

TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN COGNITIVO-CONDUCTUALES

Curso 2015/2016

(Código:62013102)

1. PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA

La asignatura Técnicas de Intervención Cognitivo-Conductuales pretende dar a conocer al estudiante del Grado de Psicología los fundamentos teóricos y metodológicos de la Terapia de Conducta, al ser ésta una de las corrientes psicoterapéuticas que mayor impacto ha tenido sobre la psicología en general, y la psicología clínica en particular, desde sus orígenes durante la segunda mitad del siglo XX hasta la actualidad. Como objetivo específico se persigue que el alumno conozca y aprenda a utilizar las principales técnicas de intervención que se utilizan en esta corriente psicoterapéutica, así como los principios teóricos en los que se basan.

La importancia del conocimiento y manejo de las técnicas de intervención cognitivo-conductuales vienen determinados por el grado de eficacia que éstas han mostrado a lo largo de su historia y evolución. Siendo un hecho indiscutible que la mayor parte de ellas cuenta con una amplia evidencia empírica de su eficacia y efectividad en el tratamiento de los principales problemas conductuales y emocionales que se presentan en los diferentes ámbitos de intervención: salud mental, problemas médicos, trastornos psicofisiológicos, ambientes educativos, deporte, ámbito familiar y laboral, etc.

2. CONTEXTUALIZACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS

Esta asignatura - de carácter obligatorio - capacita al estudiante en el conocimiento, manejo y aplicación de un gran número de técnicas específicas de las cuales puede valerse el psicólogo para intervenir en diferentes campos aplicados. A pesar de su origen predominantemente clínico, el saber que se expone a través de los contenidos de esta asignatura es de aplicación en otros ámbitos como el entorno laboral, el campo de la salud en general, o el deportivo, sin olvidar su aplicación desde el punto de vista social al desarrollo de intervenciones comunitarias.

Dicho lo anterior, es comprensible la relación que esta asignatura tiene en el plan de estudios con diversas áreas temáticas:

- Los contenidos de esta asignatura integran conocimientos básicos previos, provenientes de los modelos y teorías del aprendizaje así como de materias relacionadas con procesos cognitivos que se encuentran en la base sobre las que se sustentan las -igualmente llamadas- técnicas cognitivas. Del mismo modo, integra conocimientos de Psicopatología debido, precisamente, a la aplicabilidad de dichas técnicas en el campo clínico.
- En cuanto a la relación de esta asignatura con los contenidos futuros con los que el estudiante se encontrará, podemos establecer una clara relación con aquellas asignaturas referidas a intervención psicológica en diferentes ámbitos aplicados, a saber: de clínica (Terapia Cognitivo Conductual), salud (Intervención Psicológica y



Salud), educación y/o instrucción (Dificultades de Aprendizaje) y aquellas que se refieren a aplicación de técnicas específicas en población infantil (Terapia de Conducta en la Infancia).

3. REQUISITOS PREVIOS REQUERIDOS PARA CURSAR LA ASIGNATURA

El aprovechamiento óptimo de los contenidos abordados en la asignatura Técnicas de Intervención Cognitivo-Conductuales dependerá de que el alumno haya superado con anterioridad las asignaturas básicas del Grado, sobre todo aquellas relacionadas con teorías y modelos de aprendizaje, pues el conocimiento de estos contenidos es imprescindible a la hora de entender la génesis y evolución de los diferentes procedimientos terapéuticos en Terapia de Conducta. Hay que tener en cuenta que buena parte de las técnicas de intervención cognitivo-conductual (y que son expuestas en el texto obligatorio) proceden de la aplicación de modelos y paradigmas de aprendizaje humano y animal al contexto clínico. Así mismo se aconseja haber cursado o tener cierto conocimiento de los aspectos tratados en las asignaturas del Grado relacionadas con psicología clínica y personalidad.

4. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Con esta asignatura se pretende que el/la estudiante, al finalizar la asignatura, sea capaz de:

- integrar y relacionar las bases históricas de la intervención cognitivo-conductual con la actual realidad de la disciplina
- identificar y conocer las diferentes técnicas cognitivo-conductuales sabiendo reconocer los elementos que las componen, así como las características diferenciadoras
- reconocer las bases teóricas, metodológicas y procedimentales sobre las cuales cada una de ellas se ha desarrollado y se implementa.

En términos más generales, se pretende - también- fomentar una actitud de respeto procedimental a la aplicación de las técnicas (fidelidad) a la vez que ha de tomar conciencia de la necesidad de desarrollar un verdadero interés por la actualización permanente.

5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA

Los objetivos planteados en esta asignatura se pretenden alcanzar mediante el estudio de los temas que se exponen a continuación. El equipo docente aconseja para el estudio de esta asignatura seguir la secuencia de temas indicada:

1. Historia de la Terapia Cognitivo Conductual
2. El proceso en Terapia de Conducta: la evaluación conductual
3. Técnicas operantes
4. Terapias y técnicas de exposición
5. La Desensibilización sistemática y técnicas de relajación
6. Técnicas de modelado y entrenamiento en habilidades sociales
7. Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC)
8. Terapia Cognitiva
9. Técnicas de habilidades de afrontamiento y solución de problemas
10. *Mindfulness*



11. Terapias de tercera generación
12. Otras técnicas de intervención en Terapia Cognitivo Conductual

6.EQUIPO DOCENTE

- [MARTA ISABEL DIAZ GARCIA](#)
- [M ANGELES RUIZ FERNANDEZ](#)
- [ARABELLA VILLALOBOS CRESPO](#)
- [MARCELA PAZ GONZALEZ BRIGNARDELLO](#)

7.METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Esta asignatura se basa en la metodología propia de la UNED, es decir, metodología de educación a distancia apoyada por el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TICs).

En este sentido, el estudiante encontrará unos contenidos - tanto teóricos como prácticos- que promueven el aprendizaje activo, y se orientan a la consecución de los resultados de aprendizaje anteriormente expuestos. Para ello ha de hacer uso de los diferentes recursos básicos y de apoyo que el equipo docente ha definido para la asignatura.

Las actividades de aprendizaje serán informadas a través de las guías de estudio y se especificarán y detallarán claramente en el curso virtual.

8.EVALUACIÓN

La evaluación del aprendizaje se llevará a cabo a través de dos tipos de evaluación: una basada en el rendimiento mostrado en las Pruebas Presenciales de Mayo - Junio o Septiembre; y la otra, en la realización de una actividad práctica (Prueba de Evaluación Continua - PEC) en la cual el/la estudiante aplicará los conocimientos teóricos aprendidos. La realización de la PEC es voluntaria, y sumará como máximo un punto a la nota del examen, siempre y cuando esta última sea superior a un 5.

PRUEBAS PRESENCIALES

El examen consistirá en una prueba objetiva de 30 preguntas, cada una de ellas con tres alternativas de respuesta. Solo una de ellas es la correcta. La fórmula de corrección es: $(\text{Aciertos} - \text{Errores} / 3) \times (30/10)$.

La duración del examen será de 90 minutos y no se podrá utilizar ningún tipo de material.

PRUEBAS DE EVALUACIÓN CONTINUA

Se realizará una Prueba de Evaluación Continua (PEC) durante el cuatrimestre, de carácter voluntario y evaluable. Las características de la PEC son:

- El contenido de dicha PEC se referirá a información práctica – basada en la metodología de caso clínico- y se podrá referir a todo el temario de la asignatura.
- La PEC constará de 10 preguntas de selección múltiple, con tres alternativas de respuesta, para las cuales no habrá penalización.
- La PEC se contestará en línea, en la herramienta de evaluación correspondiente de dicho curso, durante un período



limitado.

- La PEC vale 1 punto máximo que se añadirá a la nota obtenida en el examen (de mayo/junio o de septiembre), una vez que éste haya sido aprobado. (Si no es así, la calificación de la PEC se perderá y no se guardará para una próxima matriculación en la asignatura).

Las fechas de publicación del material de la práctica (PEC), así como las fechas de habilitación de la PEC para su cumplimentación en línea, serán publicadas en el curso virtual.

9.BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Comentarios y anexos:

El texto básico de la asignatura es un material esencial preparado especialmente para dar cumplimiento a los objetivos planteados en ella, y se ha desarrollado pensando en la metodología de educación a distancia.

- Ruiz, M.A.; Díaz, M.I. y Villalobos, A. (2012). Manual de técnicas y terapias cognitivo-conductuales. Bilbao: Desclée de Brouwer.

10.BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

ISBN(13): 9788427009820

Título: TÉCNICAS COGNITIVAS PARA EL TRATAMIENTO DEL ESTRÉS

Autor/es: Bayés, Ramón ; Augé, Carles ; Davis, Martha ; Fanning, Patrick ;

Editorial: MARTÍNEZ ROCA

Buscarlo en librería virtual UNED

Buscarlo en bibliotecas UNED

Buscarlo en la Biblioteca de Educación

Buscarlo en Catálogo del Patrimonio Bibliográfico

ISBN(13): 9788432307171

Título: MANUAL DE TÉCNICAS DE TERAPIA Y MODIFICACIÓN DE CONDUCTA (2ª ed. corr.)

Autor/es: Caballo, Vicente E. ;

Editorial: SIGLO XXI

Buscarlo en librería virtual UNED

Buscarlo en bibliotecas UNED



Buscarlo en la Biblioteca de Educación

Buscarlo en Catálogo del Patrimonio Bibliográfico

ISBN(13): 9788433006189

Título: HISTORIA DE LA MODIFICACIÓN DE CONDUCTA : (2ª ed.)

Autor/es:

Editorial: DESCLÉE DE BROUWER

Buscarlo en librería virtual UNED

Buscarlo en bibliotecas UNED

Buscarlo en la Biblioteca de Educación

Buscarlo en Catálogo del Patrimonio Bibliográfico

ISBN(13): 9788436813746

Título: MANUAL DE TÉCNICAS DE MODIFICACIÓN Y TERAPIA DE CONDUCTA (3)

Autor/es: Labrador Encinas, Francisco Javier ; Cruzado Rodríguez, Juan Antonio ; Muñoz López, Manuel ;

Editorial: EDICIONES PIRÁMIDE, S.A.

Buscarlo en librería virtual UNED

Buscarlo en bibliotecas UNED

Buscarlo en la Biblioteca de Educación

Buscarlo en Catálogo del Patrimonio Bibliográfico

ISBN(13): 9788478420834

Título: MANUAL PRÁCTICO DE MODIFICACIÓN DE CONDUCTA

Autor/es: Ruiz Fernández, Mª Angeles ;

Editorial: FUNDACIÓN UNIVERSIDAD EMPRESA

Buscarlo en librería virtual UNED

Buscarlo en bibliotecas UNED

Buscarlo en la Biblioteca de Educación

Buscarlo en Catálogo del Patrimonio Bibliográfico

11.RECURSOS DE APOYO

Para cursar esta asignatura el/la estudiante tendrá a su disposición diferentes recursos de apoyo al aprendizaje:

1. un texto obligatorio básico favorecedor del aprendizaje autónomo y activo



2. actividades prácticas que permitirán la aplicación de los aprendizajes realizados

3. un curso virtual en el cual encontrará:

- material multimedia (mapas conceptuales interactivos, videos y otros)
- ejercicios de autoevaluación
- foros de debate (con la participación del equipo docente, tutores y compañeros/as)
- información complementaria, tal como recursos de interés en internet
- ayudas a la planificación del estudio

4. Además de lo anterior, como estudiante de la UNED, cuenta con material bibliográfico disponible en las diferentes bibliotecas (sede central y centros asociados), y material audiovisual (TV y radio) relacionados con la asignatura y disponibles en CanalUNED.

5. Además, el/la estudiante contará con la guía de estudio (disponible en el curso virtual), donde encontrará orientaciones precisas acerca de la utilización de estos recursos y del modo de acometer el estudio y aprendizaje de los contenidos.

12.TUTORIZACIÓN

Los procesos de seguimiento y atención al/la estudiante se realizarán básicamente a través del curso virtual, y los agentes participantes en dicho seguimiento (equipo docente y tutores) serán publicados en el mismo.

Dentro de los medios de comunicación disponibles, se fomentará el uso de herramientas de comunicación de la plataforma virtual (foros del curso virtual) - frente a otros medios más tradicionales- debido al innegable enriquecimiento que genera la participación grupal y colaborativa *en línea*.

A continuación se facilita la información sobre horarios de atención del equipo docente y medios de comunicación:

Dra. D ^a María Ángeles Ruiz Fernández	mruiz@psi.uned.es	91-398-6252	L: 10:00 -14:00 hrs. X: 10:00 -14:00 hrs
Dra. D ^a Marta Isabel Díaz García	mdiazga@psi.uned.es	91-398-7627	L:9:00-15:00 hrs. M:9:00-15:00 hrs
D ^a Arabella Villalobos Crespo	avillalobos@psi.uned.es	91-398-7935	L:9:30-15:30 hrs. X:9:30-15:30 hrs
D ^a Marcela Paz González Brignardello	mpgonzalez@psi.uned.es	91-398-8907	M: 16:00 - 20:00 hrs. J: 10:00- 14:00 hrs

