



## 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	Consultar horarios curso académico 2023-2024
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>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

## 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
- 1.3.- El proceso terapéutico cognitivo-conductual: fases y características

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

- 2.1.-. Evaluación e Intervención idiográfica.
- 2.1.2.- Trastornos de Ansiedad. Estudio de casos. Modelos explicativos, evaluación clínica y estrategias de intervención
  - 2.1.2.1.- Trastorno de Pánico y Agorafobia
  - 2.1.2.2.- Trastorno Obsesivo-Compulsivo
  - 2.1.2.3.- Trastorno de Ansiedad Generalizada
  - 2.1.2.4.- Trastorno de Estrés Postraumático
- 2.1.2.-Trastornos del Estado de Ánimo. Estrategias de intervención
  - 2.1.2.1.- Terapias cognitivas. Terapia cognitiva de Beck
  - 2.1.2.2.- Terapias conductuales. Terapia de activación conductual
- 2.3.- Evaluación e Intervención nomotética. 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	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.	50 %
Trabajo teórico/práctico	Entrega de un trabajo grupal de contenido teórico/práctico.	50 %

### Calificaciones

El alumno sólo tiene una convocatoria (julio de 2024) por lo que la no superación de la asignatura supondrá la renovación de matrícula y su evaluación en la convocatoria correspondiente (julio de 2025).

*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.

## Bibliografía Complementaria

### 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.

-Olivares Rodríguez, J. y Olivares-Olivares, P.J. (2022). *Intervención psicológica transdiagnóstica. Tercera generación de los tratamientos psicológicos*. Madrid: Pirámide.

-Osma López, J.J. (2019). *Aplicaciones del Protocolo Unificado para el tratamiento transdiagnóstico de la disregulación emocional*. Madrid: Alianza

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

### 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.

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>