



## **Grado en Terapia Ocupacional 26008 - Psicología II**

**Guía docente para el curso 2010 - 2011**

**Curso: 2, Semestre: 0, Créditos: 6.0**

---

### **Información básica**

---

#### **Profesores**

- **César Rodríguez Martín** cesaroma@unizar.es

#### **Recomendaciones para cursar esta asignatura**

Es necesario que el alumno trabaje a diario no sólo los conocimientos teóricos de psicología evolutiva y de la educación para el eficiente desarrollo de su profesión como pterapeuta ocupacional, sinó también adquirir y desarrollar las competencias emocionales necesarias que le capaciten para empatizar y relacionarse eficientemente con sus usuarios y familiares, así como aprender a captar y tratar adecuadamente las situaciones de ansiedad, tristeza e ira de los usuarios cuando se produzcan.

#### **Actividades y fechas clave de la asignatura**

##### **- Fechas e hitos claves de la asignatura**

- Clases teóricas en gran grupo: 2h/semana a lo largo de casi todo el curso
- Examen parcial de teoría: al finalizar 1º cuatrimestre (Febrero)
- Clases prácticas obligatorias: 4h/semana, en pequeño grupo, durante el 2º cuatrimestre.
- Tutorización de trabajo individual: durante el 1º cuatrimestre
- Evaluación del trabajo individual y entrevista individual: durante el 2º cuatrimestre
- Examen final de teoría de toda la asignatura: Junio

---

### **Inicio**

---

#### **Resultados de aprendizaje que definen la asignatura**

**El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados...**

**1:**  
**El estudiante para superar esta asignatura deberá demostrar que...**

1- Es capaz de aplicar la psicología dentro del contexto de la Terapia Ocupacional, y crear programas individualizados que respondan a las necesidades del paciente, su entorno, cuidadores, familiares y otros profesionales.

2- Comprende, analiza y evalúa un abanico de información que permita determinar si la persona es susceptible de recibir tratamiento de Terapia Ocupacional.

3-Aplica adecuadamente técnicas de comunicación efectiva con el usuario, familias, grupos sociales y otros profesionales.

4-Evalúa y analiza la información disponible de diferentes textos, y sintetiza los resultados obtenidos de forma clara y coherente.

## **Introducción**

### **Breve presentación de la asignatura**

Esta asignatura se imparte en 2º de Grado de Terapia Ocupacional aunque la parte práctica se cursa en el 2º cuatrimestre (4 horas/semana en grupos reducidos). Su carga lectiva es de 6 ECTS, de los que 2 ECTS son teóricos, 1 ECTS práctico, 1 ECTS de trabajo individual y los 2 ECTS restantes de estudio personal. Se imparten dos horas/semana en clases de gran grupo; y durante el primer cuatrimestre el alumno dispone de una hora/semana para aclarar las dudas sobre el trabajo individual de "Psicoterapia" que deberá presentar en el segundo cuatrimestre, siendo evaluado mediante entrevista individual.

---

## **Contexto y competencias**

---

### **Sentido, contexto, relevancia y objetivos generales de la asignatura**

**La asignatura y sus resultados previstos responden a los siguientes planteamientos y objetivos:**

El objetivo general de esta asignatura es que el alumno, a partir del conocimiento de sus contenidos, sea capaz de explicar y comprender el concepto y teorías básicas de la personalidad, las psicopatologías básicas en la infancia, adolescencia y vejez, técnicas de terapia y modificación de conducta desde distintos paradigmas y los aspectos básicos de la comunicación en los procesos terapéuticos.

### **Contexto y sentido de la asignatura en la titulación**

Es una asignatura que forma parte del conjunto de materias correspondiente al campo de estudio de ciencias básicas de

otras ramas de conocimiento. Integrada en la materia de Psicología. Se cursa en 2º de Grado de Terapia Ocupacional como continuación a su impartición en 1º curso. Pretende capacitar al alumno para trabajar teniendo en cuenta los diferentes aspectos que forman parte de la realidad psicológicas del usuario, a través de una metodología basada en el análisis de la información y la utilización de técnicas e instrumentos de recogida de datos con un rigor científico.

### **Al superar la asignatura, el estudiante será más competente para...**

- 1:**
- 1- Aplicar la psicología dentro del contexto de la Terapia Ocupacional, y crear programas individualizados que respondan a las necesidades del paciente, su entorno, cuidadores, familiares y otros profesionales.
  - 2- Comprender, analizar y evaluar un abanico de información que permita determinar si la persona es susceptible de recibir tratamiento de Terapia Ocupacional.
  - 3- Aplicar adecuadamente técnicas de comunicación efectiva con el usuario, familias, grupos sociales y otros profesionales.
  - 4- Evaluar y sintetizar la información de forma clara y coherente, de cara a la resolución de supuestos prácticos con un discurso claro y argumentos técnicos.

### **Importancia de los resultados de aprendizaje que se obtienen en la asignatura:**

**Los resultados de aprendizaje que se obtienen en la asignatura son importantes porque...**

Van a permitir al alumno estar más preparado para comprender los fundamentos teóricos y metodológicos de la Psicología en el ámbito de la Terapia Ocupacional con una visión bio-**psico**-social del ser humano y por tanto, estar más capacitado para iniciarse en la planificación argumentada de la actuación profesional en situaciones de vulnerabilidad psicológica del usuario a lo largo de su ciclo vital.

---

## **Evaluación**

---

### **Actividades de evaluación**

**El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación**

- 1:**
- **Actividades de evaluación**

-

**El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje mediante las siguientes actividades de evaluación**

### **1-Evaluación continuada de las prácticas:**

- Asistencia y
- Participación activa y eficiente, en clase y externamente.

**La superación es requisito indispensable para presentarse al examen final de teoría.**

El alumno deberá demostrar que sabe aplicar las bases teóricas de la asignatura en la resolución de cuestiones o supuestos prácticos, con un lenguaje preciso, claro y argumentado.

### **2- Dos exámenes escritos:**

- Examen parcial de teoría, que elimina materia, al finalizar 1º cuatrimestre (febrero)
- Examen final de teoría de toda la asignatura al finalizar 2º cuatrimestre (junio)

Estos exámenes consisten en una prueba objetiva de 30 preguntas de precisión y relación de conceptos, con tres opciones y una sólo correcta, aplicando la fórmula " $\text{Aciertos} - \text{Errores} / \text{Nº items} - 1$ " para evitar la influencia del efecto del azar a la hora de responder. Duración: 1 hora.

### **Programa de la asignatura:**

Bloque temático I: PERSONALIDAD Y COMUNICACIÓN.

- Personalidad.
- Comunicación interpersonal verbal
- Comunicación interpersonal no verbal

Bloque temático II: MOTIVACIÓN Y TRABAJO EN EQUIPO

- Motivación y Automotivación.
- Capacidad para trabajar en equipo

Bloque temático III: PSICOLOGÍA Y SALUD

- Hábitos saludables y estilo de vida
- Estrés y rendimiento en el trabajo
- Psicología Pensamiento y Salud (Ansiedad, Depresión, Ira)
- 

Bloque temático IV: PSICOLOGÍA CLÍNICA

- Psicopatología, desórdenes de conducta y trastornos mentales.
- Técnicas de terapia de modificación de conducta

**3- Trabajo individual** sobre un tema en relación con LA PSICOTERAPIA. La extensión será de 10-12 folios, donde deberá plasmar, con terminología técnica y estilo claro y personal, las “ideas principales” captadas en los textos analizados. Se tutorizará individualmente durante el primer cuatrimestre y se entregará y evaluará en el segundo cuatrimestre, incluyendo entrevista individual. Pretende el estímulo para la iniciativa y creatividad personal, la búsqueda bibliográfica, la estructuración de un discurso lógico, y la búsqueda y logro de la síntesis concluyente con una cuidada comunicación interpersonal.

**2:**

La calificación final de la asignatura resulta de la ponderación siguiente:

- 20% la puntuación del trabajo individual
- 20% la puntuación de las prácticas
- 60% la puntuación del examen final de toda la asignatura.

---

## Actividades y recursos

---

### Presentación metodológica general

**El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente:**

La combinación de clases teóricas en gran grupo, clases prácticas en grupos reducidos, realización de un trabajo individual y especial importancia del estudio personal.

### Actividades de aprendizaje programadas (Se incluye programa)

**El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades...**

**1:**

**El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades**

**1- Clases teóricas presenciales** en gran grupo (1,75 ECTS) (resultado aprendizaje 1,2,3)

Explicación y orientación para el estudio personal de los distintos contenidos de la asignatura, intencionándolo hacia la adquisición de competencias y resultados de aprendizaje. Se utilizarán todos los recursos de la directividad y de la interacción, y apoyos en los distintos soportes audiovisuales.

**2- Clases prácticas en grupos** (=,75 ECTS) (resultado aprendizaje nº 4)

### **3- Trabajo individual** (1,25 ECTS) (resultado aprendizaje nº4).

Pretende el estímulo para la iniciativa y creatividad personal, el manejo de fuentes documentales, la estructuración de un discurso lógico y la búsqueda y logro de la síntesis concluyente. Todo ello es prerequisite para la labor investigadora.

### **4- Estudio personal** (2,25 ECTS) (resultados aprendizaje nº1,2,3,4,).

A partir del resto de actividades indicadas, el alumno debe responsabilizarse en la creación de esquemas y programas de trabajo estructurados y en el contexto del tiempo empleado para otras asignaturas. Debe representar el paso de la motivación, fomentada con las actividades de aprendizaje anteriormente descritas, al ejercicio autónomo de la voluntad.

#### **Bibliografía recomendada:**

-  
-

Blay, A. *Ser, curso de psicología de la autorrealización*. Índigo Ediciones.

\_. *La personalidad creadora*. Índigo Ediciones.

\_. *Creatividad y plenitud de vida*. Iberia.

Borrell, F. *Como trabajar en equipo*. Gestion 2000.

Buss, D. *La evolución del deseo*. Alianza Editorial.

Calle, Ramiro. *Evitar el sufrimiento*. Martínez Roca.

\_. *Guía práctica de la salud emocional*. Improve.

\_. *Terapia emocional*. Temas de hoy.

\_. *Los mejores aforismo y parábolas de Oriente*. RBA Integral.

Cristobal, P. *Controlar las emociones*. Temas de Hoy.

Dharma, Sing. *Rejuvenece tu cerebro*. Urano.

Dahlke, R. y Dethlefsen, T. *Las etapas críticas de la vida*

\_. *La enfermedad como camino*. Plaza Janés.

Davis, F. *La comunicación no verbal*. Alianza Editorial.

De Bono, E. *El pensamiento paralelo*. Paidós plural.

De las heras, J. *Conócete mejor*. Espasa.

Dilts, R. *El poder de la palabra. Programación neurolingüística*. Urano.

Escribano, G. *Analyse Transactionelle et Psychologie Clinique*. Psicom.

Eckhart. T. *El poder del ahora*. Gaia Ediciones.

Fernández, J.L. *Procesos psicológicos básicos*. Sanz y Torres.S.L.

Franll, Viktor. *El hombre en busca de sentido*. Ed. Herder.

Fromm, Erich. *El arte de amar*. Paidós.

Gael, L. *Autoestima*. Plaza y Janés Editores.

Gaona, J.M. *Endorfinas*. La Esfera de los Libros.

Gary Small, G. *La biblia de la larga vida*. Urano

Goleman, D. *Inteligencia emocional*. Kairós.

Lynn, A. *La otra inteligencia*. Empresa Activa.

Mac Rae, S. *Modelos y métodos para las ciencias del comportamiento*. Ariel Psicología.

Marina, J.A. y López, M. *Diccionario de los sentimientos*. Editorial Anagrama.

Mercè, M. *Cómo superar y convivir con las crisis emocionales*. Amat.

Opi, J.M. *Las claves del comportamiento humano*. Amat.

París, C. *Serenidad y bienestar emocional*. RBA Integral.

Ramana, Maharshi. *La esencia del autoconocimiento*. Ed. Yug

Rodríguez, César. *Psicología social. Cómo influimos en el pensamiento y la conducta de los demás*. Ediciones Pirámide.

\_. *Mientras estás ocupado tu Vida pasa*. Editorial Amares

\_. *Psicología, pensamiento y salud*. MIRA Editores

\_. *Póngale VIDA a los años...que es mejor*. MIRA Editores.

\_. *Risoterapia y calidad de vida*. MIRA Editores.

\_. *Inteligencia emocional en situaciones de estrés laboral*. Ed. Amares.

Rogers, C. *El proceso de convertirse en persona*. Paidós.

Urcola, J.L. *La motivación empieza por uno mismo*. ESIC.

Varios Autores. *Apuntes de Psicología*.

## Planificación y calendario

### Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

#### Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

- Clases teóricas en gran grupo: 2h/semana a lo largo de casi todo el curso
- Clases prácticas en grupos reducidos: 4 h/semana en el 2º cuatrimestre.
- Tutorización trabajo individual: durante el 1º cuatrimestre
- Entrega de trabajo individual y entrevista individual: durante el 2º cuatrimestre.
- Examen parcial de teoría (que elimina materia): al finalizar 1º cuatrimestre (Febrero)
- Examen final de teoría de toda la asignatura: Junio

## Referencias bibliográficas de la bibliografía recomendada

- Acosta Vera, J.M.: Gestión eficaz del tiempo y control del estrés. 4ª ed. rev. y act. Madrid, ESIC, 2008
- Albion, M, Murillo, I.: Vivir y ganarse la vida : recupere sus objetivos y su pasión, tanto en la vida profesional como en la personal. Barcelona, Amat, 2002
- Albom, M, Schwartz, M.: Martes con mi viejo profesor : una lección de la vida, de la muerte y del amor. Madrid, Maeva, 1998
- Amela, V.: Algunas cosas que he aprendido : un paseo por los senderos de la sabiduría y la felicidad con 60 entrevistados de "la Contra". Barcelona, Deusto, 2005
- Assagioli, R.: El acto de voluntad : un nuevo enfoque de psicología humanista. México, Trillas, 1989
- Beattie, M.: Libérate de la codependencia. 7ª ed. Málaga, Sirio, 2009
- Berne, E.: ¿Qué Dice Usted Después de Decir "Hola"? : La Psicología del Destino Humano. 1ª ed., 22ª reimp. Barcelona, Grijalbo, 1999
- Blay Fontcuberta, A.: Creatividad y plenitud de vida. Barcelona, Iberia; 1973
- Blay Fontcuberta, A.: La personalidad creadora. 2ª ed. Barcelona, Elicren, 1967
- Blay Fontcuberta, A.: Ser : curso de psicología de la autorrealización. Barcelona, Indigo, 2006
- Borrell i Carrió, F.: Cómo trabajar en equipo. Barcelona, Gestión 2000, 2004
- Buss, D.M.: La evolución del deseo : estrategias del emparejamiento humano. Madrid, Alianza, 2004
- Calle Capilla, R. A.: Evitar el sufrimiento : claves para aceptar el dolor y no padecer. Barcelona, Martínez Roca, 2005
- Calle Capilla, R. A.: Guía práctica de la salud emocional : cómo curar sus emociones negativas para acceder a una vida más plena y feliz. 7ª ed. Madrid, Edaf, 2005
- Calle Capilla, R. A.: Los mejores aforismos y parábolas de Oriente. Barcelona, Rba, 2005.
- Calle Capilla, Ramiro Antonio: Terapia emocional : la salud de los sentimientos. Ed. ampl. y actual. Madrid, Temas de hoy, 2011
- Carter-Scott, C.: El Juego de la vida : si la vida es un juego, éstas son las reglas. Barcelona, Grijalbo, 2000
- Chopra, D., Pareja, A.: Las siete leyes espirituales del éxito : una guía práctica para la realización de sus sueños. 21ª ed. Madrid, Edaf, 2004
- Coelho, P.: EL alquimista. 71ª ed. Barcelona, Obelisco, 1997
- Conangla, M. M.: Cómo superar y convivir con las crisis emocionales : la inteligencia emocional aplicada a situaciones límite. Barcelona, Amat, 2002
- Cooper, R. K.: Aprenda a utilizar el otro 90% : la mayoría de la gente sólo utiliza el 10% de su potencial. Barcelona, Amat, 2004
- Covey, S. R.: Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva : la revolución ética en la vida cotidiana y en la empresa. Barcelona, Paidós, 2008.
- Cristóbal Fernández, M. P.: Controlar las emociones : Técnicas para alcanzar el equilibrio vital. Madrid, Temas de hoy, 1996
- Curso básico de información formación sobre drogodependencias y adicciones. 2ª ed. Sevilla, Dirección General para las Drogodependencias y Adicciones, 2006
- Dahlke, R.: Las etapas críticas de la vida. Reimp. Barcelona, Plaza & Janés, 2000
- Davis, F.: La comunicación no verbal. Madrid, Alianza, 2006
- De Bono, E.: El pensamiento paralelo : de Sócrates a De Bono. Barcelona, Paidós, 2007
- De Mello, A.: El canto del pájaro. 30ª ed. Santander, Sal Terrae, 2003
- de Mello, A.: La oración de la rana 2. Santander, Sal Terrae, 1988
- de Mello, A.: La oración de la rana. 10ª ed. Santander, Santander, Sal Terrae, 1995
- De Mello, A.: Un minuto para el absurdo. 7ª ed. Santander, Sal Terrae, 2000
- De Mello, A.: Una llamada al amor : consciencia, libertad, felicidad. Santander, Sal Terrae, 2006
- Dethlefsen, T., Dahlke, R.: La enfermedad como camino : un método para el descubrimiento profundo de las enfermedades. Barcelona, Plaza & Janés, 1998.
- Dilts, R. B.: El poder de la palabra : la magia del cambio de creencias a través de la conversación. Barcelona, Urano, 2003.
- Drucker, P. F.: La gestión en un tiempo de grandes cambios. Barcelona, Edhasa, 1996
- Dueñas, M.: El gran libro de los tests. Madrid, Temas de Hoy, 2002
- Escribano, G.: Analyse transactionnelle et psychologie clinique. Grenoble, Psicom, 1992
- Fernández Trespalacios, J. L.: Procesos básicos de psicología general I. 3ª ed. Madrid, Sanz y Torres, 2000
- Fisher, R.: El caballero de la armadura oxidada. 16ª ed. Barcelona, Obelisco, 2008
- Frankl, V. E.: El hombre en busca de sentido. 18ª ed. Barcelona, Herder, 1996
- Fromm, E.: El arte de amar : una investigación sobre la naturaleza del amor. 13ª reimp. Barcelona, Paidós, 1992
- Gaona, J. M.: Endorfinas : las hormonas de la felicidad : cómo estimularlas a través de la comida, el deporte, la risa o el sexo. Barcelona, Obelisco, 1992
- Goleman, D.: Inteligencia emocional. 59ª ed. Barcelona, Kairós, 2005
- González Vallés, C.: Al andar se hace camino... : el arte de vivir el presente. 8ª ed. Santander, Sal Terrae, 2001
- Greene, R.: Las 48 leyes del poder. Madrid, Espasa Calpe, 2008
- Heras, J. de las: Conócete mejor, descubre tu personalidad. 6ª ed. Madrid, Espasa Calpe, 2004
- Hogan, K.: Cómo dominar el arte de la persuasión. Madrid, Open Project, 2000
- Holford, P.: Nutrición óptima para la mente. Barcelona, Robinbook, 2005
- Huxley, A.: La filosofía perenne. 2ª reimp. Barcelona, Edhasa, 2004

- Jiménez Hernández-Pinzón, F.: La comunicación interpersonal : ejercicios educativos. 3ª ed. rev. Madrid, Publicaciones ICCE, 1991
- Khalsa, Dharma Singh: Rejuvenece tu cerebro : un programa diseñado para renovar los procesos mentales, reforzar la memoria y vivir con plena conciencia y vitalidad hasta avanzada edad. 7ª ed. Barcelona, Urano, 2003
- Krishnamurti, J.: La Libertad primera y última. 6ª ed. Barcelona, Kairós, 2003
- Ladish, L.C.: Aprender a querer : hacia la superación de la codependencia. Madrid, Pirámide, 1996
- Lindenfield, G.: Autoestima : aprenda a potenciar la seguridad en si mismo. Barcelona, Debolsillo, 2003
- Lynn, A. B.: La Otra inteligencia : plan para potenciar la inteligencia emocional en el trabajo. Barcelona, Urano, Empresa activa, 2006
- MacRae, S.: Modelos y métodos para las ciencias del comportamiento. Barcelona, Ariel, 1995
- Maestro Perdices, L. P., Pablo Elvira, A.C. de: El test del río. Zaragoza, Luisa Pilar Maestro Perdices, 2001
- Mancini, M., Martos Rubio, A.: Domine su tiempo : aprenda las leyes del tiempo para obtener el máximo rendimiento, Madrid, McGraw-Hill Interamericana, 2004
- Marina, J. A.: Diccionario de los sentimientos. 4ª ed. Barcelona, Anagrama, 2007
- Maslow, A. H.: El hombre autorrealizado : hacia una psicología del ser. 13ª ed. Barcelona, Kairós, 2000
- Maslow, A. H.: La personalidad creadora. 8ª ed. Barcelona, Kairós, 2005
- Miedaner, T.: Coaching para el éxito : conviértete en el entrenador de tu vida personal y profesional. Barcelona, Urano, 2002
- Moore, T.: El cuidado del alma. 2ª Parte. Barcelona, Urano, 2003.
- Moore, T.: El Cuidado del alma. Barcelona, Urano, 2005.
- Opi, J. M.: Las claves del comportamiento humano : conocerse y conocer a los demás. 2ª ed. Barcelona, Amat, 2004
- París, C.: Serenidad y bienestar emocional : el arte de mantener las emociones bajo control. Barcelona, Integral, 2002
- Pease, A., Pease, B.: Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas. 1ª ed., 3ª imp, Barcelona, Amat, 2009
- Pease, A.: El lenguaje del cuerpo : cómo leer el pensamiento de los otros a través de sus gestos. 17ª ed. Barcelona, Paidós, 2004
- Piñuel y Zabala, I.: Mi jefe es un psicópata : por qué la gente normal se vuelve perversa al alcanzar el poder. Barcelona, Alienta, 2008
- Psicología social : cómo influimos en el pensamiento y la conducta de los demás. Coordinador, César Rodríguez Martín. Madrid, Pirámide, 2003
- Ramana, M.: La esencia del autocontrol. México D.F., Yug. 1993
- Regard, J.: La manipulación : un manual de autodefensa. Barcelona, Alienta, 2007
- Ribeiro, L, Salvador, J.: El éxito no llega por casualidad. Nueva ed. rev. y aum. Buenos Aires, Urano, 2000
- Rodríguez Martín, C., Rodríguez Ledo, D.: Mientras estás ocupado tu vida pasa : inteligencia emocional para superar "dependencias". Zaragoza, Amares, 2004
- Rodríguez Martín, C.: Inteligencia emocional en situaciones de estrés laboral : cuando el lugar de trabajo se convierte en un infierno. Zaragoza, Amares, 2007
- Rodríguez Martín, C.: Póngale vida a los años ... que es mejor. Zaragoza, Mira, 2005
- Rodríguez Martín, C.: Psicología: pensamiento y salud. Zaragoza, Mira, 2009
- Rodríguez Martín, C.: Risoterapia y calidad de vida :69 ejercicios de risoterapia para vivir más y mejor. Zaragoza, Mira, 2007
- Rogers, C. R.: El proceso de convertirse en persona :mi técnica terapéutica. 17ª ed. Barcelona, Paidós, 2004
- Rojas, E.: Una teoría de la felicidad. 16ª ed. Madrid, Dossat, 1993
- Saint-Exupéry, A. de: El principito. 1ª ed. Mexico, D.F., Editora y Distribuidora Mexicana, 1978
- Salud mental. Madrid, Colegio Oficial de Psicólogos, 2008. INFOCOP nº 40
- Scientific American Mind. New York, Scientific, American, 2004-
- Siegel, B. S.: Paz, amor y autocuración. Barcelona, Urano, 1990
- Small, G, Vorgan, G.: La biblia de la larga vida : estrategias esenciales para mantener en forma el cuerpo y la mente. Barcelona, Urano, 2006
- Steiner, C.M.: Los guiones que vivimos : análisis transaccional de los guiones de vida. 4ª ed. Barcelona, Cairós, 2006
- Tierno, B., Tierno Centella, J.: Valores en el trabajo : estrategias para afrontar y superar los nuevos retos laborales. Madrid, La Esfera de los Libros, 2002
- Tolle, E.: El poder del ahora : un camino hacia la realización espiritual. 4ª ed. Madrid, Gaia, 2008
- Urcola, J.L.: La motivación empieza por uno mismo : aspectos básicos para motivar a los demás y motivarse a sí mismo. 2ª ed. Madrid, ESIC, 2008
- Vilas Palau, A. Yo controlo y puedo dejarlo cuando quiera : Inteligencia emocional para superar la "dependencia" del alcohol. César Rodríguez Martín, coord. Zaragoza, Amares, 2009