



FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
Nombre completo	Intervención cognitivo-conductual en problemas de ansiedad y del estado de ánimo
Código	E000006812
Título	Máster Universitario en Psicología General Sanitaria por la Universidad Pontificia Comillas
Impartido en	Máster Universitario en Psicología General Sanitaria [Primer Curso] Máster Universitario en Psicología General Sanitaria y Máster Propio de Especialización Terapéutica [Primer Curso]
Nivel	Postgrado Oficial Master
Cuatrimestre	Anual
Créditos	4,0 ECTS
Carácter	Obligatoria
Departamento / Área	Departamento de Psicología
Responsable	Isabel Espinar Fellmann
Horario de tutorías	Pedir cita previa por correo electrónico

Datos del profesorado	
Profesor	
Nombre	Isabel Espinar Fellmann
Departamento / Área	Departamento de Psicología
Despacho	Cantoblanco 408-B
Correo electrónico	iespinar@comillas.edu

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura
Aportación al perfil profesional de la titulación
<p>Esta asignatura tiene como objetivo principal que los alumnos/as conozcan las principales teorías cognitivo-conductuales en los trastornos del estado de ánimo y de ansiedad, así como las líneas de actuación más eficaces para abordar dichos trastornos. Se busca formar al alumno en el manejo y correcta aplicación de las técnicas de terapia cognitivo conductual aplicadas a los problemas clínicos de ansiedad y del estado de ánimo más significativos. Se hará hincapié en la metodología que debe seguirse en el proceso de evaluación e intervención terapéutica, de modo que se aprenda a efectuar el análisis funcional de la conducta problema, establecer objetivos, derivar hipótesis explicativas y seleccionar las técnicas de tratamiento específico al caso teniendo en cuenta los recursos terapéuticos disponibles.</p>



Prerequisitos

Conocimientos de Evaluación Psicológica, Psicopatología y teoría y práctica cognitivo-conductual

Competencias - Objetivos

Competencias

ESPECÍFICAS

CE01	Adquirir, desarrollar y poner en práctica un concepto de salud integral, en donde tengan cabida los componentes biopsicosociales de la misma, de acuerdo con las directrices establecidas por la OMS	
	RA1	Conoce los factores biológicos, psicológicos y sociales relacionados con el desarrollo de los problemas psicológicos
	RA2	Lleva a cabo procesos de evaluación e intervención desde un concepto integral de salud
	RA3	Valora los problemas individuales y familiares en el contexto de su situación social y cultural
CE02	Aplicar los fundamentos de la bioética y el método de deliberación en la práctica profesional, ajustándose su ejercicio como profesional sanitario a lo dispuesto en la Ley 44/2003, de 21 de noviembre, de ordenación de las profesiones sanitarias	
	RA1	Demuestra su capacidad para aplicar principios éticos y legales en la intervención psicológica
	RA2	Es capaz de analizar diversos cursos de acción y tomar decisiones adecuadas ante dilemas éticos en la práctica clínica
	RA3	Aplica el código deontológico en la toma de decisiones, la evaluación y la intervención con una diversidad de poblaciones
CE03	Mostrar habilidades de comunicación interpersonal y de manejo de las emociones adecuadas para una interacción efectiva con los pacientes, familiares y cuidadores en los procesos de identificación del problema, evaluación, comunicación del diagnóstico e intervención y seguimiento psicológicos	
	RA1	Comunica información de forma clara y precisa tanto verbalmente como por escrito
	RA2	Establece relaciones de alianza y colaboración con los pacientes
		Muestra capacidad para transmitir de forma adecuada a los pacientes, familiares y



	RA3	cuidadores la información sobre su salud atendiendo a aspectos tanto de contenido como relacionales
	RA4	Desarrolla una actitud personal de atención, flexibilidad, comprensión y una actitud profesional de competencia, aceptación y cuidado para ayudar a los pacientes a lograr una ajuste personal y relacional mayor
	RA5	Atiende al comportamiento no verbal y evaluar su significado en el contexto comunicativo
	RA6	Adapta su estilo para comunicarse de manera sensible y efectiva con personas de distintas culturas y contextos
	RA7	Es capaz de evaluar su fortalezas y dificultades profesionales
CE07		Formular hipótesis de trabajo en investigación y recoger y valorar de forma crítica la información para la resolución de problemas, aplicando el método científico
	RA1	Comunica información de forma clara y precisa tanto verbalmente como por escrito
	RA2	Establece relaciones de alianza y colaboración con los pacientes
	RA3	Muestra capacidad para transmitir de forma adecuada a los pacientes, familiares y cuidadores la información sobre su salud atendiendo a aspectos tanto de contenido como relacionales.
	RA4	Desarrolla una actitud personal de atención, flexibilidad, comprensión y una actitud profesional de competencia, aceptación y cuidado para ayudar a los pacientes a lograr una ajuste personal y relacional mayor
	RA5	Atiende al comportamiento no verbal y evaluar su significado en el contexto comunicativo
	RA6	Adapta su estilo para comunicarse de manera sensible y efectiva con personas de distintas culturas y contextos
	RA7	Es capaz de evaluar su fortalezas y dificultades profesionales
CE09		Desarrollar su trabajo desde la perspectiva de la calidad y la mejora continua, con la capacidad autocrítica necesaria para un desempeño profesional responsable
	RA1	Analiza sus propuestas de actuación en casos clínicos, revisándolas y corrigiéndolas cuando es necesario
	RA2	Sintetiza la teoría e investigación actualizada para aplicarla en situaciones reales de problemáticas individuales o familiares



CE16	Conocer en profundidad los distintos modelos de evaluación e intervención en el campo de la Psicología General Sanitaria, así como las técnicas y procedimientos que de ellos se derivan para el abordaje de los trastornos del comportamiento y en los factores psicológicos asociados con los problemas de salud	
	RA1	Conoce y utilizar los datos de evidencia empírica de los tratamientos como marco para desarrollar programas de intervención con los clientes
	RA2	Conoce las bases teóricas y empíricas de la evaluación y diagnóstico psicológico
	RA3	Conoce los conceptos y principios de las principales teorías psicológicas y como se aplican en la intervención con individuos, grupos y familias
	RA4	Maneja de manera adecuada las técnicas de entrevista psicológica y psicopatológica, a fin de establecer el adecuado análisis de la problemática que presenta un paciente o grupo y proporcionar elementos para el establecimiento del plan terapéutico más adecuado
	RA5	Utiliza instrumentos y técnicas de evaluación y diagnóstico psicológicas para la identificación de los trastornos del comportamiento y de los factores de riesgo asociados a ellos
	RA6	Maneja y aplica técnicas de evaluación adecuadas y ateniéndose a sistemas de clasificación y diagnóstico homologados
	RA7	Maneja y aplica técnicas de intervención adecuadas a la problemática de la persona o grupo en cuestión.
CE18	Diseñar, desarrollar y en su caso supervisar y evaluar planes y programas de intervención psicológica, en función de la evaluación psicológica y de las variables individuales y sociales concurrentes en cada caso	
	RA1	Formula y conceptualiza los casos y hace un plan de intervención utilizando de forma consistente una orientación teórica
	RA2	Lleva a cabo procesos de evaluación e intervención desde un concepto integral de salud
	RA3	Diseña, desarrolla y evalúa planes de intervención a partir de los objetivos marcados en la evaluación
	RA4	Establecer un trato profesionalmente adecuado con pacientes, supervisores y compañeros

BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS



Contenidos – Bloques Temáticos

TRASTORNOS DE ANSIEDAD

I.- INTRODUCCIÓN

- Factores causales
- Claves diagnósticas
- Estrategias terapéuticas comunes
- El enfoque del transdiagnóstico en los trastornos emocionales

II.- TRASTORNO DE PÁNICO Y AGORAFOBIA

- Modelos explicativos actuales
- Evaluación clínica
- Estrategias de intervención

III.- TRASTORNO OBSESIVO-COMPULSIVO

- Modelos explicativos actuales
- Evaluación clínica
- Estrategias de intervención

IV.- TRASTORNO POR ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

- Modelos explicativos actuales
- Evaluación clínica
- Estrategias de intervención

V.- TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA

- Modelos explicativos actuales
- Evaluación clínica
- Estrategias de intervención

TRASTORNOS DEL ESTADO DE ÁNIMO

I.- INTRODUCCIÓN

II.- CLASIFICACIÓN TRASTORNOS DEL ESTADO DE ÁNIMO

III.- TEORÍAS PSICOLÓGICAS DE LOS TRASTORNOS DEPRESIVOS

- Teorías conductuales



-Teorías cognitivas

-Teorías interpersonales

IV.- EVALUACIÓN DE LOS TRASTORNOS DEL ESTADO DE ÁNIMO

V.- INTERVENCIÓN COGNITIVO-CONDUCTUAL

- Terapia conductual

-Terapia cognitiva

-Terapia interpersonal

METODOLOGÍA DOCENTE

Aspectos metodológicos generales de la asignatura

La metodología consistirá en clases teóricas en las que la profesora expondrá los conocimientos que los alumnos/as deberán manejar para el posterior trabajo sobre casos prácticos. Los contenidos teóricos se complementarán con la lectura de algunos artículos que tratan sobre avances recientes en la intervención cognitivo-conductual de los trastornos del estado de ánimo y de ansiedad.

RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO

HORAS PRESENCIALES			
Lecciones de carácter expositivo	Estudio de casos	Simulaciones y rol playing	
12.00	6.00	4.00	
HORAS NO PRESENCIALES			
Estudio de casos	Estudio y trabajo personal del alumno	Lectura y comentario crítico de textos científicos	Trabajos individuales de carácter práctico o teórico
20.00	15.00	18.00	25.00
CRÉDITOS ECTS: 4,0 (100,00 horas)			

EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Actividades de evaluación	Criterios de evaluación	Peso
Examen: 60%	Es imprescindible tener aprobado el examen para que entren en consideración los otros criterios de evaluación. En el examen habrá preguntas teóricas v	60



	preguntas de carácter aplicado.	
40%: Lecturas	Se propondrán algunas lecturas sobre las que se realizarán ejercicios de evaluación.	40 %

Calificaciones

El alumno sólo tiene una convocatoria (julio de 2021) por lo que la no superación de la asignatura supondrá la renovación de matrícula y su evaluación en la convocatoria correspondiente (julio de 2022).

Tal y como se recoge en el artículo 7 (Normas académicas del Máster Universitario en Psicología General Sanitaria) la asistencia a clase y a las actividades docentes presenciales, cuya comprobación corresponde a cada profesor, es obligatoria para todos los alumnos. La inasistencia comprobada e injustificada a más de un tercio de las horas lectivas impartidas en cada asignatura, puede tener como consecuencia la imposibilidad de presentarse a examen en la convocatoria del mismo curso académico

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

Bibliografía Básica

TRASTORNOS DE ANSIEDAD

Abramowitz, J.S. (2007). *Trastorno obsesivo compulsivo*. México: El Manual Moderno.

Aldaz, J.A. y Sánchez, M.M. (2005). *Obsesiones y compulsiones*. Madrid: Síntesis.

Antony, M.M. y Barlow, D.H.(Ed) (2002). *Handbook of assessment and treatment planning for psychological disorders*. N.Y.: Guilford Press.

Bados, A. (2006). *Tratando.... Pánico y agorafobia*. Madrid: Pirámide.

Barlow, D.H. (Eds) (1993). *Clinical handbook of psychological disorders. A step by step treatment manual*. N.Y.: Guilford Press.

Buela-Casal, G. y Sierra, J.C. (Eds) (2001). *Manual de Evaluación y Tratamientos Psicológicos*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Butler, G., Fennell, M. y Hackmann, A. (2010). *Cognitive-behavioral therapy for anxiety disorders*. N.Y.: The Guilford Press.

Caballo, V. (Dr) (2006). *Manual para la evaluación clínica de los trastornos psicológicos: trastornos de la edad adulta e informes psicológicos*. Madrid: Pirámide.

Clark, D. y Beck, A, (2011). *Terapia cognitiva para los trastornos de ansiedad*. Bilbao: Desclée de Brouwer.



Espada, J., Olivares, J. y Méndez, F. (Coord.) (2005). *Terapia Psicológica. Casos prácticos*. Madrid: Pirámide.

Gavino, A. (2005). *Tratando... Trastorno obsesivo compulsivo*. Madrid: Pirámide.

Holaway, R., Rodebaugh, T. y Heimberg, R. (2007). The epidemiology of worry and generalized anxiety disorder. En G.C. Davey y A. Wells (Eds): *Worry and Its Psychological Disorders: Theory, Assessment and Treatment*. (pp. 1-20). Chichester, England: John Wiley & Sons, Ltd.

Ladouceur, R., Belanger, L. y Léger, E. (2009). *Deje de sufrir por todo y por nada*. Madrid: Pirámide.

Moreno, P. y Martín, J. (2007). *Tratamiento psicológico del trastorno de pánico y la agorafobia*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Nezu, A., Nezu, C. y Lombardo, E. (2006). *Formulación de casos y diseños de tratamientos cognitivos-conductuales*. México: El Manual Moderno.

Otto, M. y Hofmann, S. (Eds) (2010). *Avoiding treatment failures in the anxiety disorders*. London, Springer.

Pastor, C. y Sevillá, J. (2005). *Tratamiento psicológico del pánico agorafobia*. Valencia: Publicaciones del Centro de Terapia de Conducta.

Pedrick, C. y Hyman, B. (2003). *Guía práctica del trastorno obsesivo compulsivo. Pistas para su liberación*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Prados, J.M. (2008). *Ansiedad generalizada*. Madrid: Síntesis.

Sosa, C. y Capafons, J. (2005). *Estrés postraumático*. Madrid: Síntesis.

Zayfert, C. Y Becker, C. (2008). *Terapia cognitivo-conductual para el tratamiento del trastorno por estrés postraumático*. México: El Manual Moderno.

TRASTORNOS DEL ESTADO DE ÁNIMO

Bas Ramallo, F. y Andrés Navia, V. (1994). *Terapia cognitivo-conductual de la depresión: una manual de tratamiento*. Madrid: Fundación Universidad-Empresa.

Beck, J.S. (2000). *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*. Barcelona: Gedisa.

Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F. y Emery, G. (2002). *Terapia cognitiva de la depresión*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Diéguez, M., González, F. y Fernández, A. (2012). *Terapia interpersonal*. Madrid: Síntesis

Freemann, A. y Reinecke, M.A. (1995). *Terapia cognitiva aplicada a la conducta suicida*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Kanter, J. W., Busch, A.M. y Rusch, L.C. (2009). *Activación conductual. Refuerzos positivos ante la depresión*. Madrid: Alianza Editorial.

Martell, C. R., Dimidjian, S. y Hermann-Dunn (2013). *Activación conductual para la depresión: una guía clínica*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Newmann, C.F., Leahy, R.L., Beck, A.T., Reilly-Harrington, N.A. y Gyulai, L. (2005). *El trastorno bipolar. Una aproximación desde la terapia cognitiva*. Madrid: Paidós.



Pérez Álvarez, M. (2003). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces*. Madrid: Pirámide.

Vázquez, C. (2003). *Técnicas cognitivas de intervención clínica*. Madrid: Editorial Síntesis.

Manuales de autoayuda

Burns, D.D. (1990). *Sentirse bien. Una nueva fórmula contra las depresiones*. Madrid: Paidós.

García, J. y Palazón, P. (2010). *Afronta tu depresión con psicoterapia interpersonal. Guía de autoayuda*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

McKay, M. y Fanning, P. (1991). *Autoestima. Evaluación y mejora*. Barcelona: Martínez Roca.

Sevillá, J. y Pastor, C. (1996). *Tratamiento psicológico de la depresión. Un manual de autoayuda paso a paso*. Valencia: Publicaciones del Centro de Terapia de Conducta.

Bibliografía Complementaria

Enfoque del Transdiagnóstico

-Barlow, D.H., Farchione, T.J., Sauer-Zavala, S., Murray Latin, H., Ellard, K.K., Bullis, J.R., Bentley, K.H, Boettcher, H. T. y Cassiello-Robbins, C. (2019). *Protocolo Unificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales. Manual del terapeuta*. Madrid: Alianza Editorial

-Barlow, D.H., Farchione, T.J., Sauer-Zavala, S., Murray Latin, H., Ellard, K.K., Bullis, J.R., Bentley, K.H, Boettcher, H. T. y Cassiello-Robbins, C. (2019). *Protocolo Unificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales. Manual del paciente*. Madrid: Alianza Editorial

-Barlow, D.H., Sauer-Zavala, S. Carl, J.R., Bullis, J.R. y Ellard, K.K. (2014). The nature, diagnosis and treatment of neuroticism: back to the future. *Clinical Psychological Science*, 2 (3), 344-365.

-Sandin, B., Chorot, P. y Valiente, R.M. (2012). Transdiagnóstico: nueva frontera en psicología clínica

Habilidades Sociales

-Caballo, V.E. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI.

-Castanyer, O. (1996). *Asertividad: expresión de una sana autoestima*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

-Castanyer, O. (). *Enséñale a decir NO*. Madrid: Espasa

-Castanyer, O. (2014). *Aplicaciones de la asertividad*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

-Kelly, J. A. (1992). *Entrenamiento de las habilidades sociales. Guía práctica para intervenciones*. Madrid: DDB

Terapia de pareja

-Cáceres, J. (1996). *Manual de terapia de parejas e intervención en familias*. Madrid: Fundación Universidad Empresa.

-Cáceres, J. (1986). *Reaprender a vivir en pareja*. Valencia: Promolibro



COMILLAS

UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

**GUÍA DOCENTE
2020 - 2021**

-Guell, M.A. y Feliú, M.H. (1992). *Relación de pareja. Técnicas para la convivencia*. Barcelona: Martínez Roca

En cumplimiento de la normativa vigente en materia de **protección de datos de carácter personal**, le informamos y recordamos que puede consultar los aspectos relativos a privacidad y protección de datos que ha aceptado en su matrícula entrando en esta web y pulsando "descargar"

[https://servicios.upcomillas.es/sedelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792](https://servicios.upcomillas.es/sedeelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792)