROBADO cuando Nota Final  $\geq 4,85$ .
- Notar que la puntuación total es del 110% (nota sobre 11 puntos). Se puede optar a la máxima calificación con un "0" en la EV5 o EV6.

Recuperación:

- La prueba de recuperación será de las Evidencias Ev1 y/o Ev2 y/o Ev3 y/o Ev4 amb nota <4,95.
- En ningún caso se podrá optar a recuperar la Ev5 ni la Ev6.
- Solo podrá optar a recuperación el/la estudiante que no haya aprobado la evaluación ordinaria, que haya sido previamente evaluado en un conjunto de actividades el peso de las cuales equivalga a un mínimo de 2/3 partes de la calificación total de la asignatura, y que su Nota Final en la evaluación continuada sea  $\geq 3,5$ . Todos los requisitos son imprescindibles para poder ir a recuperación. La recuperación consistirá en una prueba con las mismas características de las de la evaluación continuada y con los mismos criterios de corrección.
- El/la estudiante que tenga más de una evidencia recuperable no superada podrá optar a presentarse a todas o solo a las que considere. La nota que obtenga a la recuperación sustituirá la nota de la evaluación continuada. Caso de no presentarse a recuperar alguna de las evidencias recuperables no superadas, se mantendrá la calificación obtenida en la evaluación continua a la hora de calcular la Nota Final.
- El criterio de APROBADO será el mismo establecido por la evaluación continuada y tanto la Nota Ev1-Ev5 como la Nota Final se calcularán con las mismas fórmulas y requisitos establecidos por la evaluación ordinaria, sustituyendo solo las notas de las evidencias recuperadas.
- En ningún caso la recuperación servirá para subir nota si la asignatura está aprobada.

No se prevé que el estudiantado de 2<sup>a</sup> matrícula o posterior se evalúe mediante una única prueba de síntesis no recuperable.

#### Evaluación Única

Esta asignatura no contempla la evaluación única

Proceso de Revisión de calificaciones. Después de cada evaluación se informará al estudiantado de la fecha y la forma en que se publicarán las calificaciones del curso. El estudiantado también será informado del procedimiento, lugar, fecha y hora de la revisión de la calificación en base a las normativas de la Universidad.

Nota. Exceptuando situaciones excepcionales y acordadas previamente con el estudiantado, una semana antes de las evaluaciones, y hasta terminada la revisión ordinaria, no se responderán preguntas de "contenido" por correo electrónico o Moodle. El estudiantado deberá asistir a los horarios de atención de los docentes.

LA ENTREGA DE LA TRADUCCIÓN DE LAS PRUEBAS DE EVALUACIÓN PRESENCIALES SE REALIZARÁ SI SE CUMPLEN LOS REQUISITOS ESTABLECIDOS EN EL ARTÍCULO 263 Y SE REALIZA LA SOLICITUD DE FORMA TELEMÁTICA DURANTE LA SEMANA 4 (A TRAVÉS DEL FORMULARIO ELECTRÓNICO) (más información en la Web de la Facultad)

## Bibliografía

Tema 1: Eficacia y práctica basada en evidencia

M. Pérez Álvarez, J.R. Fernández Hermida, C. Fernández Rodríguez y I. Amigo Vázquez (2003) Guía de tratamientos psicológicos eficaces I . Madrid: Pirámide. (1 capítulo) (Campus Virtual)

Sánchez Carracedo, D. (2020). *Eficacia de los tratamientos psicológicos y práctica basada en evidencia*. Documento no publicado (Campus Virtual)

Temas 2-10:

Labrador, F. (2008). *Técnicas de Modificación de Conducta*. Madrid: Pirámide (Cap. 2, 15, 29) (Campus Virtual).

Díaz García, M.I., Ruiz, M.A., Villalobos, A. (2017). *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer. (Cap 3, 4, 5, 6, 7, 8) / eBook

Acceso a catálogo UAB: <https://elibro.net/es/lc/uab/titulos/127910>

Se pueden facilitar documentos adicionales elaborados por el equipo docente para algunos temas.

En la *GUIA DE TREBALL* consta bibliografía y páginas web recomendadas para cada tema.

## Software

Office Básico.

Microsoft Forms (Office 365)

## Grupos e idiomas de la asignatura

La información proporcionada es provisional hasta el 30 de noviembre de 2025. A partir de esta fecha, podrá consultar el idioma de cada grupo a través de este [enlace](#). Para acceder a la información, será necesario introducir el CÓDIGO de la asignatura

Nombre	Grupo	Idioma	Semestre	Turno
(PAUL) Prácticas de aula	11	Catalán	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(PAUL) Prácticas de aula	12	Catalán	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(PAUL) Prácticas de aula	21	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(PAUL) Prácticas de aula	22	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(PAUL) Prácticas de aula	31	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(PAUL) Prácticas de aula	32	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(PAUL) Prácticas de aula	41	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(PAUL) Prácticas de aula	42	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	111	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	112	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	113	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	114	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	211	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	212	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	213	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	214	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	311	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto

(SEM) Seminarios	312	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	313	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	314	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	411	Catalán	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	412	Catalán	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(SEM) Seminarios	413	Catalán	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(TE) Teoría	1	Catalán	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(TE) Teoría	2	Catalán/Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(TE) Teoría	3	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto
(TE) Teoría	4	Español	primer cuatrimestre	mañana-mixto