



Grado en Psicología **25943 - Terapias humanistas**

Guía docente para el curso 2014 - 2015

Curso: 2 - 3 - 4, Semestre: 1, Créditos: 6.0

Información básica

Profesores

- **María Sonsoles Valdivia Salas** sonsoval@unizar.es

- **María Carmen Rueda Garfella** cruedag@unizar.es

Recomendaciones para cursar esta asignatura

Actividades y fechas clave de la asignatura

Los horarios y fechas clave de la asignatura puede consultarse en la página web de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas (<http://fcsh.unizar.es/>).

Inicio

Resultados de aprendizaje que definen la asignatura

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

- 1:** Describir las principales técnicas propuestas por las Terapias de Conducta para el tratamiento de las psicopatologías que cursan con ansiedad
- 2:** Conocer los fundamentos teóricos y experimentales sobre los que se asientan cada una de las técnicas de las Terapias de Conducta
- 3:** Elaborar una propuesta de tratamiento para las psicopatologías que cursan con ansiedad, desde la perspectiva de las Terapias de Conducta

Introducción

Breve presentación de la asignatura

En esta asignatura se cubrirán los contenidos relacionados con el tratamiento de los trastornos que cursan con ansiedad en adultos, tales como trastornos de ansiedad, trastornos del estado de ánimo, control de impulsos y adictivos, etc. Concretamente, se hará un recorrido por las diferentes técnicas que se utilizan desde la aproximación de las Terapias de Conducta (Modificación de Conducta, Terapia Cognitivo-Conductual, y Terapias de Tercera Generación), especificando 1) los fundamentos teóricos y experimentales sobre las que se asientan; 2) aplicación; y 3) psicopatologías o procesos psicológicos alterados en los que se recomienda su utilización.

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:

Con la intervención psicológica, se cierra el círculo de la práctica de la Psicología clínica, en tanto que supone el final del proceso clínico que inicia con el análisis y evaluación del problema. El objetivo de esta asignatura es que el estudiante se familiarice con las distintas técnicas que se utilizan para el tratamiento de los trastornos que cursan con ansiedad en la edad adulta desde las Terapias de Conducta. La elección de las Terapias de Conducta tiene que ver con que son éstas las que acumulan mayor evidencia sobre su eficacia.

Contexto y sentido de la asignatura en la titulación

La materia Terapias Humanistas es una asignatura optativa que pertenece al bloque de asignaturas que el área de conocimiento de "Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos" imparte en el Grado de Psicología, en su itinerario de Psicología Clínica. Dada la estructura actual del grado y la secuencia de asignaturas que conforman el itinerario de psicología clínica, en la presente asignatura se hace un recorrido por los fundamentos, objetivos, y utilización de las técnicas psicoterapéuticas que más evidencia sobre eficacia acumulan para el tratamiento de los trastornos que cursan con ansiedad. El objetivo general es dotar al alumno de los conocimientos que le permitan relacionar esta asignatura con una estructura más amplia de conocimientos psicológicos; y el objetivo particular es iniciar al estudiante en las estrategias necesarias para seleccionar la/s técnica/s más adecuadas para solucionar el problema consultado.

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

1:

5) Conocer y comprender los factores culturales y los principios psicosociales que intervienen en el comportamiento de los individuos, de los grupos y de las organizaciones.

Conocer y comprender los factores culturales y los principios psicosociales que intervienen en el comportamiento de los individuos, de los grupos y de las organizaciones. (5)

2:

(7) Conocer distintos métodos de evaluación, diagnóstico y tratamientos psicológicos en diferentes ámbitos aplicados a la Psicología.

Conocer distintos métodos de evaluación, diagnóstico y tratamientos psicológicos en diferentes ámbitos aplicados a la Psicología. (7)

3:

(35)Ser capaz de definir los objetivos y elaborar el plan de intervención en función de propósito de la misma (Prevención, tratamiento, rehabilitación, inserción, acompañamiento).

Ser capaz de definir los objetivos y elaborar el plan de intervención en función de propósito de lamisma (Prevención, tratamiento, rehabilitación, inserción, acompañamiento).(35)

4:
(36)Saber elegir técnicas de intervención psicológica adecuadas para alcanzar los objetivos

5:
Dominar las estrategias y técnicas para involucrar en la intervención a los destinatarios.(37)

6:

(38)Saber aplicar estrategias y métodos de intervención directos sobre los destinatarios: consejo psicológico, terapia, negociación, mediación,

Saber aplicar estrategias y métodos de intervención directos sobre los destinatarios: consejo psicológico, terapia, negociación, mediación.(38)

7:

(39)Saber aplicar estrategias y métodos de intervención directos sobre los contextos: Construcción de escenarios saludables,

Saber aplicar estrategias y métodos de intervención directos sobre los contextos: Construcción deescenarios saludables. (39)

8:

(49)Saber aplicar estrategias y métodos de intervención indirectos a través de otras personas: asesoramiento, formación de formadores y otros agentes.

Saber aplicar estrategias y métodos de intervención indirectos a través de otras personas:asesoramiento, formación de formadores y otros agentes.(49)

9:

(41)Saber evaluar, analizar e interpretar los resultados y la eficacia de las propias actuaciones en cualquiera de los ámbitos de la Psicología.

Saber evaluar, analizar e interpretar los resultados y la eficacia de las propias actuaciones encualquiera de los ámbitos de la Psicología.(41)

10:
Saber proporcionar retroalimentación a los destinatarios de forma adecuada y precisa.(42)

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

La intervención psicológica tiene diferentes ámbitos de aplicación y en cada uno de ellos es importante conocer el alcance (validez, contexto histórico, y objetivos) de las técnicas de intervención psicológica aplicables a una determinada casuística. Esto ayudará al futuro profesional a familiarizarse con el diseño de programas de intervención que sean efectivos, eficaces, y eficientes, y por tanto, que se ajusten a la ética profesional marcada en el código deontológico.

Evaluación

Actividades de evaluación

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

- 1:** Prueba escrita (calificación de 0 a 10) al final del cuatrimestre: podrá significar en torno al 60% de la calificación final (a determinar al inicio de la asignatura). La prueba podrá contener preguntas de verdadero/falso, de opción múltiple de respuesta, de respuesta breve, o a desarrollar.
 - 2:** Trabajo continuado (calificación de 0 a 10): podrá significar en torno al 40% de la calificación final (a determinar al inicio de la asignatura) e implica la realización de actividades y/o informes de prácticas y/o trabajos de discusión de una materia concreta, etc. Para que se tenga en cuenta esta puntuación en la nota final, el alumno deberá superar la prueba escrita alcanzando como mínimo 5 de 10 puntos.
 - 3:** **Para conocer la tasa de éxito y de rendimiento de anteriores académicos se pueden consultar los siguientes enlaces:**

Información de resultados Curso académico 2008/09
http://titulaciones.unizar.es/psicologia/infor_resultados.html

Información de resultados Curso académico 2009/10
http://titulaciones.unizar.es/psicologia/infor_resultados10.html

Información de resultados Curso académico 2010/11
http://titulaciones.unizar.es/psicologia/infor_resultados11.html
 - 4:** **Para más información consultar el Reglamento de Normas de Evaluación del Aprendizaje de la Universidad de Zaragoza:** http://www.unizar.es/sg/doc/6.1.Evaluaciondefinitivodia24_001.pdf.
-

Actividades y recursos

Presentación metodológica general

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

La materia Terapias Humanistas seguirá una metodología eminentemente participativa, utilizando como referente una metodología derivada del aprendizaje basado en problemas para estimular en el estudiante el pensamiento crítico, el

análisis y discusión de validez de las diferentes estrategias terapéuticas.

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:** Clases magistrales
- 2:** Exposiciones orales y discusión liderada por el estudiante
- 3:** Análisis de casos
- 4:** Diseño de paquetes de tratamiento psicológico

5: TEMARIO DE LA ASIGNATURA

Tema 1. Técnicas basadas en el condicionamiento clásico

- 1.1. Relajación y respiración
- 1.2. Desensibilización sistemática
- 1.3. Técnicas de exposición
- 1.4. Procedimientos aversivos

Tema 2. Técnicas basadas en el condicionamiento operante

- 2.1. Moldeamiento, desvanecimiento y encadenamiento
- 2.2. Economía de fichas
- 2.3. Contrato de contingencias
- 2.4. Biofeedback

2.5. Entrenamiento en habilidades sociales

Tema 3. Técnicas cognitivas y de autocontrol

- 3.1. Terapia Cognitiva
- 3.2. Terapia Racional Emotiva
- 3.3. Métodos de autocontrol
- 3.4. Entrenamiento en solución de problemas

Tema 4. Terapias basadas en la aceptación y el mindfulness

- 4.1. Terapia de Aceptación y Compromiso
- 4.2. Psicoterapia Analítico Funcional
- 4.3. Terapia de la Depresión basada en el mindfulness
- 4.4. Terapia integral de parejas
- 4.5. Terapia dialéctica

Planificación y calendario

Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

Se especificará al inicio de la asignatura, así como el programa de contenidos y la bibliografía recomendada.

Referencias bibliográficas de la bibliografía recomendada

- Guía de tratamientos psicológicos eficaces. I , Adultos / coordinadores Marino Pérez Alvarez ... [et al.] . [1ª ed.] Madrid : Pirámide, D. L. 2003
- Guía de tratamientos psicológicos eficaces. II , Psicología de la salud/ coordinadores Marino Pérez Alvarez ... [et al.] . Madrid : Pirámide, D.L.2003
- Labrador Encinas, Francisco Javier. Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta / Francisco J. Labrador, Juan Antonio Cruzado, Manuel Muñoz . Madrid : Pirámide, D.L. 2008
- Olivares Rodríguez, José. Técnicas de modificación de conducta / José Olivares Rodríguez, Francisco Xavier Méndez Carrillo . 2a. ed., rev. Madrid : Biblioteca Nueva, 1999
- Vallejo Pareja, Miguel Angel. Manual de terapia de conducta / Miguel A. Vallejo Pareja . Madrid : Dykinson, 1998
- Wilson, Kelly G.. Terapia de aceptación y compromiso (ACT) : un tratamiento conductual orientado a los valores / Kelly G. Wilson, Ma. Carmen Luciano Soriano . Madrid : Pirámide, D.L. 2002