



## 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	<a href="#">Máster Universitario en Psicología General Sanitaria por la Universidad Pontificia Comillas</a>
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
<b>Aportación al perfil profesional de la titulación</b>
<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>
<b>Prerequisitos</b>
Conocimientos de Evaluación Psicológica, Psicopatología y teoría y práctica cognitivo-conductual

Competencias - Objetivos
--------------------------



## Competencias

### ESPECÍFICAS

<b>CE01</b>	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	
	<b>RA1</b>	Conoce los factores biológicos, psicológicos y sociales relacionados con el desarrollo de los problemas psicológicos
	<b>RA2</b>	Lleva a cabo procesos de evaluación e intervención desde un concepto integral de salud
	<b>RA3</b>	Valora los problemas individuales y familiares en el contexto de su situación social y cultural
<b>CE02</b>	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	
	<b>RA1</b>	Demuestra su capacidad para aplicar principios éticos y legales en la intervención psicológica
	<b>RA2</b>	Es capaz de analizar diversos cursos de acción y tomar decisiones adecuadas ante dilemas éticos en la práctica clínica
	<b>RA3</b>	Aplica el código deontológico en la toma de decisiones, la evaluación y la intervención con una diversidad de poblaciones
<b>CE03</b>	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	
	<b>RA1</b>	Comunica información de forma clara y precisa tanto verbalmente como por escrito
	<b>RA2</b>	Establece relaciones de alianza y colaboración con los pacientes
	<b>RA3</b>	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
	<b>RA4</b>	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
	<b>RA5</b>	Atiende al comportamiento no verbal y evaluar su significado en el contexto comunicativo
	<b>RA6</b>	Adapta su estilo para comunicarse de manera sensible y efectiva con personas de distintas culturas y contextos
	<b>RA7</b>	Es capaz de evaluar su fortalezas y dificultades profesionales
<b>CE07</b>	Formular hipótesis de trabajo en investigación y recoger y valorar de forma crítica la información para la resolución de	



	problemas, aplicando el método científico	
	<b>RA1</b>	Comunica información de forma clara y precisa tanto verbalmente como por escrito
	<b>RA2</b>	Establece relaciones de alianza y colaboración con los pacientes
	<b>RA3</b>	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.
	<b>RA4</b>	Desarrolla una actitud personal de atención, flexibilidad, comprensión y una actitud profesional de competencia, aceptación y cuidado para ayudar a los pacientes a lograr un ajuste personal y relacional mayor
	<b>RA5</b>	Atiende al comportamiento no verbal y evaluar su significado en el contexto comunicativo
	<b>RA6</b>	Adapta su estilo para comunicarse de manera sensible y efectiva con personas de distintas culturas y contextos
	<b>RA7</b>	Es capaz de evaluar sus fortalezas y dificultades profesionales
<b>CE09</b>	Desarrollar su trabajo desde la perspectiva de la calidad y la mejora continua, con la capacidad autocrítica necesaria para un desempeño profesional responsable	
	<b>RA1</b>	Analiza sus propuestas de actuación en casos clínicos, revisándolas y corrigiéndolas cuando es necesario
	<b>RA2</b>	Sintetiza la teoría e investigación actualizada para aplicarla en situaciones reales de problemáticas individuales o familiares
<b>CE16</b>	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	
	<b>RA1</b>	Conoce y utilizar los datos de evidencia empírica de los tratamientos como marco para desarrollar programas de intervención con los clientes
	<b>RA2</b>	Conoce las bases teóricas y empíricas de la evaluación y diagnóstico psicológico
	<b>RA3</b>	Conoce los conceptos y principios de las principales teorías psicológicas y como se aplican en la intervención con individuos, grupos y familias
	<b>RA4</b>	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
	<b>RA5</b>	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
	<b>RA6</b>	Maneja y aplica técnicas de evaluación adecuadas y ateniéndose a sistemas de clasificación y diagnóstico homologados



	<b>RA7</b>	Maneja y aplica técnicas de intervención adecuadas a la problemática de la persona o grupo en cuestión.
<b>CE18</b>		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
	<b>RA1</b>	Formula y conceptualiza los casos y hace un plan de intervención utilizando de forma consistente una orientación teórica
	<b>RA2</b>	Lleva a cabo procesos de evaluación e intervención desde un concepto integral de salud
	<b>RA3</b>	Diseña, desarrolla y evalúa planes de intervención a partir de los objetivos marcados en la evaluación
	<b>RA4</b>	Establecer un trato profesionalmente adecuado con pacientes, supervisores y compañeros

## BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

### Contenidos – Bloques Temáticos

#### Trastornos de Ansiedad y del Estado de Ánimo

##### BLOQUE 1.- INTRODUCCIÓN

1.1.- Enfoque categorial: DSM-5

1.2.- Enfoque dimensional: Transdiagnóstico

##### BLOQUE 2.- EVALUACIÓN E INTERVENCIÓN

2.1.- Trastornos de ansiedad. Evaluación e Intervención idiográfica.

2.1.2.- Estudio de casos

- Trastorno de Pánico y Agorafobia

- Modelos explicativos actuales

- Evaluación clínica

- Estrategias de intervención

-Trastorno Obsesivo-Compulsivo

- Modelos explicativos actuales

- Evaluación clínica

- Estrategias de intervención

-Trastorno de estrés postraumático

- Modelos explicativos actuales

- Evaluación clínica



- Estrategias de intervención

-Trastornos del estado de ánimo. Trastorno depresivo mayor

2.2.- Trastornos emocionales. Evaluación e Intervención nomotética

2.2.1.- Protocolos estandarizados. Protocolos transdiagnóstico

## 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
<b>CRÉDITOS ECTS: 4,0 (100,00 horas)</b>			

## 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 y preguntas de carácter aplicado.	60
40%: Lecturas	Se propondrán algunas lecturas sobre las que se realizarán ejercicios de evaluación.	40

### Calificaciones



El alumno sólo tiene una convocatoria (julio de 2022) por lo que la no superación de la asignatura supondrá la renovación de matrícula y su evaluación en la convocatoria correspondiente (julio de 2023).

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 Sevilá, 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



# COMILLAS

UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

GUÍA DOCENTE

2021 - 2022

-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

-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)