

INVESTIGACIÓN EN PERSONALIDAD Y SALUD

Curso 2015/2016

(Código:22202559)

1.PRESENTACIÓN

Esta asignatura de 5 créditos se encuadra en el *Master de Investigación en Psicología* propuesto por la Facultad de Psicología de la UNED, en el *Itinerario de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos* y, más concretamente, en la profundización en el estudio e investigación de los factores, mecanismos y procesos psicosociales relevantes para el mantenimiento de la salud y la prevención de la enfermedad.

Su contenido va dirigido a licenciados y/o graduados universitarios que quieran completar su formación en este campo de estudio, y que tengan la titulación necesaria para acceder a este máster, y completar su formación en investigación en psicología.

El número de alumnos que pueden cursar esta asignatura está limitado en función de las posibilidades del *Itinerario de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos* para la correcta atención de las distintas materias y el adecuado desarrollo de las líneas de investigación vinculadas al mismo.

La selección de alumnos para las 25 plazas disponibles se hará atendiendo a criterios como los siguientes: (1) licenciatura en psicología; (2) calificaciones obtenidas en las materias del área de personalidad, evaluación y tratamiento psicológicos; (3) manejo de fuentes bibliográficas en inglés; (4) conocimiento de estrategias de investigación; (5) curriculum investigador (trabajos de investigación, asistencia y/o participación en congresos, seminarios, cursos, etc.); y (6) disponibilidad de tiempo para poder realizar las tareas e investigaciones propuestas en la materia.

2.CONTEXTUALIZACIÓN

El objetivo general de la materia es que los estudiantes adquieran las competencias necesarias para su formación como investigadores en el área de la psicología de la personalidad y la salud. Se pretende capacitar al estudiante para manejar fuentes bibliográficas originales, realizar una investigación empírica, analizar resultados, interpretarlos, y elaborar finalmente un informe experimental siguiendo los requisitos de un artículo científico en esta área de trabajo.

La relevancia de esta asignatura, para su inclusión en un posgrado de investigación en psicología, es fácilmente contrastable si tenemos en cuenta que una de las principales conclusiones alcanzadas en la investigación sobre las relaciones entre factores psicosociales y salud, es que una parte importante de los problemas de salud y de las enfermedades padecidas podría prevenirse con sólo cambiar determinados hábitos de conducta y estilos de vida que suponen un claro riesgo para la salud (por ejemplo, consumo de alcohol, de tabaco, grasas animales, estilos arriesgados de conducción,...)

Así, se propone introducir al futuro investigador en el conocimiento de las características de personalidad que predisponen o facilitan el desarrollo y mantenimiento de ciertos patrones de conducta. De esta forma, se mostrarán factores personales cuya asociación con la salud es positiva, es decir, ejercen un papel protector, como por ejemplo, el optimismo o la autoeficacia; y los que, por el contrario, parecen predisponer hacia una mayor vulnerabilidad ante la enfermedad, como la hostilidad, o la afectividad negativa, por citar sólo algunos ejemplos. Por otra parte, se tratarán los factores situacionales y sociales que unidos a los anteriores facilitan o dificultan los procesos cognitivos, afectivos y motivacionales que finalmente son los responsables de las conductas y estilos (saludables o no) que llevamos a cabo.



Desde esta perspectiva, se analizarán los factores, procesos y mecanismos psicológicos que condicionan que una persona *tome la decisión* de introducir cambios en su estilo habitual de conducta, para favorecer el desarrollo de conducta preventiva y protectora de la salud. Y, después, *lleve a cabo* formas de conducta consistentes con dicha decisión y las *mantenga* hasta alcanzar su objetivo.

El conocimiento de estos factores y procesos psicológicos ayudará a diseñar estrategias de intervención dirigidas a la potenciación y mejora de las conductas de prevención y/o de cambio de hábitos insanos, por lo que la relevancia de la asignatura en el ámbito profesional de la intervención psicológica es ampliamente destacable.

3. REQUISITOS PREVIOS RECOMENDABLES

Para abordar sin dificultades la asignatura de "Investigación en personalidad y salud" es conveniente que los estudiantes hayan cursado alguna materia sobre psicología de la personalidad, así como otras asignaturas sobre metodología y análisis de datos durante la licenciatura, o en el posgrado.

Así mismo, se recomienda a los alumnos que cursen en paralelo las asignaturas obligatorias, incluidas en el master, relacionadas con el tratamiento estadístico de datos y la búsqueda de fuentes bibliográficas. Serían interesantes, en este sentido, dentro de las optativas del Módulo I elegir una de estas dos materias: "Diseños Avanzados" o "Análisis de datos y modelos estadísticos".

El manejo del inglés, fundamentalmente a nivel de lectura, es necesario para la correcta comprensión de los textos de revistas especializadas.

Sería recomendable que los estudiantes manejasen, a nivel de usuario, algunos programas informáticos como Word y PowerPoint.

Finalmente, es importante que el alumno tenga un acceso fluido y con cierta frecuencia a Internet, para participar en los foros y actividades dentro del curso virtual, y comunicarse con el equipo docente

4. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Los objetivos de aprendizaje de la asignatura, expresados en forma de conocimientos, habilidades y actitudes, serían los siguientes:

Conocimientos (C):

- C.1. Adquirir formación teórica sobre los factores y modelos explicativos de las relaciones entre personalidad y salud / enfermedad
- C.2. Adquirir formación empírica sobre las peculiaridades de la investigación en personalidad y salud / enfermedad
- C.3. Conocer los factores personales positivamente relacionados con la salud y, por tanto, con carácter protector ante la enfermedad
- C.4. Reconocer los factores personales más nocivos para la salud y, por tanto, asociados con mayor vulnerabilidad ante la enfermedad
- C.5. Identificar los mecanismos y procesos psicológicos (cognitivos, afectivos y motivacionales) responsables de las relaciones entre personalidad y salud / enfermedad

Habilidades y destrezas (H):

- H.1. Recabar información actualizada sobre el tema propuesto en las fuentes bibliográficas adecuadas
- H.2. Integrar la información procedente de diferentes estudios y/o distintos marcos teóricos
- H.3. Diseñar un estudio para analizar alguno de los aprendizajes recogidos en el apartado de "conocimientos"
- H.4. Examinar los datos obtenidos mediante técnicas estadísticas adecuadas al carácter de los mismos
- H.5. Interpretar los resultados relacionándolos con el contexto teórico en el que se encuadra el estudio empírico
- H.6. Preparar un informe que recoja los pasos de un artículo científico
- H.7. Utilizar el Power Point (u otro programa similar) para presentar el resumen del informe de investigación

Actitudes (A):

- A.1. Valorar con actitud crítica las diferentes lecturas realizadas y estudios empíricos consultados
- A.2. Participar activamente durante el curso en las distintas actividades y foros que se propongan



5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA

Se estructuran en dos grandes apartados que hemos denominado como contenidos Teóricos (A) y contenidos Prácticos (B).

Los primeros, a su vez, incluyen dos grandes bloques centrados en el estudio en profundidad de las relaciones entre personalidad y enfermedad, en el primero de ellos, y entre personalidad y salud en el segundo.

En cuanto al segundo gran apartado, se centra en la realización de dos actividades o trabajos prácticos.

Programa de la asignatura

A. Contenidos Teóricos

I. Personalidad y enfermedad

1. Introducción: Criterios considerados en el estudio de la personalidad y la enfermedad
2. Mecanismos explicativos de las relaciones entre personalidad y enfermedad
 - 2.1. Reactividad fisiológica ante el estrés
 - 2.2. Estilos de vida
 - 2.3. Otras explicaciones
3. Tipos de aproximaciones a las relaciones personalidad / enfermedad
 - 3.1. Aproximación general
 - a) Factores de riesgo
 - b) Factores protectores
 - 3.2. Aproximación específica (ej.: la enfermedad cardiovascular)
4. Moduladores psicosociales: el apoyo social

II. Personalidad y salud

1. Factores generales de personalidad
2. Procesos psicológicos en la prevención de la enfermedad y promoción de la salud
3. Factores explicativos y dinámica procesual interviniente en las distintas etapas de la secuencia de conducta
 - 3.1. Modelos teóricos
 - 3.2. Inicio de la conducta
 - 3.3. Persistencia de la conducta



B. Contenidos Prácticos

Realización de dos trabajos prácticos, el primero sobre personalidad y enfermedad (1^{er} cuatrimestre) y el segundo sobre personalidad y salud (2^o cuatrimestre).

6.EQUIPO DOCENTE

- [JOSE BERMUDEZ MORENO](#)
- [ANA MARIA PEREZ GARCIA](#)

7.METODOLOGÍA

Esta asignatura ha sido diseñada según la modalidad a distancia. El estudiante contará con el material necesario para afrontar el estudio de manera autónoma. Para ello, dispondrá en la Web de la asignatura de todos los capítulos y artículos necesarios para el estudio de la materia, así como otros enlaces que le ayuden a realizar las actividades prácticas.

A lo largo del curso, el alumno deberá llevar a cabo una prueba objetiva *on-line* (a través del curso virtual de la asignatura) sobre los contenidos teóricos del programa y dos trabajos prácticos.

En el curso virtual, el alumno encontrará foros de noticias (Tablón de anuncios), de dudas y de estudiantes (para relacionarse con sus compañeros de asignatura), así como las actividades de seguimiento y evaluación continua del curso mencionadas previamente.

8.BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Comentarios y anexos:

Los artículos y apuntes estarán disponibles en el curso virtual de la asignatura.

Bibliografía recomendada

Se señala la bibliografía recomendada para preparar el programa de la asignatura y la prueba objetiva *on-line*:

1. Bermúdez, J. (2011). Personalidad, procesos psicosociales y conducta de salud. En J. Bermúdez, A.M. Pérez-García, J.A. Ruiz, P. Sanjuán y B. Rueda (Eds.). *Psicología de la Personalidad* (pp. 701-746). Madrid: UNED.
2. Bermúdez, J. y Contreras, A. (2008). Predictores psicosociales del consumo de tabaco en adolescentes: Extensiones de la teoría de la conducta planificada. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 13, 175-186.
3. Carver, C.S. y Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679-704.
4. Conner, M., y Armitage, C.J. (1998). Extending the Theory of Planned Behavior: A review and avenues for future research. *Journal of Applied Social Psychology*, 28, 1429-1464.
5. Miller, G., Chen, E. y Cole, S.W. (2009). Health Psychology: Developing biologically plausible models linking the social world and physical health. *Annual Review of Psychology*, 60, 501-524.
6. Pérez-García, A. M. (2011). Personalidad y enfermedad. En J. Bermúdez, A.M. Pérez-García, J.A. Ruiz, P. Sanjuán y B.



Rueda (Eds.), *Psicología de la Personalidad* (pp. 635-700). Madrid: UNED.

7. Schwarzer, R. (2008). Modeling health behavior change: How to predict and modify the adoption and maintenance of health behaviors. *Applied Psychology: An International Review*, 57, 1-29.

8. Stanton, A.L., Revenson, T.A. y Tennen, H. (2007). Health Psychology: Psychological adjustment to chronic disease. *Annual Review of Psychology*, 58, 565-592.

9.BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Comentarios y anexos:

Se recogen algunos trabajos empíricos y de revisión teórica que pueden ayudar en la preparación de las actividades prácticas (ejemplos de introducciones, discusiones, métodos y sus correspondientes apartados), y ampliar lo estudiado a través de la bibliografía recomendada:

1. Bermúdez, J., Contreras, A., Margüenda, A. y Pérez-García, A. (2004). Procesos motivacionales y volitivos en el desarrollo de conducta saludable: Utilidad diferencial de la implementación de la intención. *Análisis y Modificación de Conducta*, 30, 71-103.

2. Bermúdez, J., Lasa, A. y Contreras, A. (2002). Personalidad, procesos psicológicos e intención de cambio de conducta: Implicaciones para el desarrollo de conducta saludable. *Acción Psicológica*, 2, 151-164.

3. Conner, M. y Abraham, C. (2001). Conscientiousness and the Theory of Planned Behavior: Toward a more complete model of the antecedents of intentions and behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1547-1561.

4. Conner, M., Sandberg, T., McMillan, B. y Higgins, A. (2006). Role of anticipated regret, intentions and intention stability in adolescent smoking initiation. *British Journal of Health Psychology*, 11, 85-101.

5. Cooke, R. y French, D.P. (2008). How well do the theory of reasoned action and theory of planned behaviour predict intentions and attendance at screening programs? A meta-analysis. *Psychology and Health*, 23, 745-765.

6. Hoie, M., Moan, I.S. y Rise, J. (2010). An extended version of the theory of planned behaviour: Prediction of intentions to quit smoking using past behaviour as moderator. *Addiction Research and Theory*, 18, 572-585.

7. Knoll, N., Rieckmann, N. y Schwarzer, R. (2005). Coping as a mediator between personality and stress outcomes: A longitudinal study with cataract surgery patients. *European Journal of Personality*, 19, 1-19.

8. Norman, P., Armitage, C.J. y Quigley, C. (2007). The theory of planned behavior and binge drinking: Assessing the impact of binge drinker prototypes. *Addictive Behaviors*, 32, 1753-1768.

9. Scholz, U., Schüz, B., Ziegelmann, J.P., Lippke, S. y Schwarzer, R. (2008). Beyond behavioural intentions and physical activity. *British Journal of Health Psychology*, 13, 479-494.

10. Schüz, B., Sniehotta, F.F., Mallach, N., Wiedemann, A.U. y Schwarzer, R. (2009). Predicting transitions from preintentional, intentional and actional stages of change. *Health Education Research*, 24, 64-75.

11. Schüz, B., Sniehotta, F.F., & Schwarzer, R. (2007). Stage-specific effects of an action control intervention on dental flossing. *Health Education Research*, 22, 332-341.

12. Schwarzer, R., Schüz, B., Ziegelmann, J.P., Lippke, S., Luszczynska, A. y Scholz, U. (2007). Adoption and maintenance of four health behaviors: Theory-guided longitudinal studies on dental flossing, seat belt use, dietary behavior, and physical activity. *Annals of Behavioral Medicine*, 33, 156-166.

13. Sniehotta, F.F., Scholz, U. y Schwarzer, R. (2005). Bridging the intention-behavior gap: Planning, self-efficacy and action control in the adoption and maintenance of physical exercise. *Psychology and Health*, 2, 143-160.



10. RECURSOS DE APOYO AL ESTUDIO

La asignatura se impartirá a través de un curso virtual en la plataforma aLF. Contará con documentos, calendario, noticias, foros, e informes y fechas de realización y entrega de los mismos.

11. TUTORIZACIÓN Y SEGUIMIENTO

El equipo docente tutorizará y hará un seguimiento continuado del aprendizaje a través de las distintas actividades propuestas. Para contactar con el equipo docente puede utilizar, además de los foros del curso virtual, los teléfonos y correos electrónicos que se detallan a continuación:

Prof. José Bermúdez Moreno

Tf. 91.398.62.50. Martes, miércoles y jueves, de 10 a 14h.

Correo-e: jbermudez@psi.uned.es

Prof. Ana M. Pérez García

Tf. 91.398.62.55. Martes y jueves, de 10 a 14h. y de 16 a 18h.

Correo-e: aperez@psi.uned.es

12. EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

Los contenidos teóricos serán evaluados a través de una prueba objetiva *on-line* en el curso virtual que supondrá un 30% de la nota final.

El 70% restante se consigue con los contenidos prácticos. De esta calificación, el 30% se obtendrá por la actividad relacionada con "Personalidad y enfermedad", y el 40% por la realización del trabajo sobre "Personalidad y salud".

Las instrucciones para abordar cada una de estas actividades se irán presentando en el curso virtual.

13. COLABORADORES DOCENTES

Véase equipo docente.

