



Técnicas y  
Habilidades  
Terapéuticas

Grado en Psicología



UNIVERSIDAD  
NEBRIJA

## GUÍA DOCENTE

**Asignatura:** Técnicas y Habilidades Terapéuticas

**Titulación:** Grado en Psicología

**Curso Académico:** 2020-21

**Carácter:** Básica

**Idioma:** Castellano

**Modalidad:** Presencial

**Créditos:** 6

**Curso:** 3º

**Semestre:** 1º

**Profesores/Equipo Docente:** Dr. D. Félix Zaragoza Cuesta

### 1. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

#### 1.1. Competencias

##### *Competencias Básicas*

**CB1.** Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

**CB2.** Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

**CB3.** Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

**CB4.** Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

**CB5.** Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

##### *Competencias Generales*

**CG1.** Conocer las funciones, características y limitaciones de los distintos modelos teóricos existentes en Psicología.

**CG4.** Conocer los fundamentos biológicos de la conducta humana y de las funciones psicológicas.

**CG9.** Analizar datos relevantes de su área de estudio, la Psicología, para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética propios de la profesión de psicólogo.

**CG10.** Promover la salud y la calidad de vida en los individuos, grupos, comunidades y organizaciones en los distintos contextos.

#### *Competencias Específicas*

**CE3.** Comprender los procesos psicológicos básicos, sus teorías y modelos de estudio (atención, percepción, motivación, emoción, aprendizaje, memoria, pensamiento y lenguaje).

**CE5.** Relacionar la Psicología con otras disciplinas y trabajar en equipos multiprofesionales.

**CE13.** Conocer los fundamentos biológicos de la conducta humana, de los procesos psicológicos y su relación con el sistema nervioso, así como los mecanismos de acción de los fármacos que actúan sobre el comportamiento y los procesos psicológicos.

**CE16.** Ser capaces de aplicar las principales técnicas de evaluación del comportamiento normal y anormal, de los procesos y de otras variables psicológicas.

**CE18.** Saber evaluar y analizar los resultados y la eficacia de las propias actuaciones en cualquiera de los ámbitos de la Psicología.

**CE19.** Ser capaces de establecer hipótesis diagnósticas de los diferentes trastornos psicológicos y psicopatológicos, siendo capaces de analizar las causas y variables que los predisponen, desencadenan y mantienen.

**CE20.** Aplicar los modelos, teorías, instrumentos y técnicas más adecuadas en cada contexto de evaluación e intervención.

### **1.2. Resultados de aprendizaje**

El estudiante al finalizar esta materia deberá:

- Identificar la dimensión social y antropológica del ser humano considerando los factores históricos y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica humana
- Reconocer la dimensión social y antropológica del ser humano considerando los factores históricos y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica humana
- Discriminar entre los distintos métodos de evaluación, diagnóstico y tratamientos psicológicos en diferentes ámbitos aplicados de la Psicología
- Reconocer diferencias, problemas y necesidades
- Discriminar diferencias, problemas y necesidades

- Diagnosticar a pacientes o situaciones siguiendo los criterios propios de la profesión
- Describir variables y procesos cognitivos, emocionales, psicobiológicos y conductuales
- Identificar los objetivos de la intervención en función del propósito de la misma (prevención, tratamiento, rehabilitación, inserción, acompañamiento, etc.)

## 2. CONTENIDOS

### 2.1. Requisitos previos

No se requiere ningún conocimiento previo para cursar la asignatura.

### 2.2. Descripción de los contenidos

En esta asignatura, se estudiarán las técnicas y habilidades terapéuticas con efectividad demostrada en las terapias, técnicas de relajación más habituales, de exposición, de autocontrol, las técnicas operantes y las técnicas de modelado. De igual forma se tratarán las habilidades del terapeuta que influyen en la terapia, en la adaptación de la intervención a las características de los clientes, el manejo de las situaciones problemáticas que surgen tanto por parte del terapeuta como del cliente y las estrategias para mejorar el cumplimiento del tratamiento, tanto por parte del paciente como del terapeuta.

### 2.3. Contenido detallado

A continuación se presentan de manera detallada, las unidades didácticas que componen la asignatura.

1. Actitudes y características básicas del terapeuta
2. Características personales y motivacionales asociadas con la profesión del terapeuta
3. Habilidades sociales y de comunicación
4. Relación y vínculo terapeuta-paciente
5. Situaciones conflictivas en terapia
6. Técnicas basadas en el Condicionamiento Clásico
7. Técnicas basadas en el Condicionamiento Operante
8. Técnicas basadas en el Aprendizaje Social
9. Técnicas Cognitivas
10. Técnicas Contextuales
11. Deontología y aspectos legales del profesional
12. La salud mental del psicólogo

### 2.4. Actividades Dirigidas

Durante el curso se podrán desarrollar algunas de las actividades, prácticas, memorias o proyectos siguientes, u otras de objetivos o naturaleza similares: casos prácticos, lecturas críticas de artículos, trabajos individuales, trabajos colectivos, etc.

### 2.5. Actividades formativas

#### Modalidad Presencial:

Actividad formativa	Horas	Presencialidad
Clase magistral y fundamentos teóricos	60	100%

Explicación técnica para la resolución de casos relacionados con las asignaturas o materias	1	100%
Tutoría	A demanda	100%
Trabajo individual del estudiante (AF4 +AF7) Trabajos + estudio	67	100%

### 3. SISTEMA DE EVALUACIÓN

#### 3.1. Sistema de calificaciones

El sistema de calificaciones finales se expresará numéricamente del siguiente modo:

0 - 4,9 Suspenso (SS)

5,0 - 6,9 Aprobado (AP)

7,0 - 8,9 Notable (NT)

9,0 - 10 Sobresaliente (SB)

La mención de "matrícula de honor" podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9,0.

#### 3.2. Criterios de evaluación

##### Convocatoria ordinaria

Sistemas de evaluación	Porcentaje
Asistencia y participación en clase	10%
Presentación de trabajos y proyectos (Prácticas individuales y trabajo en equipo)	20%
Prueba parcial (escrita/presentación trabajo)	20%
Examen final o trabajo final presencial	50%

##### Convocatoria extraordinaria

Sistemas de evaluación	Porcentaje
Presentación de trabajos y proyectos (Prácticas individuales y trabajo en equipo)	40%
Examen final o trabajo final presencial	60%

#### 3.3. Restricciones

##### Calificación mínima

Para poder hacer media con las ponderaciones anteriores es necesario obtener al menos una calificación de 5 en la prueba final.

##### Asistencia

El alumno que, injustificadamente, deje de asistir a más de un 25% de las clases presenciales podrá verse privado del derecho a examinarse en la convocatoria ordinaria.

##### Normas de escritura

Se prestará especial atención en los trabajos, prácticas y proyectos escritos, así como en los

exámenes tanto a la presentación como al contenido, cuidando los aspectos gramaticales y ortográficos. El no cumplimiento de los mínimos aceptables puede ocasionar que se resten puntos en dicho trabajo.

### 3.4. Advertencia sobre plagio

La Universidad Antonio de Nebrija no tolerará en ningún caso el plagio o copia. Se considerará plagio la reproducción de párrafos a partir de textos de auditoría distinta a la del estudiante (Internet, libros, artículos, trabajos de compañeros...), cuando no se cite la fuente original de la que provienen. El uso de las citas no puede ser indiscriminado. El plagio es un delito.

En caso de detectarse este tipo de prácticas, se considerará Falta Grave y se podrá aplicar la sanción prevista en el Reglamento del Alumno.

## 4. BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía básica:

- Caballo, V. E. (coord.) (2018) Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta. Siglo XXI.
- Cormier, W. y Cormier, L. (2000, 3º ed.). Estrategias de entrevista para terapeutas: Habilidades básicas e intervenciones cognitivo-conductuales. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Bibliografía recomendada:

- Bados López, A., & García Grau, E. (2011). Habilidades terapéuticas. <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/18382/1/Habilidades%20terap%C3%A9uticas.pdf>
- Báñez Palomo, N. (2018) *Habilidades básicas del psicólogo general sanitario*. Ediciones CEF.
- Cleries, X. (2011). *La comunicación: Una competencia esencial para los profesionales de la salud*. Barcelona: Aresta.
- Cormier, W. y Cormier, L. (2000, 3º ed.). *Estrategias de entrevista para terapeutas: Habilidades básicas e intervenciones cognitivo-conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Goldstein, W. N. (2001). *Iniciación a la psicoterapia*. Madrid: Alianza.
- Greenberg, L. S., y Paivio, S. C. (1999). *Trabajar con las emociones en psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- Kanfer, F. H. y Goldstein, A. P. (1987). *Cómo ayudar al cambio en psicoterapia*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Kelly, J. A. (2012). *Entrenamiento en habilidades sociales: Guía práctica para intervenciones (6ª ed.)*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Labrador, F. J. (Ed.). (2011). *Situaciones difíciles en terapia*. Madrid: Pirámide.
- Ruiz Moral, R. (2004). *Relación clínica: Guía para aprender, enseñar e investigar*. Barcelona: Semfyc.
- Ruiz, M. A. (1998). Habilidades terapéuticas. En M. A., Vallejo (Ed.), *Manual de terapia de conducta, (Vol. I)*, pp. 83-131. Madrid: Dykinson.
- Ruiz, M. A. y Villalobos, A. (1994). *Habilidades terapéuticas*. Madrid: Fundación Universidad-Empresa.
- Saldaña, C. (2008). Habilidades y competencias terapéuticas. En F. J. Labrador (Coor.), *Técnicas de modificación de conducta*, pp. 642-658. Madrid: Pirámide.

- Shapiro, D. L. y Smith, S. R. (2011). *Malpractice in psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Van-der Hofstadt Román, C. J. (2005). *El libro de las habilidades de comunicación (2ª ed.)*. Madrid: Díaz de Santos
- Corey, G. (1995). *Teoría y práctica de la terapia grupal*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Cormier, W. H. y Cormier, L. S. (1996). *Estrategias de entrevista para terapeutas (2ª ed.)*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Labrador, F. J. y Crespo, M. (Eds.). (2012). *Psicología clínica basada en la evidencia*. Madrid: Pirámide.
- Froján, M. X., Montaña, M., & Calero, A. (2010). Therapists' verbal behavior analysis: a descriptive approach to the psychotherapeutic phenomenon. *The Spanish journal of psychology*, 13(2), 914-926.
- Froján Parga, M. X., Montaña Fidalgo, M., & Calero Elvira, A. (2006). ¿Por qué la gente cambia en terapia? Un estudio preliminar. *Psicothema*, 18(4).
- Froján Parga, M. X., Núñez de Prado Gordillo, M., & Pascual Verdú, R. D. (2017). Cognitive techniques and language: A return to behavioral origins. *Psicothema*.
- Froján Parga, M. X., Montaña Fidalgo, M., Calero Elvira, A., García Soler, Á., Garzón Fernández, Á., & Ruiz Sancho, E. M. (2008). Sistema de categorización de la conducta verbal del terapeuta. *Psicothema*.
- Froján Parga, M. X., Montaña Fidalgo, M., Calero Elvira, A., & Ruiz Sancho, E. (2011). Aproximación al estudio funcional de la interacción verbal entre terapeuta y cliente durante el proceso terapéutico. *Clínica y Salud*, 22(1), 69-85.
- Ruiz-Sancho, E. M., Froján-Parga, M. X., & Calero-Elvira, A. (2013). Análisis de la conducta verbal del cliente durante el proceso terapéutico. *Anales de psicología*, 29(3), 779-790.
- Froján Parga, M. X., Alpañés Freitag, M., Calero Elvira, A., & Vargas de la Cruz, I. (2010). Una concepción conductual de la motivación en el proceso terapéutico. *Psicothema*.
- Marchena-Giráldez, C., Calero-Elvira, A., & Galván-Domínguez, N. (2013). La importancia de las instrucciones del psicólogo para favorecer la adhesión terapéutica. *Clínica y Salud*, 24(2), 55-65.
- Montaña-Fidalgo, M., Froján-Parga, M. X., Ruiz-Sancho, E. M., & Virués-Ortega, F. J. (2011). El proceso terapéutico "Momento a Momento" desde una perspectiva Analítico-Funcional. *Clínica y Salud*, 22(2), 101-119.
- Froján-Parga, M. X., & Ruiz-Sancho, E. M. (2013). Análisis funcional de la interacción terapéutica. *Conductual*, 1(1).
- López Bosch, A., & Pascual Verdú, R. D. (2012). Análisis Funcional de la Conducta Verbal del Terapeuta en el Tratamiento de un Caso de Ansiedad. *Clínica y Salud*, 23(2), 181-195.
- de Pascual-Verdú, R., Rocha-Díaz, M., & Almazán-Antón, G. (2015). Relevant factors in treatment adherence: A case study. *Clínica y Salud*, 26(3), 141-150.

Otros recursos:

A lo largo del curso se proporcionarán distintos materiales audiovisuales y escritos. Estos materiales se ubicarán en la plataforma digital.

## 5. DATOS DEL PROFESOR

Nombre y Apellidos	Félix Zaragoza Cuesta
Departamento	Psicología / Facultad de Ciencias Sociales
Titulación académica	Doctor en Psicología
Correo electrónico	fzaragoz@nebrija.es

Localización	Campus de Princesa – Sala de profesores
Tutoría	Contactar con el profesor previa petición de hora por e-mail
Experiencia docente, investigadora y/o profesional, así como investigación del profesor aplicada a la asignatura, y/o proyectos profesionales de aplicación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Doctor en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid. Máster en Psicoterapia Cognitivo-Conductual. Licenciado en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid.</li> <li>• Cuenta con 15 años de experiencia en el ámbito de la psicología clínica y de la salud. Ha trabajado en Centros Médicos de Sanitas y es socio profesional del Centro Activa Psicología y Formación. Su área de especialización se centra en la terapia de pareja y terapia sexual. Asimismo, está especializado en la terapia asistida con animales como herramienta de trabajo en psicología.</li> <li>• Ha organizado varios seminarios y cursos sobre psicología y comportamiento. Y ha sido invitado como conferenciante en diversos actos organizados por diferentes universidades y entidades gubernamentales. Ha coordinado y dirigido varios proyectos de investigación sobre el comportamiento y psicología animal. Ha presentado ponencias en congresos nacionales e internacionales, y ha publicado en revistas internacionales diferentes trabajos sobre el comportamiento animal.</li> <li>• Ha sido profesor desde el año 2000 en diferentes universidades españolas, impartiendo asignaturas relacionadas con la psicología aplicada al ámbito de la salud.</li> <li>• Actualmente es Director del Máster Universitario de Psicología General Sanitaria, del Centro Universitario San Rafael-Nebrija.</li> </ul>