

FICHA DE ASIGNATURA

Título: Evolución de la Terapia Cognitivo-Conductual.

Descripción: En esta asignatura profundizarás en el desarrollo y evolución de la terapia cognitivo conductual desde sus inicios hasta la aparición de las terapias de tercera generación por lo que conocerás tanto de forma práctica como teórica las diversas aplicaciones clínicas que se disponen en la actualidad.

Carácter: Obligatoria.

Créditos ECTS: 6.

Contextualización: Esta asignatura pretende proporcionarte una serie de conocimientos en el campo de la Psicología Clínica que te serán útiles a la hora de aplicar los diferentes protocolos de tratamiento basados en la evidencia para distintos trastornos psicológicos. Además obtendrás una base teórica sobre diferentes conceptualizaciones existentes en función de la perspectiva que se adopte y conocerás sus implicaciones clínicas.

Modalidad: Online.

Temario:

- El surgimiento y evolución de los tratamientos psicológicos.
- Primera y segunda ola de los tratamientos psicológicos.
- La evolución y desarrollo de las técnicas cognitivo-conductuales.
- Técnicas basadas en el condicionamiento operante.
- Técnicas de control de la activación.
- Técnicas de afrontamiento.
- Psicoterapias racionales.
- Técnicas de exposición.
- Técnicas de autocontrol.
- Técnicas de solución de problemas.
- Entrenamiento en habilidades sociales.
- La tercera ola de tratamientos psicológicos.
- Terapia de aceptación y compromiso.
- Psicoterapia analítica funcional.
- Terapia dialéctica-conductual.
- Terapia de activación conductual.
- Mindfulness o conciencia plena.
- Terapia basada en realidad virtual y otras tecnologías.
- Psicología positiva.
- Desensibilización y reproceso por el movimiento de los ojos.
- Tratamientos basados en la hipnosis despierta y sugestión.
- Terapia focalizada en las emociones.
- Promoción de la salud, el bienestar y la calidad de vida.
- Salud y enfermedad.
- Variables psicológicas y psicosociales relacionadas con la salud y la enfermedad.
- Promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

- Objetivos y estrategias en la promoción de la salud.
- Contenidos de los programas de promoción de la salud.
- Estructura de los programas de promoción de la salud.

Competencias:

COMPETENCIAS BÁSICAS Y GENERALES

CB1 - Que los alumnos sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.

CB2 - Que los alumnos sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.

CB3 - Que los alumnos posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

CG1- Mantener una actitud reflexiva y crítica ante la realidad social y personal, relacionada con los problemas psicológicos y poder transmitirla a la comunidad.

CG2- Fomentar el uso de las Tecnologías de la información y la comunicación en el campo de la Psicoterapia.

CG3- Que el alumnado sea capaz de adquirir habilidades para mantener una buena relación social en su práctica profesional, basadas en la aceptación y el compromiso con los Derechos Humanos.

CG4-Conocer las bases teóricas y las aplicaciones prácticas de las Terapias Psicológicas de Tercera Generación.

CG5- Aplicar los conocimientos teóricos y los avances científicos a la Psicoterapia y a la investigación.

CG6-Ser capaz de lograr un adecuado nivel de comprensión de la demanda del destinatario en cada situación o contexto de aplicación.

CG7- Ser capaz de actuar con profesionalidad y comportamiento ético en el desempeño de la intervención psicológica y en la transmisión del conocimiento y práctica adquiridos.

CG8-. Ser capaz de comunicar temas de su área de conocimiento con sus compañeros de profesión, con la comunidad académica en su conjunto y con la sociedad en general.

CG9- Adoptar una actitud favorable hacia el aprendizaje y la innovación en Psicología, mostrándose proactivo, participativo y con espíritu de superación ante la adquisición de nuevos conocimientos.

CG10- Mantener una actitud reflexiva y crítica ante la realidad social y personal, relacionada con los problemas psicológicos y poder transmitirla a la comunidad.

CG11- Valorar el papel de la Psicoterapia y sus aplicaciones prácticas como herramientas para fomentar la igualdad entre hombres y mujeres o entre colectivos minoritarios o tradicionalmente excluidos.

CG12-. Fomentar el uso de tecnologías de la información y la comunicación en el campo de la Psicoterapia.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

CE2- Saber proporcionar retroalimentación a los pacientes de forma adecuada y precisa.

CE3 Ser capaz de desarrollar el interés por mantener actualizados las propias destrezas, competencias y conocimientos según los estándares de la profesión y de la investigación científica.

CE4- Conocer las funciones, características y limitaciones de la Terapia Cognitivo conductual.

CE5- Ser capaz de identificar la técnica más eficaz en función del problema o trastorno psicológico que hay que abordar.

CE6- Ser capaz de definir los objetivos y elaborar el plan de intervención basado en la Terapia Cognitivo Conductual.

CE7- Saber analizar e interpretar los resultados de una intervención psicológica y realizar su valoración.

CE8- Saber proporcionar retroalimentación a los pacientes de forma adecuada y precisa.

CE9- Ser capaz de desarrollar el interés por mantener actualizadas las propias competencias, destrezas y conocimientos según los estándares de la profesión y de la investigación científica.

CE10- Conocer las investigaciones científicas sobre temas actuales e identificar los aspectos relevantes para su formación investigadora.

Actividades Formativas:

	Horas	Presencialidad
Clases teóricas	8	80
Sesiones de discusión y debate	3	30
Tutorías	10	80
Seminarios	3	100
Actividades Guiadas	6	100
Trabajo en grupos	18	0
Exámenes	2	100
Trabajo autónomo del alumno/a	100	0

Metodologías docentes:

- Desarrollo en video de los contenidos más relevantes de la materia.
- Clases magistrales participativas por videoconferencia.
- Chats y Foros: Interacciones escritas entre docentes y estudiantes para el desarrollo de temas específicos sobre las lecciones magistrales.
- Tutorías individuales y colectivas por videoconferencia.
- Comunidades de aprendizaje: Puesta en común y discusión de lecturas y reflexiones en torno al material para la realización de tareas y exámenes.
- Examen.
- Lectura crítica de la bibliografía, estudio sistemático de los temas, reflexión sobre problemas planteados, resolución de actividades planteadas, búsqueda, análisis y elaboración de información. (El docente seguirá teniendo una función de guía, se exigirá al alumno que opine, resuelva, consulte y ponga en práctica lo que ha aprendido).

Sistema de Evaluación:

Sistemas de evaluación	Ponderación mínima	Ponderación máxima
Evaluación Continua: Participación durante las clases, seminarios y actividades guiadas	0.0	10.0
Evaluación continua: Foros	0.0	20.0
Evaluación Continua: Tareas Portafolio	0.0	40.0
Evaluación Continua: Pruebas referidas a estándares	0.0	30.0

Bibliografía:

- Baños, R.M., Guillén, V., García-Palacios, A., Quero, S., y Botella, C. (2012). *Las nuevas tecnologías en el tratamiento de los trastornos de ansiedad*. Información Psicológica, 102, 28-46.
- Barraca, J. (2009). *Habilidades clínicas en la terapia conductual de tercera generación*. Clínica y Salud, 20(2), 109-117.
- Barraca, J. (2011). *¿Aceptación o control mental? Terapias de aceptación y mindfulness frente a las técnicas cognitivo-conductuales para la eliminación de pensamientos intrusos*. Análisis y Modificación de Conducta, 37(155-156), 43-63.
- Beck, A.T. y Freeman, A. (1995). *Terapia cognitiva de los trastornos de personalidad*. Barcelona: Paidós.
- Beck, J. (1995). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. New York: The Guilford Press.
- Botella, C. (1985). *La técnica de inundación en un caso de fobia a hablar en público*. Análisis y Modificación de Conducta, 11, 159-172.

- Capafons, A. (2001). *Hipnosis*. Madrid: Síntesis.
- Caro, I. (2003b). *Reflexiones sobre la evolución y la comparación de las psicoterapias cognitivas*. En I. Caro (comp.). *Psicoterapias cognitivas. Evaluación y comparaciones* (págs. 229-248). Barcelona: Paidós.
- D'Zurilla, T.J. y Golfried, M.R. (1992). *Terapia de Resolución de Problemas*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Deffenbacher, J.L. (1998). *La inoculación de estrés*. En V.E. Caballo (Comp.). *Manual de técnicas de terapia de conducta* (4ª ed.). Madrid: Siglo XXI.
- Díaz, M.I., Ruiz, M.A. y Villalobos, A. (2012). *Historia de la terapia cognitivo conductual*. En M.A. Ruiz, M.I. Díaz y A. Villalobos (eds.), *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Díaz, M.I., Ruiz, M.A. y Villalobos, A. (2012). *Terapias y técnicas de exposición*. En M.A. Ruiz, M.I. Díaz y A. Villalobos (eds.), *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Díaz, M.I., Villalobos, A. y Ruiz, M.A. (2012). *La desensibilización sistemática y técnicas de relajación*. En M.A. Ruiz, M.I. Díaz y A. Villalobos (eds.), *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Díaz, R. J. (2013). *Conceptualización y tratamiento terapéutico de un caso de ludopatía desde el análisis funcional y la terapia de aceptación y compromiso*. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 31(2), 443-452.
- Dobson, K.S. y Frenche, R.L. (1998). *La práctica de la terapia cognitiva*. En V.E. Caballo (Comp.). *Manual de técnicas de terapia de conducta* (4ª ed.). (Págs. 493-526). Madrid: Siglo XX.
- Echeburúa, E. y Becoña, E. (2000). *Guía para la elección de los tratamientos psicológicos efectivos*. Madrid: Dyckinson. (págs. 93-161).
- Ferro-García, R. (2016). *Fundamentos, características y eficacia de la psicoterapia analítica funcional*. *Análisis y Modificación de Conducta*, 42(165-166), 51-73.
- Franks, C.M. (1998). *Orígenes, historia reciente, cuestiones actuales y estatus futuro de la terapia de conducta: Una revisión conceptual*. En V.E. Caballo (Comp.), *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta* (4ª ed.) (Págs. 3-25. Madrid: Siglo XXI.

- Garay, C. J., Korman, G. P., y Keegan, E. G. (2015). *Terapia cognitiva basada en atención plena (mindfulness) y la <<tercera ola>> en terapias cognitivo-conductuales*. *Revista Argentina de Psiquiatría*, 26(119), 49-56.
- García, G. M., y Pérez, M. (2016). *Terapia de aceptación y compromiso aplicada a la esquizofrenia. Estado actual y direcciones futuras*. *Análisis y Modificación de Conducta*, 42(165-166), 99-119.
- García-Montes, J. M., y Pérez-Álvarez, M. (2005). *Fundamentación experimental y primeras aplicaciones clínicas de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el campo de los síntomas psicóticos*. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(2), 379-393.

- García-Palacios, A. (2006). *Mindfulness en la terapia dialéctico-comportamental*. Revista de Psicoterapia, XVII(2), 121-132.
- García-Palacios, A., Navarro, M. V., Guillén, V., Marco, H., y Botella, C. (2010). *Estudio preliminar sobre la eficacia de la terapia dialéctico-comportamental en personas diagnosticadas de trastorno límite de la personalidad y bulimia nerviosa*. Psicología Conductual, 18(1), 197-216.
- Gómez-Martín, S., López-Ríos, F., y Mesa-Manjón, H. (2007). *Teoría de los marcos relacionales: Algunas implicaciones para la psicopatología y la psicoterapia*. International Journal of Clinical and Health Psychology, 7(2), 491-507.
- Greenberg, L. (2010). *Terapia focalizada en la emoción: Una síntesis clínica*. The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry, VIII(1), 32-42.
- Kanfer, F.H. (1987). *Métodos de autogestión*. En F.H. Kanfer y A.P. Goldstein (Eds.), *Cómo Ayudar al Cambio en Psicoterapia*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Kazdin, A.E. (1998). *Sobre los aspectos conceptuales y empíricos de la terapia de conducta*. En V. Caballo (Ed.). *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta* (4ª ed.). Madrid: Siglo XXI.
- Kelly, J. (2000). *Entrenamiento de las habilidades sociales: guía práctica para intervenciones*. Bilbao: DDB.
- Kohlenberg, R. J., Tsai, M., García, R. F., Aguayo, L. V., Parra, A. F., y Virués-Ortega, J. (2005). *Psicoterapia analítico-funcional y terapia de aceptación y compromiso: Teoría, aplicaciones y continuidad con el análisis del comportamiento*. International Journal of Clinical and Health Psychology, 5(2), 349-371.
- Labrador, F. (2016). *Técnicas de modificación de conducta*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Lago, E., y Larraz, G. (2012). *EMDR: Revisión de la técnica y aplicación a un caso clínico*. Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace, 104, 45-56.
- Lega, L., Caballo, V. y Ellis, A. (1997). *Teoría y práctica de la terapia racional-emotiva*. Madrid: Siglo XXI.
- Lega, L.I. (1998). *La terapia racional-emotiva: Una conversación con Albert Ellis*. En V.E. Caballo (Comp.). *Manual de técnicas de terapia de conducta* (4ª ed.). (Págs. 475-492). Madrid: Siglo XXI.

- Linehan, M. (2003). *Manual de tratamiento de los trastornos de personalidad límite*. Barcelona: Paidós.
- López, F. J. C. (2006). *Terapia de aceptación y compromiso (ACT): Características, técnicas clínicas básicas y hallazgos empíricos*. Psicología Conductual Revista Internacional de Psicología Clínica de la Salud, 14(3), 361-385.
- Losada, A., Márquez-González, M., Romero-Moreno, R., López, J., Fernández-Fernández, V., y Nogales-González, C. (2015). *Atendiendo a las variadas problemáticas de los cuidadores familiares de personas con demencia: Aportaciones de la terapia cognitivo-conductual y de la*

terapia de aceptación y compromiso. Clínica y Salud, 26(1), 41-48.
doi: 10.1016/j.clysa.2015.02.001.

- Luciano Soriano, M. C., Visdómine Lozano, J. C., Gutiérrez Martínez, O., y Montesinos Marín, F. (2001). *ACT (terapia de aceptación y compromiso) y dolor crónico*. Análisis y Modificación de Conducta, 27(113), 473-501.
- Luciano Soriano, M. C., y Cabello Luque, F. (2001). *Trastorno de duelo y terapia de aceptación y compromiso (ACT)*. Análisis y Modificación de Conducta, 27(113), 399-424.
- Luciano, C. (2016). *Evolución de ACT*. Análisis y Modificación de Conducta, 42(165-166), 3-14.
- Luciano, C., Páez-Blarrina, M., y Valdivia, S. (2006). *Una reflexión sobre la Psicología Positiva y la Terapia de Aceptación y Compromiso*. Clínica y Salud, 17(3), 339-356.
- Luciano-Soriano, M. C. (2001). *Sobre el trastorno de evitación experiencial (TEE) y la terapia de aceptación y compromiso (ACT)*. Análisis y Modificación de Conducta, 27(113), 317-332.
- Marco, H., García-Palacios, A., Navarro, M., y Botella, C. (2012). *Aplicación de la terapia dialéctica comportamental en un caso de anorexia nerviosa y trastorno límite de la personalidad resistente al tratamiento: Un estudio de caso con seguimiento a los 24 meses*. Revista Argentina de Clínica Psicológica, XXI, 121-128.
- Marks, I. (1991). *Miedos, fobias y rituales. Clínica y Tratamiento*. Barcelona: Martínez Roca.
- Méndez, F.J., Olivares, J. y Quiles, M.J. *Técnicas de relajación y respiración*. En J. Olivares y F.J. Méndez (2005). *Técnicas de Modificación de Conducta (4ª ed.)*. (Págs. 52-70). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Méndez, F.X., Olivares, J. y Abásolo, F. (2005). *Técnicas de resolución de problemas*. En J. Olivares y F.X. Méndez (Eds.), *Técnicas de Modificación de Conducta (4ª ed.)*. (Págs. 485-532). Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Méndez, F.X., Olivares, J. y Moreno, P. (2005). *Técnicas de reestructuración cognitiva*. En J. Olivares y F.X. Méndez (Eds.), *Técnicas de Modificación de Conducta (4ª ed.)* (Págs. 409-442). Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Montes, J. M. G., Soriano, M. C. L., López, M. H., y Basurto, F. Z. (2004). *Aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) a sintomatología delirante. Un estudio de caso*. Psicothema, 16(1), 117-124.

- Montesinos Marín, F., Hernández Montoya, B., y Luciano Soriano, M. C. (2001). *Aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en pacientes enfermos de cáncer*. Análisis y Modificación de Conducta, 27(113), 503-523.
- Navarro, M. V., García-Palacios, A., Moliner, R., Guillén, V., y Botella, C. (2013). *Terapia dialéctica comportamental en el tratamiento de los trastornos de la personalidad del grupo C*. Psicología Conductual, 21(2), 321-340.
- Nezu, A.M. y Nezu, C.M. (1998). *Entrenamiento en solución de problemas*. En V.E. Caballo (Comp.), *Manual de Técnicas de Terapia y Modificación de Conducta (4ª ed.)*. (Págs. 527-553). Madrid: Siglo XXI.

- Olivares, J. y Méndez, F.X. y Vallés, A. (2005). *Técnicas aversivas*. En J. Olivares y F.X. Méndez (Eds.), *Técnicas de Modificación de Conducta* (4ª ed.). (Págs. 251-306). Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Olivares, J., Méndez, F.X. y Beléndez, M. (2005). *La desensibilización sistemática*. En J. Olivares y F.X. Méndez (Eds.), *Técnicas de Modificación de Conducta* (4ª ed.). (Págs. 79-112). Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Olivares, J., Méndez, F.X. y García-López, L.J. (2005). *Técnicas de exposición: la inundación*. En J. Olivares y F.X. Méndez (Eds.), *Técnicas de Modificación de Conducta* (4ª ed.). (Págs. 113-132). Madrid: Editorial Biblioteca.
- Olivares, J., Méndez, F.X. y Lozano, M. (2005). *Técnicas de autocontrol*. En J. Olivares, F.X. Méndez (Eds.), *Técnicas de Modificación de Conducta* (4ª ed.). (Págs. 371-408). Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Pérez Álvarez, M., Fernández Hermida, J.R., Fernández Rodríguez, C. y Amigo Vázquez, I. (2003). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces I. Adultos*. Madrid: Pirámide.
- Pérez Álvarez, M., Fernández Hermida, J.R., Fernández Rodríguez, C. y Amigo Vázquez, I. (2003). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces II. Psicología de la Salud*. Madrid: Pirámide.
- Pérez Álvarez, M., Fernández Hermida, J.R., Fernández Rodríguez, C. y Amigo Vázquez, I. (2003). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces III. Infancia y Adolescencia*. Madrid: Pirámide.
- Rehm, L.P. (1998). *Métodos de autocontrol*. En V.E. Caballo (Comp.), *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta* (4ª ed.). (Págs. 655-683). Madrid: Siglo XXI.
- Ruiz, F. J., y Luciano, C. (2009). *Eficacia de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) en la mejora del rendimiento ajedrecístico de jóvenes promesas*. *Psicothema*, 21(3), 347-352.
- Ruiz, M.A., Díaz, M.I. y Villalobos, A. (2012). *Técnicas de habilidades de afrontamiento y solución de problemas*. En M.A. Ruiz, M.I. Díaz y A. Villalobos (eds.), *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

- Ruiz, M.A., Díaz, M.I. y Villalobos, A. (2012). *Terapia cognitiva*. En M.A. Ruiz, M.I. Díaz y A. Villalobos (eds.), *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ruiz, M.A., Díaz, M.I. y Villalobos, A. (2012). *Terapia racional emotiva conductual (TREC)*. En M.A. Ruiz, M.I. Díaz y A. Villalobos (eds.), *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ruiz, M.A., Villalobos, A. y Díaz, M.I. (2012). *Técnicas de modelado y entrenamiento en habilidades sociales*. En M.A. Ruiz, M.I. Díaz y A. Villalobos (eds.), *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

- Salgado, C. F. (2016). *Comparación de dos protocolos de intervención basados en la terapia de aceptación y compromiso y entrenamiento en mindfulness en personas con trastorno mental crónico*. *Análisis y Modificación de Conducta*, 42(165-166), 75-78.
- Seligman, M. (2008). *Positive Health*. *Applied Psychology*, 57, 3-18. doi: 10.1111/j.1464-0597.2008.00351.x.
- Simon, V. (2012). *Mindfulness y psicología: presente y futuro*. *Información Psicológica*, 100.
- Soler, J., Elices, M., y Carmona, C. (2016). *Terapia dialéctica conductual: aplicaciones clínicas y evidencia empírica*. *Análisis y Modificación de Conducta*, 42(165-166), 35-39.
- Soriano, C. L., Martínez, O. G., y Valverde, M. R. (2005). *Análisis de los contextos verbales en el trastorno de evitación experiencial y en la Terapia de Aceptación y Compromiso*. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(2), 333-358.
- Thoresen, C.E. y Mahoney, M.J. (1981). *Autocontrol de la conducta*. México: Fondo de la Cultura Económica.
- Turner, R.M. (1998). *La desensibilización sistemática*. En V.E. Caballo (Comp.), *Manual de técnicas de terapia de conducta* (4ª ed.). Madrid: Siglo XXI.
- Vera, M. y Vila, J. (1998). *Técnicas de relajación*. En V.E. Caballo (ed.), *Manual de técnicas de terapia de conducta* (4ª ed.). Madrid: Siglo XXI.
- Villalobos, A., Díaz, M.I. y Ruiz, M.A. (2012). *Mindfulness*. En M.A. Ruiz, M.I. Díaz y A. Villalobos (eds.), *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Zaldívar Basurto, F., y Hernández López, M. (2001). *Terapia de aceptación y compromiso: Aplicación a un trastorno de evitación experiencial con topografía agorafóbica*. *Análisis y Modificación de Conducta*, 27(113), 425-454.