

INTERVENCIÓ COGNITIU-CONDUCTUAL EN ADULTS

26937

Modificat: juliol-2008

Unitat de Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològic
Departament de Psicologia Clínica i de la Salut

Professors: Rosa Ma Raich, Marisol Mora y Joan Torras.

OBJETIUS

1. Adquirir els coneixements bàsics dels programes d'intervenció cognitiu-conductuals a la pràctica clínica.
2. Aprofundir els coneixements que els estudiants tenen de les principals tècniques cognitiu-conductuals (adquirits en l'assignatura de Tècniques d'Intervenció i Tractaments Psicològics), però especialment mostrant com s'adapten les tècniques específiques per a tractar diferents problemes conductuals o psicopatològics, aspecte en el que no s'hi incideix en l'assignatura troncal.
3. Exemplificar en diferents psicopatologies i problemes conductuals el lligam entre l'avaluació i la intervenció en un cas concret, dintre de l'enfocament cognitiu-conductual (això es constata més específicament en les pràctiques).
4. Ensenyar com s'integren diferents tècniques en un programa d'intervenció per a tractar un cas amb un problema conductual o psicopatològic donat, quines tècniques es seleccionen i per què.
5. Tenir nocions clares del que és un protocol d'intervenció i de la seva flexibilitat, així com una percepció crítica dels mateixos.

TEMARI

- Tema 1. Intervenció cognitiu-conductual en ansietat: Fòbies específiques.
Tema 2. Intervenció cognitiu-conductual en ansietat: Fòbia social.
Tema 3. Intervenció cognitiu-conductual en ansietat: Agorafòbia.
Tema 4. Intervenció cognitiu-conductual en ansietat: Trastorns d'Estrès Posttraumàtic.
Tema 5. Intervenció cognitiu-conductual en Trastorns Obsessiu-Compulsius.
Tema 6. Intervenció cognitiu-conductual en Trastorns Afectius.
Tema 7. Intervenció cognitiu-conductual en Disfuncions sexuals.
Tema 8. Intervenció cognitiu-conductual en Problemes de parella.
Tema 9. Intervenció cognitiu-conductual en Trastorns alimentaris.

ESTIMACIÓ HORES

Aquesta assignatura segueix una metodologia d'avaluació continuada, la qual cosa suposa que l'estudiant s'ha de preparar l'assignatura de manera regular al llarg del curs. Abans de la classe s'ha de llegir la lectura obligatòria del tema i tractar de respondre a 10-20 preguntes de comprensió i 5-10 preguntes de reflexió (que impliquen, que, un cop llegit el tema i havent interioritzat els seus continguts, relacioni les idees) a partir de les lectures que fa pel seu compte. L'extensió de les lectures és variable i n'hi ha de

diferents llargades, per això és difícil calcular el temps que cal invertir en la lectura, per altra banda depèn de la velocitat lectora de l'estudiant que pot ser també diversa. Com a mínim 2-3 hores per setmana.

OBJECTIUS PRÀCTIQUES

1. En acabar les pràctiques d'aquesta assignatura, l'estudiant hauria de saber com planificar l'avaluació (selecció d'aspectes a avaluar i d'instruments d'avaluació) d'un cas de trastorn afectiu, de disfunció sexual, de trastorn alimentari i de trastorns fòbics.
2. Hauria de saber definir els objectius de la intervenció.
3. Hauria de saber dissenyar la intervenció (seleccionar les tècniques d'intervenció més adequades al cas i per assolir els objectius terapèutics, així como sequenciar aquest procés).
4. Exemplificar en els casos clínics treballats el lligam continu entre l'avaluació i la intervenció (l'acció correctiva de l'avaluació sobre el tractament al llarg del temps).

DOCÈNCIA TUTORITZADA

La metodologia didàctica d'aquesta assignatura implica que l'alumne, abans de cada sessió de teoria, ha de realitzar una lectura i treballar sobre la mateixa seguint un esquema especificat en una guia d'estudi que s'editarà en el seu moment. Les classes de teoria no seran exposicions magistrals per part del professor. Consistiran en sessions de discussió guiades sobre el treball previ realitzat per l'alumne.

La docència tutoritzada consistirà bàsicament en dos tipus d'activitats. La més bàsica, consistirà en proporcionar a l'alumne un espai addicional per la preparació de les sessions de teoria. El professor estarà disponible en aquest espai per orientar aquesta preparació o per solucionar temes sobre sessions anteriors que no varen quedar suficientment resolts. Per altra banda, es programaran algunes sessions addicionals sobre temes d'interès relacionats amb l'assignatura i que no s'hagin abordat en el programa. Es recorda que les sessions de Docència Tutoritzada són optatives per l'alumnat, i que no es tocaran temàtiques addicionals que puguin constituir objecte d'avaluació de l'assignatura.

CONTINGUT PRÀCTIQUES

Les pràctiques d'aquesta assignatura consistiran essencialment en l'estudi, valoració i disseny d'intervenció en casos reals de diferents trastorns. Algunes sessions seran acompanyades de material multimèdia (vídeos, programari d'ordinador...).

1. Fòbies específiques. Vídeos.
2. Trastorns fòbics: Anàlisi d'un cas real.
3. Programa informatitzat pel tractament de la fòbia a volar.
4. Cas: Trastorn afectiu.
5. Depressió postpart.
6. Trastorns alimentaris. Vídeo i discussió d'un cas.

ESTIMACIÓ TEMPS PRÀCTIQUES

L'avaluació de les pràctiques implica examinar-se dels casos treballats a classe i opcionalment els estudiants poden dur a terme un treball que inclourà els exercicis fets a les classes pràctiques (optatiu).

Els exercicis dels casos treballats es fan a la mateixa classe, per la qual cosa la preparació d'aquesta part de l'assignatura no requereix temps adicional apart de l'assistència a classe. L'avaluació de la mateixa, procura que els estudiants que hagin assistit a classe puguin respondre correctament les preguntes de l'examen.

AVALUACIÓ

L'avaluació serà de tipus continuat. L'assignatura es podrà superar mitjançant dues proves objectives d'avaluació continuada realitzades al llarg del curs. Els alumnes que no hagin seguit el sistema d'avaluació continuada o que hagin obtingut una puntuació inferior a l'aprobat s'hauran de presentar a un examen final del tipus de prova objectiva. Tant les proves objectives d'avaluació continuada com la final constaran d'un 85% de preguntes de teoria i un 15% de pràctiques, aproximadament.

ASSIGNATURES DE LLIURE ELECCIÓ RECOMANADES

21091 Sociologia de la Salut 6 crèdits 2n semestre
20119 Antropologia de la Salut 5 crèdits 2n semestre
22998 Psicologia Humana: Bases Socials i Conducta Anormal 6 crèdits 2n semestre
23834 Salut Ambiental 6 crèdits 1r semestre
20786 Cultura de Masses i Societat 5 crèdits 1r semestre

BIBLIOGRAFIA

En cadascun dels temes del dossier teòric s'hi inclou àmplia bibliografia en castellà. En el dossier de material hi consten algunes de les referències citades en el dossier teòric. Com a manual, els que recullen un nombre de temes més adequat a l'assignatura són:

V.E. Caballo. (1997). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. Vol. I. Trastornos por ansiedad, sexuales, afectivos y psicóticos* i el Vol. II. Madrid: Siglo XXI.

M.A. Vallejo Pareja. (1998). *Manual de terapia de conducta. Vol. 1 i 2.* Madrid: Dykinson.

A continuació citem altres manuals generals com a ***bibliografia complementària***:

Buela-Casal, G. y Sierra, J.C. (2001). *Manual de evaluación y tratamientos psicológicos.* Madrid: Biblioteca Nueva.

Espada, J.P., Olivares, J. y Mendez, F.X. (2005). *Terapia psicológica. Casos prácticos*. Madrid: Pirámide. (És un manual de casos)

Pérez Álvarez, M., Fernández Hermida, J.R., Fernández Rodríguez, C. y Amigó Vazquez, I. (2003). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces*. Vol I, II y III. Madrid: Pirámide.

Inclou molta informació d'estudis comparatius a l'igual que el següent que s'esmenta a continuació:

Alcazar, R.A., Olivares, J. y Mendez, F.X. (2004). *Introducción a las Técnicas de Intervención y Tratamiento Psicológico*. Madrid: Pirámide.

BIBLIOGRAFIA COMENTADA

Els dos manuals de referència del curs són els esmentats en l'apartat anterior, els més exhaustius i actualitzats disponibles per el moment. El manual de V Caballo recull especialistes, en moltes ocasions internacionals, de cada tema. El manual de MA Vallejo-Pareja també recull especialistes reconeguts per a cada capítol, generalment d'àmbit nacional. En cada tema, s'opta per un o per altre manual, segons la claredat i el tractament que s'ha donat al tema. En alguns casos s'ha adaptat i reorganitzat la lectura corresponent, complementant-la amb altres fons com passa en el capítol dels trastorns afectius:

Mora Giral, M. (2001) Adaptació dels capítols del llibre de V.C. Caballo (dir.) Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos (vol. 1). Madrid: Siglo XXI.

En altres capítols, la lectura obligatòria s'ha completat amb altra lectura d'altres fonts que ampliaven aspectes de la primera, que s'han considerat d'interès, com és el cas de les disfuncions sexuals, trastorns obsessius-compulsius i els trastorns afectius, als quals s'ha afegit les lectures:

Raich, RM. (1980) Respuesta Sexual Humana, los estudios de Masters y Johnson En J. M. Farré, y E. Maideu (eds.) *Guía práctica de la sexualidad*.(Pp. 81-100). Barcelona: Fontanella. 1983.

Foa, E.B. y Wilson, R. (1992) *Venza sus obsesiones*. Barcelona: Robin Book (original en inglés, 1991).

Sevillá, J y pastor, C (2001). ¿Cómo superar la inercia?. En *Tratamiento Psicológico de la depresión* (pp.41-61). Valencia: Publicaciones del Centro de Terapia de Conducta.

PROFESSORS

Professors de teoria i de docència tutoritzada:

Marisol Mora Giral, Gemma López

Professor de pràctiques:

Joan Torras Clarasó