



Asignatura:	<b>TERAPIA DE CONDUCTA</b>
Profesor:	<b>D<sup>a</sup>. María José Pollo Pérez</b>

### **[1] Objetivos**

El objetivo fundamental de la asignatura es proporcionar al alumno los conocimientos teóricos y prácticos que le faciliten el manejo y la correcta aplicación de las técnicas de terapia de conducta en el tratamiento de los problemas clínicos

### **[2] Organización temática**

El desarrollo de las clases se ajustará al programa oficial de la asignatura en el Departamento de Personalidad Evaluación y Psicología Clínica de la UCM:

#### **Tema 1. Introducción histórica. Principios teóricos y metodológicos de la Terapia de Conducta.**

Origen y desarrollo de la Terapia de Conducta. Modelo de conducta anormal. El diagnóstico y la nosología psiquiátrica. Supuestos básicos y metodológicos de la Terapia de Conducta. Tendencias actuales. Algunas consideraciones sobre el concepto y definición de Terapia de Conducta.

#### **Tema 2. El proceso de intervención en la Terapia de Conducta.**

La interrelación entre evaluación, planificación y selección del tratamiento. Fases del proceso de intervención: (a) identificación de la conducta problema. Análisis topográfico y funcional; (b) hipótesis explicativa del problema, selección de objetivos terapéuticos y análisis de recursos; (c) elección, planificación de técnicas específicas; (d) evaluación de resultados y seguimiento.

#### **Tema 3. La relación terapeuta-paciente desde la perspectiva de la Terapia de Conducta.**

Consideraciones generales. Las habilidades del terapeuta en relación con las fases de intervención. La importancia de las decisiones conjuntas. Dificultades en la interacción en ciertos casos: instituciones públicas, pacientes no voluntarios. Reflexiones finales sobre los factores que pueden alterar el proceso de intervención y su incidencia en el éxito terapéutico.

#### **Tema 4. Conceptualización conductual de los trastornos de ansiedad.**

Características diferenciales de: ansiedad, miedos, fobias y estrés. Ansiedad reactiva, condicionada y generalizada. Enumeración y rasgos clínicos de los trastornos de ansiedad. Principios de aprendizaje y teorías explicativas. Técnicas terapéuticas derivadas de los modelos teóricos.



**Tema 5. Tratamiento de los trastornos fóbicos.**

Fobias específicas: descripción y naturaleza; evaluación detallada de las situaciones temidas; técnicas de exposición. Aspectos diferenciales de la fobia a la sangre. Fobia social: descripción y naturaleza. Ansiedad social, timidez y habilidades sociales. Consideración especial de los aspectos cognitivos. Técnicas y métodos de intervención; la combinación de técnicas de exposición y estrategias cognitivas.

**Tema 6. Tratamiento de la ansiedad generalizada.**

Peculiaridades de la ansiedad generalizada frente a otros trastornos de ansiedad. Aspectos diferenciales de la evaluación. Estrategias de intervención: relajación, reestructuración cognitiva y técnicas de exposición. Cómo intervenir sobre la preocupación.

**Tema 7. Tratamiento del estrés postraumático.**

Descripción y naturaleza del estrés postraumático. Requisitos y habilidades específicas del terapeuta. Evaluación. Técnicas y métodos de intervención. Problemas en el desarrollo de los programas de intervención. Prevención de recaídas.

**Tema 8. Tratamiento del pánico y la agorafobia.**

Descripción y naturaleza del trastorno. Crisis de pánico: rasgos clínicos. Explicaciones etiológicas y de mantenimiento: factores precipitantes, la hipótesis del miedo al miedo y la teoría de la hiperventilación. Evaluación y tratamiento de la agorafobia. Evaluación y tratamiento del trastorno de pánico. El trastorno de agorafobia sin historia de pánico.

**Tema 9. Tratamiento del trastorno obsesivo-compulsivo.**

Descripción y naturaleza de obsesiones y compulsiones. Modelos teórico explicativos. Evaluación de las obsesiones-compulsiones. Condiciones previas al inicio de la terapia: preparación del paciente. Tratamiento de obsesiones con rituales manifiestos. Tratamiento de las obsesiones, sin rituales observables. La lentitud compulsiva: hipótesis explicativas y técnicas de intervención.

**Tema 10. Tratamiento de la depresión.**

Concepto, clasificación y prevalencia. El enfoque cognitivo-conductual. Consideraciones sobre la evaluación. Delimitación de los objetivos terapéuticos. Técnicas conductuales. Técnicas cognitivas. Técnicas encaminadas a reducir los síntomas afectivos. Otras estrategias terapéuticas. Elementos comunes en los programas de intervención.

**Tema 11. Déficit de habilidades sociales.**

Conceptualización y especificidad de las habilidades sociales. La adquisición de habilidades según la teoría del aprendizaje social. Evaluación de la competencia social. Procedimientos de intervención. Entrenamiento en Asertividad, entrenamiento en habilidades conversacionales y entrenamiento en habilidades heterosociales.



**Tema 12. Tratamiento de los trastornos del sueño.**

Trastornos del sueño más frecuentes. El insomnio: descripción y naturaleza. Relaciones con otros trastornos. Evaluación del problema. Programas de intervención: relajación, control de estímulos, instrucciones paradójicas. Otros problemas del sueño.

**Tema 13. Problemas en la relación de pareja.**

El enfoque conductual de la relación de pareja. Factores determinantes de la interacción. Principales procedimientos terapéuticos utilizados: incremento de refuerzos, entrenamiento en comunicación y resolución de problemas, los contratos de contingencia. Intervención en los casos de divorcio.

**Tema 14. Tratamiento de las disfunciones sexuales.**

La respuesta sexual humana. Disfunciones sexuales femeninas. Disfunciones sexuales masculinas. Procedimientos terapéuticos: el método de Masters y Johnson. Otros métodos de intervención.

**Tema 15. Tratamiento de las variaciones sexuales (parafilias).**

Planteamiento conductual del problema. Descripción de las desviaciones sexuales: paidofilia, fetichismo, exhibicionismo, etc. Evaluación. Procedimientos de intervención.

**Tema 16. Tratamiento de la obesidad y del trastorno alimentario compulsivo.**

Consideraciones generales sobre los trastornos alimenticios: su repercusión en otros problemas. Factores endocrinos, conductuales y sociales en la obesidad. Identificación y evaluación de la conducta problema. Tratamientos conductuales: técnicas operantes y de autocontrol; educación en nutrición y programas estructurados de ejercicio físico. Problemas de mantenimiento y prevención de las recaídas. La sobreingesta compulsiva: caracterización y tratamiento.

**Tema 17. Tratamiento de la anorexia y bulimia.**

Anorexia: concepto y principios teórico-explicativos. La importancia de factores culturales y sociales como antecedentes de la anorexia. Evaluación. Procedimientos de intervención: tratamiento hospitalario y tratamiento ambulatorio. Bulimia: concepto, evaluación y métodos de intervención. El problema del mantenimiento y la prevención de recaídas.

**Tema 18. Tratamiento de las adicciones (I): drogas y alcohol.**

Drogas: aspectos conceptuales, dependencia y abuso. Datos epidemiológicos y factores de riesgo. Evaluación y procedimientos de intervención. Alcohol: teorías explicativas sobre la génesis y mantenimiento del consumo de alcohol. Tratamientos dirigidos a la abstinencia. Tratamientos destinados al beber controlado. Prevención de las recaídas.



**Tema 19. Tratamiento de las adicciones (II): juego patológico y otras adicciones.**

La consideración del juego patológico como una adicción. Identificación del problema: el jugador social, profesional y patológico. Teorías explicativas: génesis y mantenimiento. Objetivos terapéuticos: ¿abstinencia o juego controlado? Programas de intervención: técnicas de exposición, control de estímulos y prevención de respuesta. Estrategias cognitivo-conductuales en grupo. Otras adicciones.

**Tema 20. Tratamiento de los trastornos psicóticos.**

Descripción clínica. Evaluación. Intervención psicosocial en esquizofrenia. Tratamiento de los delirios y las alucinaciones. Entrenamiento en hábitos de autocuidado. Programas de habilidades sociales y psicoeducativos. Adherencia al tratamiento farmacológico.

**Tema 21. Tratamiento de los trastornos de la personalidad.**

Caracterización clínica. Evaluación y diagnóstico. Principales dificultades de tratamiento. Pautas generales de tratamiento. Programas específicos de tratamiento: trastornos grupo A, grupo B y grupo C.

**Tema 22. Problemas éticos y aspectos legales de la Terapia de Conducta.**

La controversia sobre el control de la conducta humana. Normas éticas de la aplicación de la Terapia de Conducta. Los derechos humanos y las intervenciones ambulatorias y en instituciones cerradas. Consideraciones sobre la utilización de técnicas aversivas.

---

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

**La asistencia a clase es obligatoria** y, acompañada de una actitud atenta e intelectualmente activa, forma parte esencial del proceso de aprendizaje.

Durante las clases teóricas, a los alumnos se les explicará un esquema básico de los distintos temas del programa, que tendrán que completar con el manual de referencia y artículos recomendados.

---

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

Durante las clases prácticas se plantearán diversos casos clínicos, a fin de que los alumnos aprendan a desarrollar programas de tratamiento. Las clases prácticas también versarán sobre la reflexión y comentario crítico de algunos artículos sobre la práctica clínica.

---

**[5] Bibliografía**

**Bibliografía**

**Manuales de referencia:**

PÉREZ, M., FERNÁNDEZ-HERMIDA, J. R., FERNÁNDEZ, C. y AMIGO, I. (Eds.) (2003).

*Guía de tratamientos psicológicos eficaces I: Adultos, II: Psicología de la salud y III: Infancia y adolescencia.* Madrid: Pirámide.

VALLEJO, M.A. (Dir.) (1998). *Manual de terapia de conducta.* 2 vols. Madrid: Dykinson.

ROALES NIETO J. G. (director), (2004): *Psicología de la salud.* Madrid: Pirámide



### **Libros de casos:**

ESPADA SÁNCHEZ J. P. y cols. (2005): *terapia psicológica. Casos prácticos*. Madrid: Pirámide

MACIÁ, D., MÉNDEZ, X. y OLIVARES, J. (Eds.)(1993). *Intervención psicológica: Programas aplicados de tratamiento*. Madrid: Pirámide.

MÉNDEZ, F .X., MACIÁ, D. y OLIVARES, J. (Eds.) (1993). *Intervención conductual en contextos comunitarios. Programas aplicados de prevención*. Madrid: Pirámide.

VALLEJO, M.A., FERNÁNDEZ-ABASCAL, E. G. y LABRADOR, F. (1990). *Modificación de conducta: análisis de casos*. Madrid: TEA.

### **Revistas y publicaciones periódicas:**

En español, específicas sobre el tema:

- *Análisis y Modificación de Conducta*.
- *Psicología Conductual*.
- *Revista Española de Terapia del Comportamiento*.

En español, más amplias, pero con artículos sobre el tema:

- *Ansiedad y Estrés*.
- *Boletín de Psicología*.
- *Clínica y Salud*.
- *Psicothema*.
- *Revista de Psicología de la Salud*.
- *Revista Española de Psicología General y Aplicada*.

En inglés:

- *Behaviour Modification*.
- *Behavior Therapy*.
- *Behaviour Research and Therapy*.
- *Cognitive Therapy and Research*.
- *Journal of Applied Behavior Analysis*.
- *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*.
- *Journal of Consulting and Clinical Psychology*.

### **Bibliografía general:**

BADOS, A. (2001). *Fobia social*. Madrid: Síntesis.

BECOÑA IGLESIAS, E. y VÁZQUEZ GONZÁLEZ, F. L. (2001). *Heroína, cocaína y drogas de síntesis*. Madrid: Síntesis.

BELLOCH, A. y FERNÁNDEZ-ÁLVAREZ, H. (2002). *Trastornos de la Personalidad*. Madrid: Síntesis.

BERNSTEIN, D. A. y BORKOVEC, T. D. (1983). *Entrenamiento en relajación progresiva*. Bilbao: D.D.B.

BUCETA, J. M., BUENO, A M. y MAS, B. Eds.

(2001). *Intervención psicológica y salud: control del estrés y conductas de riesgo*. Madrid: Ed. Dykinson.

BUELA –CASAL, G. y SÁNCHEZ, A. I. (2001). *Trastornos del sueño*. Madrid: Síntesis.



- BUELA, G. y SIERRA, J.C. (2001). *Manual de evaluación y tratamientos psicológicos*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- CÁCERES, J. (1986). *Reaprender a vivir en pareja*. Barcelona: Plaza y Janés.
- CÁCERES, J. (1993). *Problemas de pareja. Diagnóstico, prevención y tratamiento*. Madrid: Eudema.
- CÁCERES, J. (2001). *Parafilias y violación*. Madrid: Síntesis.
- CARRASCO, M. J. (2001). *Disfunciones sexuales femeninas*. Madrid: Síntesis.
- COMECHE, I., DÍAZ, M. I. y VALLEJO, M. A. (1995). *Cuestionarios, Inventarios y Escalas. Ansiedad, depresión y habilidades sociales*. Madrid: Fundación Universidad-Empresa.
- ECHEBURÚA, E. (2001). *Abuso del alcohol*. Madrid: Síntesis.
- ESTEVILL, E. y BEJAR, S. (1997). *Necesito dormir. El insomnio tiene solución*. Barcelona: Plaza y Janés.
- FERNÁNDEZ-ALBA, A. y LABRADOR, F. J. (2002). *Juego patológico*. Madrid: Síntesis.
- FERNÁNDEZ-HERMIDA, J.R. y PÉREZ, M. (Ed.) (2001). Monográfico sobre Tratamientos Psicológicos Eficaces. *Psicothema*, 13 (3).
- FERNÁNDEZ MONTALVO, J. y ECHEBURÚA, E. (1996). *Manual práctico del juego patológico*. Madrid: Pirámide.
- FOA, E.B. y WILSON, R. (1992). *Venza sus obsesiones*. Barcelona: Robinbook.
- GAVINO, A. (1997). *Guía de ayuda al terapeuta cognitivo conductual*. Madrid: Pirámide.
- GLEESON, J. M. Y MCGORRY, P. D. (2005): *Intervenciones psicológicas en las psicosis tempranas un manual de tratamiento*. Bilbao Desclée de Brouwer.
- LABRADOR, F. (1994). *Disfunciones sexuales*. Madrid: Fundación Universidad Empresa.
- LABRADOR, F., ECHEBURÚA, E. y BECOÑA, E. (2000). *Guía para la elección de tratamientos psicológicos efectivos*. Madrid: Dykinson.
- LÓPEZ-GUIMERÁ Y COLS. (2010). *Prevención de las alteraciones alimentarias: fundamentos teóricos y recursos prácticos*. Madrid: Pirámide
- MORENO, B. (2005): *Verdades y mentiras sobre la obesidad*. Madrid, Planeta Practicum
- NATHAN, P.E., GORMAN, J.M. y SALKIND, N.J. (2003). *Tratamiento de trastornos mentales. Una guía de tratamientos que funcionan*. Madrid: Alianza Ed. (orig. 1999).
- PEURIFOY, R. Z. (1993). *Venza sus temores*. Barcelona: Robinbook.
- ROBLES, J. I. y MEDINA, J. L. (2002). *Intervención psicológica en las catástrofes*. Madrid: Síntesis.
- SALDAÑA, C. (1994). *Trastornos del comportamiento alimentario*. Madrid: Fundación Universidad - Empresa.
- SOSA, C. D. y CAPAFÓNS (2005): *Estrés postraumático*. Madrid: Síntesis.
- TORO, J. (1996). *El cuerpo como delito*. Barcelona: Ariel.
- VALIENTE OTS, C. (2002). *Alucinaciones y delirios*. Madrid: Síntesis.

### **Bibliografía recomendada:**

- BELL LORRAINE Y RUSHFORTH, J. (2010): *Superar una imagen corporal distorsionada un programa para personas con trastornos alimentarios*. Madrid: Alianza Editorial
- CAPAFONS J.I. Y SOSA C.D. (2009): *Tratando problemas de pareja*. Madrid: Pirámide
- CABALLO VICENTE E. (2004): *Manual de los trastornos de personalidad. Descripción, evaluación y tratamiento*. Madrid: Síntesis



- FERNANDEZ-ABASCAL, E. (coordinador) (2009). *Emociones positivas*. Madrid: Pirámide
- BADOS, A. (1999). *Agorafobia y ataques de pánico*. Madrid: Pirámide.
- CALVO R. (2002). *Anorexia y bulimia*. Madrid: Planeta
- ECHEBURRÚA E. (2005). *Superar un trauma*. Madrid: Pirámide
- FERNANDEZ –ALBA, A. Y LABRADOR, F.J. (2002). *Juego patológico*. Madrid. Síntesis.
- FROJAN M.X. (2006). *Tratando depresión. Guía de actuación para el tratamiento psicológico*. Madrid: Pirámide
- GAVINO, A. (2005). *Trastorno obsesivo-compulsivo*. Madrid: Pirámide
- LABRADOR, F.J. (1994). *Disfunciones sexuales*. Madrid. Fundación Universidad Empresa.
- MILLER W. R. Y ROLLNICK S. (2009). *La entrevista motivacional*. Barcelona: Paidós.
- MORENO, B. (2005). *Obesidad, mitos y problemas*. Madrid: Planeta-Practicum.
- MUÑOZ, M. Y COLS. (2002). *Instrumentos de evaluación en salud mental*. Madrid: Pirámide.
- MUÑOZ, M. Y COLS. (2003). *Manual práctico de evaluación en psicología clínica*. Madrid: Pirámide.
- PERLIS MICHAEL L. Y COLS. (2009). *Insomnio una guía cognitivo-conductual de tratamiento*. Bilbao: Descleé Brouwer.
- SEVILLA J. Y PASTOR, C. (2004 ,5ªed.). *Tratamiento psicológico de la depresión*. Valencia: Publicaciones del Centro de Terapia de Conducta.
- VALLEJO, M. A. y COMECHE, M. (2005). *Psicología Clínica y de la Salud. Avances y perspectivas*. Madrid: Minerva
- VÁZQUEZ, C. Y HERVÁS, G. (2008). *Psicología Positiva Aplicada*. Bilbao: Descleé Brouwer
- VILA CASTELAR, J. (2004). *Tratamientos psicológicos. La perspectiva experimental*. Madrid: Pirámide.
- WILSON K.G. LUCIANO SORIANO, C.(2002): *Terapia de Aceptación y compromiso*. Madrid: Pirámide

### **Bibliografía obligatoria**

**VALLEJO, M. A. (1998). *Manual de terapia de conducta*. Madrid: Dykinson**

Los alumnos deberán completar las explicaciones de clase con la lectura del manual de referencia y artículos que se les irá facilitando a lo largo del cuatrimestre.



## [6] Procedimientos de evaluación

### CONTENIDOS TEÓRICOS

#### Examen final

El examen final es obligatorio. No se permitirá el uso de ningún tipo de material auxiliar.

El examen constará de preguntas de desarrollo teórico breve y preguntas de respuesta múltiple o tipo test. Cada pregunta teórica incorrectamente contestada restará medio punto. En el test se recurrirá a la fórmula de corrección del azar: Aciertos-Errores/(Número de alternativas-1).

#### Otros exámenes o pruebas periódicas

Se realizará una prueba de evaluación continua. La superación de la misma tendrá un peso de 1 punto sobre la nota del examen final en caso de estar aprobada. Éste cómputo sólo se realizará si el alumno ha **asistido al 80% de las clases teóricas**.

#### Participación en clase

Se valorará la participación activa en clase (responder a preguntas, exposición de algún artículo entregado, reflexiones críticas), que tendrán un peso de hasta un punto, siempre y cuando se haya asistido al 80% de las clases con una actitud adecuada (respeto cuando los compañeros hacen preguntas, escuchar atentamente cuando el profesor o mis compañeros hablan, puntualidad en la asistencia a clases)

### ACTIVIDADES PRÁCTICAS

#### Sesiones de prácticas

Valoración de los ejercicios o actividades realizadas. Deben superarse de forma independiente a la parte teórica. **Debe asistirse al menos al 80% de las prácticas para aprobar**. Las prácticas podrán tener un peso de hasta un punto siempre y cuando el alumno participe activamente en la realización de las mismas (exposición en clase de las posibles intervenciones a los problemas planteados, planteamiento de distintas alternativas, juicio crítico y respeto a las exposiciones de sus compañeros, actitud adecuada durante la realización de las mismas).

#### Trabajos

Los trabajos son voluntarios y tendrán que ser de carácter aplicado, con la finalidad de que le sirvan como guías de actuación en su futura práctica clínica. La elección del tema dependerá de los intereses del alumno y siempre relacionado con el programa de la asignatura. Se podrá utilizar alguna sesión práctica para compartir el trabajo realizado con los compañeros.

Los trabajos se pueden realizar en grupo, con un máximo de dos personas. Previamente a la realización se comentarán los objetivos con el profesor, quien guiará el desarrollo del mismo. Tendrán un peso de hasta un punto sobre la nota final.



Todos los trabajos se entregarán en formato APA.

La División de Psicología del C.E.S. Colegio universitario Cardenal Cisneros no tolerará ninguna manifestación de plagio en los trabajos académicos de los alumnos.

Ante cualquier duda consultar con el profesor.

---

### **[7] Calificación final**

La calificación final vendrá determinada por la nota del examen final, las prácticas, prueba periódica, la participación activa en clase y el posible trabajo

Para alumnos repetidores, las prácticas se conservarán de un curso académico a otro siempre que las tengan superadas.

### **[8] Régimen de tutorización y evaluación para alumnos que repiten la asignatura**

Los alumnos podrán pedir tutorías al profesor para aclarar cualquier duda que tengan con respecto al programa y podrán presentarse a la prueba parcial. Es muy recomendable que los alumnos repetidores asistan a las clases prácticas.

---

### **[9] Régimen de tutorías**

Todos aquellos alumnos que tengan dudas, o necesiten resolver cualquier cuestión, podrán solicitar a la profesora una tutoría.

[mjpollo@correo.cop.es](mailto:mjpollo@correo.cop.es)