



Asignatura:	<b>HABILIDADES BÁSICAS DEL TERAPEUTA</b>
Profesor:	<b>D<sup>a</sup>. Susana Szurek Soler</b>

### [1] Objetivos

La práctica de la psicoterapia requiere del terapeuta una amplia gama de habilidades y destrezas para conducir de manera efectiva el proceso de intervención terapéutica. Muchas de estas habilidades básicas son similares en las distintas corrientes psicoterapéuticas: cognitiva-conductual, gestáltica, psicodinámica y humanista.

Los principales objetivos a cubrir en esta asignatura son:

- Conocer y adquirir un repertorio de destrezas y estrategias para llevar a cabo la relación terapeuta-paciente.
- Aplicar las principales habilidades terapéuticas en contextos clínicos simulados.
- Aprender a manejar situaciones clínicas hipotéticas que requieran destrezas específicas.

### [2] Organización temática

La asignatura se rige por el programa oficial diseñado por el el Departamento de Personalidad y Psicología Clínica de la UCM:

**Tema 1. Breve introducción a la psicoterapia: definición, clasificación, diferentes perspectivas.** Principales objetivos y técnicas. Modelo transteórico del cambio en psicoterapia.

**Tema 2. Componentes de una relación terapéutica efectiva I.** Características de los terapeutas. Factores que influyen sobre la relación terapéutica. Destrezas fundamentales de la terapia centrada en el paciente.

**Tema 3. Componentes de una relación terapéutica efectiva II.** Principales habilidades y actitudes personales de un psicoterapeuta: motivos personales; autoconocimiento; experiencia vital; conocimiento de contextos socio-culturales. Actitudes del terapeuta que favorecen la relación con el paciente: empatía; calidez y cordialidad; autenticidad.

**Tema 4. Variables que favorecen la relación y la influencia interpersonal.** Modelo de terapia de Strong como influencia interpersonal. Naturaleza interaccional del proceso de influencia; características del psicoterapeuta favorecedoras de la relación.

**Tema 5. Conducta no verbal.** Cómo manejar la conducta no verbal del paciente. Conducta no verbal del psicoterapeuta.

**Tema 6. Respuestas de escucha.** La escucha como requisito previo. Escucha y modalidades sensoriales.

**Tema 7. Respuestas de acción.** Respuestas de acción y temporalización. Cuatro respuestas de acción. Integración de destrezas.



- Tema **8. Habilidades fundamentales en el desarrollo del proceso terapéutico I (evaluación)**. Definición de los problemas del cliente mediante una entrevista de evaluación. Estructuración de roles y creación de una alianza terapéutica. Desarrollo de un compromiso de cambio y estrategias de actuación que lo favorecen: entrevista motivacional.
- Tema **9. Habilidades fundamentales en el desarrollo del proceso terapéutico II (inicio y siguientes fases del proceso terapéutico)**. Seleccionar y definir los resultados deseados. Evaluación del proceso y resultados de la terapia. Selección de estrategias terapéuticas. Elementos comunes a la aplicación de estrategias.
- Tema **10. Estrategias para manejar la resistencia**. Definición. Resistencia debida a las variables del paciente. Resistencia debida a variables ambientales. Resistencia debida al terapeuta. Intervenciones paradójicas.
- Tema **11. Situaciones que requieren un manejo especial por parte del terapeuta**. Supuestos prácticos.
- Tema **12. Habilidades psicoterapéuticas en instituciones públicas**. Características diferenciales del desempeño terapéutico en el sector público y en el privado.
- Tema **13. Ética de la intervención psicoterapéutica**. Ética general y éticas específicas. Código deontológico del psicoterapeuta.

### **[3] Dinámica de las clases teóricas**

A efectos didácticos y de desarrollo de las clases, los contenidos recogidos en el programa se reorganizarán según el siguiente esquema:

1. Breve introducción a la psicoterapia.
  - 1.1. Definición.
  - 1.2. Elementos de la psicoterapia.
  - 1.3. Diferentes perspectivas en psicoterapia.
  
2. Componentes de una relación terapéutica efectiva I: principales habilidades y actitudes personales de un psicoterapeuta.
  - 2.1. Motivos personales.
  - 2.2. Autoconocimiento.
  - 2.3. Experiencia vital.
  - 2.4. Conocimiento de contextos socio-culturales.
  
3. Componentes de una relación terapéutica efectiva II: los terapeutas.
  - 3.1. Características de los terapeutas.
  - 3.2. La hipótesis central de la psicoterapia centrada en el cliente.



4. Componentes de una relación terapéutica efectiva III: actitudes del terapeuta que favorecen la relación con el paciente.
  - 4.1. Empatía.
  - 4.2. Autenticidad.
  - 4.3. Aceptación positiva incondicional.
  
5. Conducta No Verbal.
  - 5.1. Breve introducción.
  - 5.2. Conducta No Verbal del cliente.
  - 5.3. Dimensiones de la Conducta No Verbal.
  - 5.4. Conducta No Verbal del Terapeuta.
  
6. Respuestas de escucha.
  - 6.1. Habilidades de escucha.
  - 6.2. Las cuatro respuestas de escucha.
  
7. Respuestas de acción.
  - 7.1. Pruebas.
  - 7.2. Confrontación.
  - 7.3. Interpretación.
  - 7.4. Información.
  - 7.5. Instrucciones.
  
8. La resistencia.
  - 8.1. Porqué es difícil cambiar.
  - 8.2. Definición de resistencia.
  - 8.3. Razones de la resistencia.
  - 8.4. Tipos de resistencia.
  - 8.5. Señales de alarma.
  - 8.6. Estrategias para manejar la resistencia.
  
9. Situaciones que requieren un manejo especial por parte del terapeuta.
  - 9.1. Introducción: trabajar con las emociones.
  - 9.2. Situaciones de tristeza.
  - 9.3. Situaciones de autodestrucción.
  - 9.4. Situaciones de rabia.
  - 9.5. Situaciones de vergüenza y humillación
  
10. La ética profesional: Código Deontológico del Psicólogo.

#### **[4] Dinámica de las clases prácticas**

El programa de prácticas tiene como finalidad la aplicación de las principales habilidades terapéuticas expuestas en el programa de teoría. Esta asignatura intentará en todo momento generar dinámicas de participación, mediante la utilización de material clínico relevante, en las que los alumnos podrán recibir el *feed-back* del profesor en la realización de supuestos prácticos en situaciones simuladas.



---

## [5] Bibliografía

### Bibliografía general

- BRUNNIK, S.S. & SCHROEDER, H.E. (1979). Verbal therapeutic behavior of expert psychoanalytically oriented, Gestalt and behavior therapy. En M. Hersen, R.M. Eisler y P.M. Miller (Eds.): *Progress in behavior modification*. Vol. 1. Nueva York: Academic Press.
- CORMIER, W.H. & CORMIER, L.S. (1991). *Interviewing strategies for helpers*. (Versión castellana: *Estrategias de entrevista para terapeutas*. Bilbao: Desclée de Brouwer, 1994).
- FORD, J.D. (1978). Therapeutic relationship in behavior therapy: An empirical analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 46, 1302-1314.
- FRANK, J.D. (1985). Elementos terapéuticos compartidos por todas las psicoterapias. En M. J. Mahoney y A. Freeman (Eds.)(1985). *Cognition and Psychotherapy*. Nueva York: Plenum Press. (Versión castellana: *Cognición y psicoterapia*. Barcelona: Paidós, 1988, 73-102).
- GOLDFRIED, M.R. (1983). The behavior therapist in clinical practice. *The Behavior Therapist*, 6, 45-46.
- GUTIÉRREZ, G. (1994). La interpretación en la cura psicoanalítica y sus condiciones de posibilidad: la asociación libre, la escucha analítica y la transferencia. *Revista de Psicoterapia y Psicosomática*, 26 (Febrero), 53-71.
- KANFER, F.H. & GRIMM, L.G. (1980). Managing clinical change. A process model of therapy. *Behavior Modification*, 4, 419-444.
- KAZDIN, A.E. (1979). Fictions, factions and functions of behavior therapy. *Behavior Therapy*, 10, 629-654.
- MILLER, W.R. & ROLLNICK, S. (1991). *Motivational interviewing*. Nueva York: Guilford Press.
- NEIMEYER, R.A. & NEIMEYER, G.J. (1987). *Personal construct therapy case book*. Nueva York: Springer. (Versión castellana: *Casos de terapia de constructos personales*. Bilbao: Desclée de Brouwer, 1989).
- PROCHASKA, J.O. y DICLEMENTE, C.C. (1992). Stages of change in the modification of problem behaviors. En M. Hersen, R.M. Eisler y P.M. Miller (Eds.). *Progress in behavior modification*. Newbury Park, California: Sage.
- RUIZ, M.A. & VILLALOBOS, A. (1994). *Habilidades terapéuticas*. Madrid: Fundación Universidad Empresa.
- STRUPP, H. & BINDER, J. (1989). *Psychotherapy in a new key: a guide to time-limited dynamic psychotherapy*. (Versión castellana: *Una nueva perspectiva en psicoterapia*. Bilbao: Desclée de Brouwer, 1993).

---

## [6] Procedimientos de evaluación

Es imprescindible entregar un cuaderno de prácticas para poder aprobar la asignatura. Dicho cuaderno debe ser entregado antes del día que se señalará en su momento, y que se encontrará entre el 10 y el 15 de mayo de 2009.



### **[7] Calificación final**

La calificación final vendrá determinada por la nota obtenida en el cuaderno de prácticas, la asistencia a clase como forma de evaluación continua (no se admiten tres faltas sin justificar) y la participación e implicación en las dinámicas que se desarrollen en clase.

### **[8] Régimen de tutorías**

Todos aquellos alumnos que tengan dudas, o necesiten resolver cualquier cuestión, podrán solicitar a la profesora una tutoría, la cual tendrá lugar lo antes posible y de mutuo acuerdo entre la profesora y el alumno. Todos aquellos alumnos que quieran contactar con la profesora para resolver dudas, o para cualquier otra cuestión, podrán hacerlo a través de la siguiente dirección de correo electrónico:

[suszurek@teleline.es](mailto:suszurek@teleline.es)