

Fecha de aprobación: 28/06/2024

Guía docente de la asignatura

Tratamiento Psicológico: Fundamentos y Técnicas (2641135)

Grado	Grado en Psicología	Rama	Ciencias de la Salud				
Módulo	Intervención y Tratamiento Psicológico	Materia	Tratamiento Psicológico: Fundamentos y Técnicas				
Curso	3º	Semestre	1º	Créditos	6	Tipo	Obligatoria

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

Sin requisitos previos

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Grado)

Tratamientos cognitivo-conductuales, Tratamientos basados en la relajación, Técnicas de biofeedback: Tratamientos psicológicos de base experimental. Técnicas de desactivación fisiológica. Técnicas de exposición graduada e intensiva. Técnicas de manejo de consecuencias. Técnicas de entrenamiento en habilidades sociales. Terapias cognitivas y de afrontamiento. Técnicas de biofeedback.

COMPETENCIAS ASOCIADAS A MATERIA/ASIGNATURA

COMPETENCIAS GENERALES

- CG01 - Que los graduados y graduadas posean y comprendan los conocimientos que definen y articulan a la Psicología como disciplina científica, incluyendo sus teorías, métodos y áreas de aplicación, en un nivel que se apoya en libros de texto avanzados e incluye algunos conocimientos procedentes de la vanguardia de este campo de estudio.
- CG02 - Que sepan aplicar estos conocimientos al trabajo profesional en el ámbito de la Psicología, identificando, valorando y resolviendo los problemas y demandas que se les presenten, elaborando y defendiendo argumentos relevantes en los que fundamenten su actuación. Es decir, que estén capacitados para el desempeño profesional como psicólogos generalistas, no especializados, así como para incorporarse a estudios de Master y/o Doctorado que les proporcionen una formación avanzada, dirigida a la especialización académica, profesional o investigadora en el ámbito de la psicología.
- CG03 - Que tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes relativos al área de estudio de la Psicología (comportamiento humano individual y social, y al contexto en que se produce) para emitir juicios fundamentados en criterios sociales, científicos y



éticos, sobre problemas y situaciones de índole psicológica.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE01 - Conocer las características, funciones, contribuciones y limitaciones de los distintos modelos teóricos en Psicología.
- CE07 - Conocer los distintos métodos de evaluación, diagnóstico, intervención y tratamiento psicológicos en los distintos ámbitos de aplicación de la psicología.
- CE10 - Capacidad para seleccionar y administrar técnicas e instrumentos propios y específicos de la Psicología.
- CE11 - Capacidad para definir los objetivos, elaborar el plan y las técnicas de intervención en función de las necesidades y demandas de los destinatarios.
- CE12 - Capacidad para promover la salud y la calidad de vida en los individuos, grupos, comunidades y organizaciones en los distintos contextos: educativo, clínico, trabajo y organizaciones y comunitario, grupos, organizaciones, y de los contextos, a través de los métodos propios de la profesión.
- CE13 - Capacidad para localizar y distinguir información relevante para la consecución de una meta profesional concreta.
- CE14 - Capacidad para organizar y construir conocimientos a partir de dicha información para una actuación profesional adecuada a las demandas.
- CE16 - Capacidad para utilizar las diversas tecnologías de la información y la comunicación manejando, a nivel de usuario, el software de uso más frecuente en la práctica profesional y en la investigación científica.
- CE17 - Capacidad de comunicación oral y escrita en la lengua propia del Grado.
- CE18 - Capacidad de creatividad, de crítica y de autocrítica.
- CE19 - Ser capaz de desarrollar habilidades interpersonales y ser capaz de apreciar y valorar la diversidad cultural y la multiculturalidad de forma positiva.
- CE20 - Capacidad de trabajar en equipo y de valorar aportaciones de otras disciplinas y profesionales afines, de forma que pueda trabajar también en equipos interdisciplinares.
- CE21 - Tomar conciencia de los propios conocimientos y limitaciones, así como desarrollar procedimientos y estrategias para compensar o superar las limitaciones propias.
- CE22 - Valorar la necesidad de puesta al día y formación continua a lo largo de toda la vida para una correcta práctica profesional e investigadora.
- CE23 - Adquirir independencia y autonomía con respecto al propio aprendizaje y al desarrollo de las propias habilidades (aprender a aprender).
- CE24 - Conocer y asumir la deontología propia de la profesión.
- CE25 - Perseguir la excelencia en las actuaciones profesionales e investigadoras.
- CE26 - Respetar y promover la diversidad humana y los derechos fundamentales de las personas, la accesibilidad universal a los distintos bienes y servicios a todas las personas, y los valores democráticos y de una cultura de la paz en el ejercicio de su actividad personal y profesional.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- CT01 - Que sean capaces de transmitir información, ideas, problemas y soluciones propias de su ámbito académico y profesional a un público tanto especializado como no especializado.
- CT02 - Que hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para continuar aprendiendo a lo largo de toda la vida y, en su caso, emprender estudios reglados posteriores con un alto grado de autonomía.
- CT03 - Que tengan capacidad para abordar su actividad profesional y formativa desde el respeto al Código Deontológico del psicólogo, lo que incluye, entre otros principios más



específicos, los de: respeto y promoción de los derechos fundamentales de las personas, igualdad, accesibilidad universal a los distintos bienes y servicios, y promoción de los valores democráticos y de una cultura de la paz.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

En la Memoria de Verificación del Grado en Psicología se especifica que los objetivos formativos a alcanzar en esta asignatura son los siguientes:

- Adquirir conocimientos sobre la historia de los tratamientos psicológicos, de sus fundamentos teóricos y experimentales y de las principales técnicas de tratamiento basadas en la evidencia.
- Aplicar dicho conocimiento al diseño, desarrollo y evaluación de un plan de tratamiento en el ámbito de los trastornos de la ansiedad y el estrés.

Los resultados de aprendizaje de la Memoria de Verificación del Grado son los siguientes:

- Conocer las distintas técnicas de intervención y tratamiento psicológico en diferentes ámbitos de la Psicología.
- Conocer los distintos campos de aplicación de la Psicología y tener los conocimientos necesarios para incidir y promover la salud y la calidad de vida en distintos contextos.
- Ser capaz de establecer las metas de la actuación psicológica en diferentes contextos.
- Saber analizar el contexto donde se desarrollan las conductas individuales.
- Saber seleccionar y administrar los instrumentos de evaluación y ser capaz de identificar a las personas y grupos interesados.
- Ser capaz de definir los objetivos y elaborar el plan de intervención básico en función del propósito de la misma.
- Ser capaz de utilizar y saber aplicar estrategias y técnicas para involucrar en la intervención a los destinatarios.
- Saber proporcionar retroalimentación a los destinatarios de forma adecuada y precisa.

Estos objetivos y resultados del aprendizaje expresados en términos de “Conocimientos”, “Destrezas” y “Actitudes/Valores” serían los siguientes:

Conocimientos (Saber)

- Conocer el desarrollo histórico de los tratamientos psicológicos con base experimental.
- Conocer los fundamentos teóricos y experimentales de las principales técnicas de tratamiento psicológico, su ámbito de aplicación, la descripción de sus componentes y sus nuevos desarrollos.

Destrezas (Saber hacer)

- Saber aplicar las técnicas de intervención a la evaluación y al tratamiento de distintos problemas psicológicos.
- Saber aplicar las habilidades de relación interpersonal en el contexto terapéutico.

Actitudes/Valores (Saber Ser)

- Desarrollar una actitud favorable hacia trabajo multidisciplinar en el ámbito de los trastornos psicológicos.
- Favorecer una disposición a ayudar a las personas con trastornos psicológicos y respetar los principios deontológicos de la profesión de psicólogo/a.

PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

TEÓRICO

1. **Tema 1. Tratamientos psicológicos con base experimental. Psicología experimental y psicología clínica. Los primeros intentos: Pavlov, Watson y el Grupo de Yale. Los orígenes de la terapia de conducta: Sudáfrica, Inglaterra y Estados Unidos. La evolución histórica**



- de la terapia de conducta.
2. **Tema 2.** Técnicas de desactivación fisiológica. Fundamentos teóricos y experimentales de los tratamientos basados en la relajación. Aspectos generales de procedimiento. Técnicas específicas de desactivación: relajación progresiva de Jacobson, entrenamiento autógeno de Schultz, entrenamiento en respiración-meditación de Benson.
 3. **Tema 3.** Técnicas de exposición graduada. Fundamentos teóricos y experimentales de los tratamientos basados en la exposición gradual. Ámbito de aplicación de la desensibilización sistemática. Descripción de la desensibilización sistemática clásica. Variaciones de la desensibilización sistemática: desensibilización y reprocesamiento por movimientos oculares, desensibilización mediante realidad virtual.
 4. **Tema 4.** Técnicas de exposición intensiva. Fundamentos teóricos y experimentales de los tratamientos basados en la exposición intensiva. Ámbito de aplicación de las técnicas de exposición intensiva. Descripción de las técnicas: terapia de implosión, exposición intensiva en vivo, exposición intensiva en vivo y en la imaginación. Nuevos desarrollos de la exposición intensiva: la exposición narrativa.
 5. **Tema 5.** Técnicas de manejo de consecuencias. Fundamentos teóricos y experimentales de los tratamientos basados en el manejo de consecuencias. Las técnicas operantes de modificación de conducta: adquisición de conductas, mantenimiento de conductas, reducción de conductas. Los programas de economía de fichas y los contratos conductuales. El autocontrol.
 6. **Tema 6.** Técnicas de entrenamiento en habilidades sociales. Fundamentos teóricos y experimentales del entrenamiento en habilidades sociales. Evaluación diagnóstica y funcional de las habilidades sociales. Componentes del entrenamiento en habilidades sociales. Tipos de habilidades sociales.
 7. **Tema 7.** Terapias cognitivas. Fundamentos teóricos y experimentales de las terapias cognitivas. La terapia racional-emotiva de Albert Ellis: componentes de la terapia, principales creencias irracionales. La terapia cognitiva de Aaron Beck: componentes de la terapia, distorsiones cognitivas.
 8. **Tema 8.** Terapias de afrontamiento. Fundamentos teóricos y experimentales de las terapias de afrontamiento. Las terapias de afrontamiento: el modelo de inoculación contra el estrés de Meichenbaum. Habilidades de resolución de problemas.
 9. **Tema 9.** Otras técnicas de tratamiento psicológico: Biofeedback. Activación conductual. Psicoterapia Analítico-Funcional. Aceptación y Compromiso. Conciencia plena. Fundamentos teóricos y experimentales. Principales características.

PRÁCTICO

El temario práctico se corresponde con contenidos fundamentales del temario teórico y tiene como objetivo básico la aplicación de diversas técnicas de intervención y tratamiento psicológico en contextos simulados y en contextos naturales.

Para la aplicación de éstas técnicas se empleará el ensayo de conducta en un escenario simulado de consulta, implicando diferentes actuaciones relacionadas con las técnicas de tratamiento de la asignatura, y/o un entrenamiento en técnicas de afrontamiento del estrés o de tratamiento de fobias específicas que incluye muchas de las técnicas del programa (ej., técnicas de desactivación, técnicas cognitivas, técnicas de exposición, etc.). En este segundo caso el programa puede ser autoaplicado o aplicado a otra persona.

MÉTODO DE TRABAJO

Asistencia a las clases de prácticas. Preparación y trabajo personal. Observación de modelos. Realización de ensayos conductuales. Retroalimentación de los compañeros/as y del profesorado. Refuerzo positivo. Realización de tareas entre sesiones. Revisión y corrección de las tareas realizadas.



BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

- Vila, J. y Fernández-Santaella, M.C. (2009). Tratamientos psicológicos: la perspectiva experimental (2ª ed.). Madrid: Pirámide.
- Caballo, V. E. (dir.) (2015). Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta (2ª ed.). Madrid: Siglo XXI.
- Olivares-Olivares, P. J., Rosa Alcázar, A., Rosa Alcázar, A. I. y Olivares Rodríguez, J. (2022). Intervención psicológica conductual y conductual-cognitiva. Primera y segunda generación de tratamientos. Madrid: Pirámide.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

- Barlow, D.H. (Ed.) (2001). Clinical handbook of psychological disorders: A step-by-step treatment manual. Nueva York: Guilford.
- Barlow, D.H., Bullis, J.R., Gomer, J.S. y Ametaj, A.A. (2013). Evidence-based psychological treatments: An update and a way forward. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 1-27.
- Beck, J.S. (2000). Terapia cognitiva: Conceptos básicos y profundización. Madrid: Gedisa.
- Beck, J.S. (2011). Cognitive behavior therapy: Basics and beyond (2nd ed.). New York, NY, US: Guilford Press.
- Caballo, V. E. (2015). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales (10ª ed.). Madrid: Siglo XXI.
- Chambless, D.L. (2005). Compendium of empirically supported therapies. En G.P. Koocher, J.C. Norcross y S.S. Hill (eds.), *Psychologist's desk reference* (2ª ed., pp. 183-192). New York: Oxford University Press.
- Craske, M.G. (2010). Cognitive-behavioral therapy. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Dobson, D. y Dobson, K.S. (2009). Evidence-based practice of cognitive-behavioral therapy. London: Guilford Press.
- Freeman, C. y Power, M. (2007). Handbook of evidence-based psychotherapies. A guide for research and practice. Chichester: Wiley & Sons.
- Gaudio, B.A. y Miller, I.W. (2013). The evidence-based practice of psychotherapy: facing challenges that lie ahead. *Clinical Psychology Review*, 33, 813-824.
- Goodheart, C.D., Kazdin, A.E. y Stenberg, R.J. (2006). Evidence-based Psychotherapy: Where Practice and Research Meet. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hayes, S.C., Long, D.M., Levin, M.E. y Follete, W.C. (2013). Treatment development: Can we find a better way? *Clinical Psychology Review*, 33, 870-882.
- Hoboken, N.J. (2011). Acceptance and mindfulness in cognitive behavior therapy: Understanding and applying the new therapies. US: John Wiley & Sons.
- Kaplowitz, M.J., Safran, J.D. y Muran, C.J. (2011). Impact of therapist emotional intelligence on psychotherapy. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 199, 74-84.
- Kazantzis, N., Cronin, T.J., Norton, P.J., Lai, J y Hofmann, S.G. (2015). Reservations about the Conclusions of the Interdivisional (APA Divisions 12 & 29) Task Force on Evidence-Based Therapy Relationships: What Do We Know, What Don't We Know? *Journal of Clinical Psychology*, 71, 423-427.
- Labrador, F.J. y Crespo, M. (2012). Psicología clínica basada en la evidencia. Madrid: Pirámide.
- Labrador, F. J., Cruzado, J. A. y Muñoz, M. (dirs.) (2001). Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta (3ª ed.). Madrid: Pirámide.
- Martin, G. y Pear, J. (2003). Behavior modification. What it is and how to do it? (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Mitenberger, R. (2004). Behavior modification. Principles and procedures (3rd ed.). Belmont, CA: Wadsworth/Thomson Learning.



- Moriana, J.A., Gálvez-Lara, M. y Corpas, J. (2017). Psychological treatments for mental disorders in adults: A review of the evidence of leading international organizations. *Clinical Psychology Review*, 54, 29-43.
- Nathan, P. E., y Gorman, J. M. (1998). A guide to treatments that work. Nueva York: Oxford University Press. y, stress, and trauma. Nueva York: Basic Books. *logy: Science and Practice*, 22 (4), 317-338.
- Norcross, J.C. (dir.) (2011). *Psychotherapy relationships that work* (2ª ed.). New York: Oxford University Press.
- Vázquez, C. (2003). *Técnicas cognitivas de intervención clínica*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Rosqvist, J. (2005). *Exposure treatments for anxiety disorders*. Nueva York: Routledge.
- Shapiro, F. y Forrest, M. S. (2004). *EMDR: The breakthrough therapy for overcoming anxiety, stress, and trauma*. Nueva York: Basic Books.
- Schauer, M., Neuner, F. y Elbert, T. (2005). *Narrative Exposure Therapy: A short-term intervention for traumatic stress disorder after war, terror or torture*. Hografe & Huber: Göttingen, Germany.
- Tollin, D.F., McKay, D., Forman, E.M., Klonsky, E.D. y Thombs, B.D. (2015). Empirically supported treatment: Recommendations for a new model. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 22 (4), 317-338.
- Tryon, W.W. (2005). Possible mechanisms for why desensitization and exposure therapy work. *Clinical Psychology Review*, 25, 67-95.

ENLACES RECOMENDADOS

Asociaciones internacionales:

- [Association for Behavioral and Cognitive Therapies \[ABCT\]](#)
- [European Association for Behavioural and Cognitive Therapy \[EABCT\]](#)
- [British Association for Behavioural and Cognitive Psychotherapies \[BABCP\]](#)
- [Society for Psychophysiological Research \[SPR\]](#)
- [American Psychological Association \[APA\]](#)

Asociaciones nacionales:

- [Sociedad Española de Psicología Clínica y de la Salud \[SEPCYS\]](#)
- [Sociedad Española de Psicofisiología y Neruciencia \[SEPNECA\]](#)

Bibliografía indexada:

- [Cognitive Behavioral Therapy in Mental Health Care](#)
- [Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos:](#)
- [Guía para la elección de tratamientos psicológicos efectivos:](#)

Documentos:

- [The empirical status of cognitive-behavioral therapy: a review of meta-analyses](#)
- [The Impact of CBT and ACT Models Using Psychology Trainee Therapists:](#)

Foros: [National Institute of Mental Health](#)

Direcciones de interés sobre eficacia de las terapias:

[British Psychological Society.](#)

[Clinical Evidence](#): identifica importantes cuestiones clínicas y sus respuestas resumiendo la evidencia disponible actualmente (fundamentalmente la procedente de ensayos controlados aleatorizados). La búsqueda de evidencia se realiza en las bases de datos de la Cochrane Library, MEDLINE y Embase. Esta disponible online (con suscripción) y, además, se publican dos números anuales en papel.

[Campbell Collaboration](#). Esta organización ofrece datos sobre la eficacia de distintas técnicas de intervención en el área social, educativa y del comportamiento.

[Cochrane Collaboration](#). Ofrece tanto revisiones como ensayos controlados aleatorizados sobre la eficacia de intervenciones relacionadas con la salud. La revisión sobre salud mental está organizada en cinco grupos: 1) ansiedad y depresión, 2) esquizofrenia, 3) demencia y deterioro



cognitivo, 4) drogodependencias, y 5) problemas de aprendizaje, del desarrollo y psicosociales. [National Guideline Clearinghouse](#). En esta página se accede a información sobre más de 1000 guías clínicas de distintas áreas de la salud.

Revistas:

Journal of Abnormal Psychology: <http://www.apa.org/pubs/journals/abn/index.aspx>

Journal of Consulting and Clinical Psychology:

<http://www.apa.org/pubs/journals/ccp/index.aspx>

Behavioural and Cognitive Psychotherapy: <http://titles.cambridge.org/journals/Behavioural and Cognitive Psychotherapy>

Therapy:

http://www.elsevier.com/wps/find/journaldescription.cws_home/265/description#description

Behaviour Therapy: <http://www.sciencedirect.com/science/journal/00057894>

METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 - Lección magistral/expositiva
- MD07 - Seminarios
- MD09 - Análisis de fuentes y documentos
- MD10 - Realización de trabajos en grupo
- MD11 - Realización de trabajos individuales
- MD13 - Tutorías individual/colectiva, Participación (foros del curso, exposiciones públicas), Autoevaluaciones, Presentación y defensa de informes grupales o individuales

EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)

EVALUACIÓN ORDINARIA

La evaluación de la asignatura será preferentemente continua, entendiéndose por tal la que se realiza atendiendo a los siguientes criterios:

EXAMEN (70% DE LA NOTA FINAL). El examen constará de preguntas objetivas con tres alternativas de respuesta (en cuyo caso, las respuestas erróneas puntúan negativamente) y/o preguntas cortas a desarrollar. La nota máxima del examen es de 7 puntos y es necesario aprobar con un mínimo de 3,5 puntos para que pueda sumarse la nota de prácticas.

PRÁCTICAS (30% DE LA NOTA FINAL). Se valorará la asistencia, la participación activa y la realización de tareas (cuando corresponda) en las prácticas. La valoración máxima es de 3 puntos y es necesario aprobar con un mínimo de 1,5 puntos para sumarse la nota de teoría.

Cuando la suma de la parte de teoría y de prácticas dé una puntuación superior a 5, pero en función de los criterios para aprobar la asignatura el alumno/a esté suspenso/a, la calificación que constará en acta será como máximo un 4,9.

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

El sistema y los criterios de evaluación serán los mismos en la convocatoria ordinaria y en la convocatoria extraordinaria.

En la convocatoria extraordinaria, los alumnos/as que no hayan realizado las prácticas de la asignatura pueden optar al 100% de la nota realizando un examen de prácticas sobre los contenidos, competencias y habilidades a desarrollar en el programa de prácticas de la asignatura.



EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

De manera excepcional, los alumnos/as que hayan sido autorizados por el Director del Departamento para poder acogerse a la modalidad de evaluación única final por cumplir los criterios establecidos al respecto (art. 8 de la Normativa de Evaluación y Calificación de los Estudiantes de la Universidad de Granada de 20 de mayo de 2013, y criterios del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico aprobados en Consejo de Departamento el 7 de noviembre de 2013), realizarán un examen en el que se evaluarán todos los contenidos del temario teórico y del temario práctico de la asignatura. El examen constará de preguntas objetivas con tres alternativas de respuesta (en cuyo caso, las contestaciones erróneas puntúan negativamente) y/o preguntas cortas a desarrollar. La evaluación de la asignatura se llevará a cabo en base a la calificación obtenida en este único examen. La valoración máxima del examen es de 10 puntos.

INFORMACIÓN ADICIONAL

OBTENCIÓN DE PUNTOS EXTRA: Existe la posibilidad de participar en experimentos y otras actividades alternativas propuestas por el profesor como fuente de nota extra (hasta un máximo de 0,5 puntos). El resultado de sumar la nota final de la asignatura y la participación en estas investigaciones, nunca podrá exceder el límite del sistema de calificaciones establecido en el artículo 22.2 de la Normativa de Evaluación y Calificación de los Estudiantes de la Universidad de Granada.

La metodología docente y la evaluación serán adaptadas a los/as estudiantes con necesidades específicas (NEAE), conforme al Artículo 11 de la Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada, publicada en el Boletín Oficial de la Universidad de Granada, nº 112, 9 de noviembre de 2016.

La utilización de cualquier dispositivo tecnológico en el aula, siempre estará sujeta a la autorización del profesor de la asignatura, en vista de su idoneidad; en caso contrario, se hará la denuncia correspondiente de los hechos a los órganos universitarios y/o judiciales competentes. Información de interés para estudiantado con discapacidad y/o Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE): [Gestión de servicios y apoyos \(https://ve.ugr.es/servicios/atencion-social/estudiantes-con-discapacidad\)](https://ve.ugr.es/servicios/atencion-social/estudiantes-con-discapacidad).

