



Universidad Michoacana
de San Nicolás de Hidalgo

UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE



1. Datos Generales de la Unidad de Aprendizaje

Nombre de la unidad de aprendizaje	Clave	Semestre
Técnicas cognitivo conductuales para la intervención clínica	OP-VII-5	Séptimo

Carácter	Optativa	Tipo	Teórica

Unidades de Aprendizaje antecedentes	Unidades de Aprendizaje consecuentes
Estudio experimental de procesos cognitivos	Intervenciones en análisis de la conducta
Estudio experimental de procesos conductuales y de orden superior	Técnicas cognitivo conductuales para la intervención clínica
Introducción a las teorías conductual y cognitivo conductual	Intervenciones cognitivas y conductuales en contextos institucionales
	Medicina conductual
	Terapias cognitivo-conductuales de 3 ^a . Generación

Horas teóricas	Horas prácticas	Horas de trabajo independiente	Total de horas por semana	Semanas por semestre	Total de horas por semestre	Valor en créditos
2	2	1	5	16	64	5

Autores del programa	Fecha de elaboración	Fecha de visto bueno del Consejo Técnico
Cynthia Bautista López Karla Silvia Murillo Ruiz Roberto Oropeza Tena Salvador Ortega Munguía	Marzo de 2021	27 de abril de 2021



Revisores del programa	Fecha de revisión	Porcentaje de ajuste	Fecha de visto bueno del Consejo Técnico

2. Presentación de la Unidad de Aprendizaje

Propósito y vinculación con el perfil del egresado

Analizar los fundamentos teóricos y metodológicos de las principales propuestas cognitivo-conductuales de la primera y segunda generación, para que el estudiante comprenda y aplique técnicas de intervención dirigidas a la modificación conductual, y así como promover cambios en los esquemas de pensamiento, a nivel emocional y comportamental en intervenciones propias del ámbito clínico. Para que el estudiante comprenda que tres grandes Escuelas psicológicas (conductual, cognitiva y cognitivo social) tienen como principal objetivo el mejoramiento psicológico y la adaptación de las personas. Esta aproximación busca aplicar las herramientas y estrategias que se han desarrollado durante el siglo XX y XXI para modificar conductas y cogniciones disfuncionales, y promover el bienestar del ser humano.

Se vincula con el perfil del egresado en los siguientes aspectos:

- Proyecta intervenciones para la prevención y atención, con base en un soporte teórico-metodológico, para coadyuvar a la solución de algunas problemáticas psicológicas que aquejan a la sociedad, en lo individual y lo colectivo, con una actitud ética.
- Gestiona e implementa programas de intervención psicológica, a partir de un fundamento teórico-metodológico, con una actitud colaborativa, de apertura hacia la inter y transdisciplinariedad y con responsabilidad social.

Propuesta didáctico-metodológica

Con la conducción del docente	Trabajo independiente	Modalidades informáticas
<ul style="list-style-type: none"> - Trabajo colaborativo. - Análisis de textos. - Discusión grupal con base en diferentes estrategias de aprendizaje. 	<ul style="list-style-type: none"> - Revisión de literatura. - Elaboración de síntesis. - Análisis de artículos. - Resolución de problemas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Uso de autorregistros. - Uso del padlet para lluvia de ideas. - Videoconferencias con expertos en las diferentes técnicas.



PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

<ul style="list-style-type: none"> - Esquemas (mapas conceptuales, mapas mentales, cuadros sinópticos, mapas cognitivos). - Exposiciones personales y grupales - Análisis de casos. - Revisión de artículos. - Presentación del tema por parte del profesor. 	<ul style="list-style-type: none"> - Trabajo colaborativo. - Elaboración de proyectos. - Esquemas (mapas conceptuales, mapas mentales, cuadros sinópticos, mapas cognitivos). - Aplicación de las diferentes técnicas en casos reales. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mediciones de respuestas fisiológicas. - Aplicaciones y plataformas didácticas (meet, classroom, kahoot). - Medios audiovisuales.
---	--	---

Descripción de actividades específicas en las que incorporarán al menos uno de los tópicos de los ejes correspondientes a la formación transversal para promover el pensamiento crítico: identidad nicolaita, responsabilidad social, ética, género, educación inclusiva

La aplicación de técnicas conductuales y cognitivo-conductuales que se lleven a cabo, se manejarán desde un contexto ético e incluyente.

La responsabilidad social va implicada en la búsqueda del bienestar del paciente, ya que uno de los principales objetivos, es buscar la calidad de vida tanto de la persona con la que se está trabajando como de su entorno.

Cualquier intervención cognitivo conductual implica apegarse a cuestiones éticas, mismas que se revisan en todo el programa. Como ejemplo, en todos los tratamientos otorgados, se solicita tener un consentimiento informado que firma el usuario y donde el terapeuta se compromete a seguir todas las situaciones allí indicadas.

3. Competencias a desarrollar

<p>Ejes formativos</p>
<p>La unidad de aprendizaje se ubica dentro del eje formativo horizontal del área de Psicología Cognitivo Conductual y permite que el estudiante permite que el estudiante reconozca el rigor metodológico que caracteriza a la investigación experimental de los procesos psicológicos básicos, que propicia la generación de evidencia empírica para la formulación de teorías sólidas sobre los mecanismos que facilitan la adaptación de las personas a las demandas del entorno mediante: a) la interpretación de la estimulación captada, b) la capacidad no sólo para seleccionar la información a procesar, sino la de atender simultáneamente a diferentes estímulos y mantenerla por tiempos prolongados, c) codificar, almacenar y recuperar información, d) desplegando una amplia diversidad de</p>



comportamiento para el cubrimiento de una necesidad de índole física o social y e) la reacción a nivel fisiológico, conductual y cognitivo ante estímulos relevantes.

Con respecto a los ejes verticales, esta unidad de aprendizaje se ubica en el de intervención, ya que permite desarrollar las competencias necesarias para la planeación, diseño, implementación, evaluación y seguimiento de programas de intervención y orientación, que promuevan soluciones a problemáticas individuales y sociales en los diferentes ámbitos de la psicología.

Todos los ejes transversales están contemplados a lo largo del curso, puesto que las diversas actividades implican el fortalecimiento de cada uno de ellos.

Competencias disciplinares

- ✓ Elabora diversos documentos del ámbito de la psicología sustentados teóricamente, incluyendo evidencias y argumentos confiables, claros y precisos.
- ✓ Organiza y discrimina información de diversas fuentes, para fundamentar su quehacer profesional, atendiendo a distintos propósitos, con respeto a los criterios éticos de propiedad intelectual.
- ✓ Evalúa y da seguimiento a las distintas etapas de los procesos de intervención y a las estrategias empleadas, considerando los referentes teóricos y éticos.
- ✓ Explica las distintas áreas de intervención de la psicología considerando elementos teórico-prácticos y éticos.
- ✓ Elabora planes para intervenir en los que contemple con claridad recursos, temporalidad y estrategias para el logro de los objetivos que se proponga, con respeto por los espacios y buscando la inclusión y participación de todas las personas, considerando los avances de la Psicología.
- ✓ Implementa diferentes diseños para intervenir, en función de los contextos y poblaciones, desde las diferentes áreas de la psicología.
- ✓ Analiza información cualitativa y cuantitativa, utilizando los conceptos teórico-metodológicos pertinentes, respetando criterios éticos.
- ✓ Distingue las características de los distintos enfoques de la psicología, a partir de sus fundamentos epistemológicos, reconociendo el valor de cada uno de dichos enfoques.



- ✓ Colabora en equipos de trabajo, de forma eficiente, mostrando comunicación asertiva y respeto por todos los integrantes del mismo.
- ✓ Lidera equipos de trabajo de forma proactiva, propiciando la participación de todos los integrantes y el logro de los objetivos planteados.

4. Perfil académico del docente

Grado académico:	Licenciatura en Psicología, preferentemente con formación cognitivo conductual
Experiencia:	Al menos dos años de experiencia en la impartición de unidades de aprendizaje del área cognitivo conductual a nivel licenciatura. Experiencia en la práctica de los modelos cognitivo conductuales

5. Temas y subtemas

Temas	Subtemas
1. Técnicas conductuales	1.1. Condicionamiento clásico 1.1.1. Relajación progresiva 1.1.2. Respiración 1.1.3. Desensibilización sistemática 1.1.4. Exposición



	<ul style="list-style-type: none">1.2. Condicionamiento operante1.3. Incremento y mantenimiento de conducta<ul style="list-style-type: none">1.3.1. Reforzamiento (positivo y negativo)1.3.2. Programas de reforzamiento1.3.3. Economía de fichas1.3.4. Contratos conductuales1.4. Adquisición de nuevas conductas<ul style="list-style-type: none">1.4.1. Moldeamiento1.4.2. Encadenamiento1.4.3. Instigación1.4.4. Desvanecimiento1.5. Reducción o eliminación de conductas<ul style="list-style-type: none">1.5.1. Reforzamiento diferencial de nuevas conductas1.5.2. Extinción1.5.3. Castigo (positivo, negativo)1.5.4. Sobrecorrección1.5.5. Tiempo fuera1.5.6. Costo de respuesta1.5.7. Condicionamiento encubierto1.5.8. Saciación
2. Técnicas Cognitivas	<ul style="list-style-type: none">2.1. Psicoeducación (biblioterapia)2.2. Autorregistros (ABC, registro diario de pensamientos)2.3. Técnicas de reestructuración cognitiva (debate socrático, flecha hacia abajo)2.4. Métodos de distracción, detención del pensamiento y refocalización



PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

	<p>2.5. Imaginería</p> <p>2.6. Técnicas de resolución de problemas</p> <p>2.7. Entrenamiento de autoinstrucciones e inoculación del estrés</p> <p>2.8. Organización y administración del tiempo (gráfica del pastel)</p> <p>2.9. Metáforas y ejercicios experimentales</p> <p>2.10. Identificación y regulación emocional (termómetro del enojo, técnicas de respiración y relajación)</p> <p>2.11. Técnicas cognitivo social (modelado, habilidades sociales, autocontrol)</p>
--	---

6. Criterios de evaluación

CRITERIOS A EVALUAR	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE
Reporte de aplicación de técnicas	Rúbrica	40%
Tareas y reportes de lectura	Rúbrica	20%
Evaluación escrita	Examen	40%
Porcentaje final		100%

7. Evaluación del propósito de la UA en relación con el perfil de egreso

Nivel de logro del perfil del egresado

Se aplicará una escala estimativa de acuerdo con los criterios establecidos por la Coordinación de Academias, para evaluar el nivel de logro del perfil.



8. Fuentes de información

Básica:

- Barlow, D. H. (2017). *Manual clínico de trastornos psicológicos*. México: Manual Moderno.
- Beck, A. (2005). *Terapia Cognitiva de la Depresión*. Bilbao: Desclée de Brouwer. ISBN 9788433006266
- Beck, J. (1995). *Terapia Cognitiva. Conceptos básicos y profundización*. México: Gedisa. ISBN:97848473327359
- Caballo V. E. (2008). *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. Siglo XXI de España. ISBN 978- 84-323-0717-1
- Ellis, A. (1989). *Práctica de la terapia racional-emotiva*. Bilbao: Desclée de Brouwer. ISBN 8433007858
- Froxán, M. X. (2020). *Análisis funcional de la conducta humana*. Madrid: Pirámide.
- Kazdin, A. E. (1996). *Modificación de la conducta y sus aplicaciones prácticas*. México: Manual Moderno. ISBN 978- 607- 448 – 165 – 5
- Labrador, F. J. (2008) *Técnicas de modificación de Conducta*. Madrid: Pirámide. 978-84-368-2229-8
- Martin, G. y Pear, J. (2007) *Modificación de conducta. Qué es y cómo aplicarla*. Madrid: Prentice Hall. ISBN: 978-84-83223-80-2
- Miller, W. R. y Moyers, T. B. (2021). *Effective psychotherapist. Clinical skills that improve client outcomes*. Nueva York: Guilford press.
- Moreno, J. (2017). *Comprender la ansiedad, las fobias y el estrés*. Madrid: Pirámide.
- Ruiz, M. A., Díaz, M. I. y Villalobos, A. (2012). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Complementaria:

- Caballo, V. E. (1998). *Manual para el tratamiento cognitivo conductual de los trastornos psicológicos (vol. 2)*. Madrid: Siglo XXI de España.
- Caro I. (2009). *Manual teórico-práctico de Psicoterapias cognitivas*. Bilbao: Desclée de Brouwer
- Cully, J.A., & Teten, A.L. (2008). *A Therapist's Guide to Brief Cognitive Behavioral Therapy*. Huston: Department of Veterans Affairs South Central MIRECC.
- Gavino, A. (2002). *Guía de ayuda al terapeuta cognitivo conductual*. Madrid: Pirámide.
- Miller, W. R. y Rollnick, S. (2015). *La entrevista motivacional*. México: Paidós.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M. y Lombardo, E. (2004). *Formulación de casos y diseño de tratamientos cognitivo conductuales*. México: Manual Moderno.
- Riso, W. (2009). *Terapia cognitiva. Fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. España: Paidós. ISBN: 9788449321955
- Varela, J. (2008). *Conceptos básicos del interconductismo*. Universidad de Guadalajara.