

GUÍA DOCENTE

TERAPIAS DE TERCERA GENERACIÓN

**Máster Universitario en Psicología
General Sanitaria
C.U. Cardenal Cisneros
Universidad de Alcalá**

Curso Académico 2020/21
2º curso – 1º cuatrimestre

GUÍA DOCENTE

Nombre de la asignatura:	Terapias de Tercera Generación
Código:	202619
Titulación en la que se imparte:	Máster en Psicología General Sanitaria
Departamento y Área de Conocimiento:	Psicología Clínica y de la Salud
Carácter:	Formación Optativa
Créditos ECTS:	3
Curso y cuatrimestre:	2º curso, 1º Cuatrimestre
Profesorado:	Dra. Bárbara Gil-Luciano
Horario de Tutoría:	Con cita previa, los días de clase, media hora antes de su comienzo, y virtualmente a demanda.
Número de despacho	Despacho de tutorías del CUCC
Correo electrónico	Correo interno de la Comunidad Virtual CUCC
Idioma en el que se imparte:	Castellano

1. PRESENTACIÓN

En las dos últimas décadas, las terapias de tercera generación, o terapias contextuales, se están abriendo paso como vanguardia de las intervenciones psicológicas empíricamente validadas. La relativamente moderna teoría funcional de la cognición Teoría del Marco Relacional (TMR; Hayes, Barnes-Holmes y Roche, 2001), y su aplicación en el campo clínico de la psicopatología e intervención psicológica, han conformado un giro y avance en el abordaje de la psicología clínica que cada vez acumula mayor evidencia empírica. El auge de la terapia de tercera generación o terapia contextual queda recogido, fundamentalmente, en la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT; Hayes, Stroschal y Wilson, 1999), siendo, a día de hoy, la más validada empíricamente para un amplísimo abanico de psicopatología. El modelo contextual ha ido dando respuesta a muchas preguntas y dificultades encontradas a lo largo de anteriores generaciones de intervención psicológica, siendo las aportaciones más relevantes (1) el giro en la perspectiva del papel (y abordaje) de la expresión del sufrimiento humano (pensamientos, sensaciones y emociones problemáticas) y (2) el trabajo en la dirección a valores, o reforzadores de valor más relevantes para el paciente, como motor crucial para el cambio clínico. La terapia contextual proporciona una visión funcional de los pilares de la psicopatología e intervención psicológica centrándose en alterar los patrones de inflexibilidad psicológica que limitan profundamente al individuo y que dan lugar, sostenidos y acrecentados, a los trastornos psicológicos. La asignatura abordará un conocimiento teórico-práctico desde la filosofía de partida del modelo contextual hasta las estrategias y herramientas clínicas fundamentales que componen la terapia contextual o de tercera generación.

Prerrequisitos y Recomendaciones

- La asistencia a clase es obligatoria y será registrada diariamente.
- El éxito en la asignatura requiere la realización de un trabajo constante a lo largo del curso.
- Es importante que el estudiante tenga un buen manejo de las bases de datos electrónicas para búsquedas bibliográficas, y de navegación a través de Internet.

Medidas de docencia virtuales en caso de confinamiento

Como consecuencia del proceso de desescalada del confinamiento provocado por la crisis del COVID-19, y si las autoridades sanitarias consideraran necesario mantener la suspensión de la docencia presencial, esta se desarrollaría *online*, mediante el uso de la herramienta *Teams* para videoconferencias, hasta que se levantara dicha suspensión. En ese momento se volvería a la modalidad presencial.

2. COMPETENCIAS

Según la normativa de evaluación de los aprendizajes de la Universidad de Alcalá, aprobada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 24 de marzo de 2011 y modificada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 5 de mayo de 2016 y de 25 de julio de 2019, las competencias son el conjunto de conocimientos, capacidades, aptitudes, habilidades, actitudes y destrezas que capacitarán a un titulado para afrontar con garantías la resolución de problemas o la intervención en un asunto en un contexto académico, profesional o social determinado.

La Orden ECD/1070/2013, de 12 de junio, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales de Máster en Psicología General Sanitaria, desarrolla el apartado 3 del Anexo I del Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales, y enumera las competencias básicas y específicas que el estudiante deberá desarrollar a lo largo del Máster. A continuación, se señalan las competencias que el estudiante deberá desarrollar, concretamente, en esta asignatura.

Competencias básicas o generales:

CG1. Adquirir los conocimientos y las competencias necesarias para la realización de investigaciones, evaluaciones e intervenciones psicológicas sobre aquellos aspectos del comportamiento y la actividad de las personas que influyen en la promoción y mejora de su estado general de salud, siempre que dichas actividades no requieran una atención especializada por parte de otros profesionales sanitarios.

CB1. Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.

CB2. Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.

CB3. Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.

CB4. Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.

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.

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.

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.

CE06. Redactar informes psicológicos de forma adecuada a los destinatarios.

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.

CE09. Desarrollar su trabajo desde la perspectiva de la calidad y la mejora continua, con la capacidad autocrítica necesaria para un desempeño profesional responsable.

CE12. Conocer en profundidad la naturaleza psicológica del comportamiento humano, así como los factores sociales y biológicos que pueden afectarlo.

CE14. Conocer en profundidad los factores psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad.

CE15. Conocer en profundidad los factores biológicos y psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad, especialmente los relacionados con la salud mental.

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 los factores psicológicos asociados con los problemas de salud.

CE17. Planificar, realizar y, en su caso, supervisar el proceso de evaluación psicológica del comportamiento humano y de los factores psicológicos asociados con los problemas de salud para establecer la evaluación de los mismos.

CE18. Diseñar, desarrollar y en su caso supervisar y evaluar los planes y programas de intervención psicológica, en función de la evaluación psicológica y de las variables individuales y sociales concurrentes en cada caso.

CE21. Realizar actividades de promoción y de educación para la salud psicológica individual y comunitaria.

3. CONTENIDOS

Bloques y temas	Nº de horas presenciales
I. Bases de la terapia de tercera generación o contextual: <ol style="list-style-type: none"> 1. Condición humana, cultura y los trastornos psicológicos. 2. El modelo contextual desde la teoría del marco relacional 3. Terapias de 3ª generación o contextuales: ACT, FAP, DBT, etc. 	5
II. Estrategias clínicas de la terapia contextual: <ol style="list-style-type: none"> 4. Marco general de las estrategias centrales 5. Análisis Funcional del caso 6. Defusión. Similitudes y diferencias con “mindfulness” desde la evidencia empírica 7. El trabajo en valores como motor del cambio clínico 	5
III: La terapia contextual en el espectro de psicopatología: <ol style="list-style-type: none"> 8. Intervención en trastornos de ansiedad 9. Intervención en trastornos del estado de ánimo y depresión 10. Intervención en conducta alimentaria, TOC y otros. 	14

4. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE. ACTIVIDADES FORMATIVAS

4.1. Distribución de créditos

Esta asignatura consta de 24 horas de clases presenciales (1/3 de la asignación de créditos ECTS, 100% de presencialidad) y 51 horas de trabajo autónomo (2/3 de la asignación de créditos ECTS, 0% de presencialidad).

ACTIVIDADES FORMATIVAS

- Clases teóricas: 7 horas. 100% presencialidad obligatoria.
- Clases prácticas: 17 horas. 100% presencialidad obligatoria.
- Lectura y análisis de artículos y libros científicos: 31 horas. 0% presencialidad
- Actividades de estudio: 20 horas. 0%presencialidad

4.2. Estrategias metodológicas, materiales y recursos didácticos

Estrategias metodológicas para el trabajo en esta asignatura:

- Método expositivo/clase magistral
- Estudio y discusión de casos
- *Feedback* en el aula
- Visionado de vídeos
- Trabajo en equipo
- Búsqueda, estudio y análisis bibliográfico

Materiales y recursos didácticos generales:

- Guía del Estudiante: al principio del curso la Dirección del Máster proporcionará a los estudiantes una guía con las indicaciones más importantes a tener en cuenta en relación con las distintas asignaturas y otros temas. Es obligatoria la lectura detenida de dicha guía.
- Comunidad virtual del CUCC: será la herramienta para acceder a los materiales didácticos, subir las actividades y acceder a su evaluación y calificación. Para que el estudiante se familiarice con el manejo de dicha comunidad virtual, se le proporcionará formación presencial al principio del curso, además de pautas escritas en la Guía del Estudiante.
- Correo interno de la comunidad virtual del CUCC. Esta será la vía de comunicación con el estudiante, por lo que es obligatorio su uso.

5. EVALUACIÓN:

Criterios de evaluación, de calificación y procedimientos de evaluación

La normativa de evaluación de los aprendizajes de la Universidad de Alcalá (aprobada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 24 de marzo de 2011 y modificada en sesión ordinaria de Consejo de Gobierno de 5 de mayo de 2016 y de 25 de julio de 2019) define los siguientes elementos:

- Resultados de aprendizaje: son declaraciones verificables de lo que un estudiante debe saber, comprender y ser capaz de hacer tras obtener una calificación concreta, o tras culminar un programa o sus componentes.
- Criterios de evaluación: son los criterios que especifican las dimensiones y cuestiones que serán valoradas en el aprendizaje.
- Criterios de calificación: distribución de la calificación según ponderación de los criterios de evaluación, nivel de dominio de competencias o resultados esperados.

A continuación, se señalan todos los citados elementos para esta asignatura.

Resultados de aprendizaje

Los resultados de aprendizaje de esta asignatura son los siguientes:

- El estudiante es capaz de analizar en profundidad una temática concreta dentro del ámbito de estudio.
- Es capaz de diseñar y aplicar un programa de intervención personalizado a la problemática que presenta el paciente y su contexto familiar, laboral y social.
- Conoce las terapias más eficaces, incluyendo la intervención interdisciplinar.
- Conoce los problemas asociados a distintas psicopatologías, con el fin de maximizar la eficacia de la intervención psicológica.
- Planifica el seguimiento de las intervenciones realizadas en cada caso.
- Maneja con habilidad las fuentes bibliográficas determinadas para el estudio de cada psicopatología.

Criterios de evaluación

Los resultados de aprendizaje se traducen en los siguientes criterios de evaluación, que servirán para valorar el grado de desarrollo de las competencias asociadas a esta asignatura:

- Analiza el fundamento filosófico en el que está basada la tercera generación de terapias psicológicas.
- Analiza el fundamento científico que sostiene las estrategias y herramientas clínicas de la terapia contextual o de tercera generación.
- Planifica y desarrolla una intervención psicológica, estableciendo objetivos pertinentes, realistas y revisables a lo largo de la intervención en función de las características particulares del caso.
- Demuestra con suficiencia cuáles son los procedimientos y mecanismos de cambio clínico necesarios de la intervención.
- Maneja con suficiencia las estrategias centrales de la terapia contextual.
- Discrimina los elementos diferenciadores y similares entre las tres generaciones de terapia psicológica, haciendo un uso crítico de las técnicas pertinentes.

Procedimiento de evaluación y criterios de calificación

El sistema de evaluación a seguir está basado en la *Normativa reguladora de los procesos de evaluación de aprendizajes de la Universidad de Alcalá*. Esta normativa establece, entre otras, las siguientes pautas:

1. Convocatorias

Esta asignatura tiene dos convocatorias: una ordinaria y una extraordinaria.

1.1. La convocatoria ordinaria será en enero y la extraordinaria en junio.

1.2. La convocatoria extraordinaria está prevista para:

- a) los estudiantes que hayan cumplido los criterios de evaluación continua (en cuanto a entrega de actividades y asistencia a clases) pero después no se presenten a, o suspendan, el examen de la convocatoria ordinaria. En este caso se tendrán en cuenta los resultados de la convocatoria ordinaria que hubieran obtenido la calificación mínima requerida, debiendo el estudiante someterse nuevamente a las pruebas de evaluación en que hubiera resultado suspenso.
- b) los estudiantes que no hayan cumplido los criterios de la evaluación continua y no se hayan podido presentar al examen (ver apartado 2.4.).

2. Modalidades de evaluación

2.1. Todo el proceso de evaluación estará inspirado en la evaluación continua del estudiante. El tipo, características y modalidad de los instrumentos y estrategias que forman parte del proceso de evaluación, así como la ponderación entre los mismos, deben estar basados en la evaluación continua del estudiante. Se define *evaluación continua* como el sistema de evaluación que incluye la valoración del desarrollo de las competencias (adquisición de conocimientos teóricos y prácticos, capacidades, destrezas, aptitudes, habilidades, actitudes) durante todo el proceso de aprendizaje de la asignatura. El proceso de evaluación continua utiliza diferentes estrategias y recoge evidencias que guardan relación con todo el proceso de enseñanza-aprendizaje durante la impartición de la asignatura. Ello no obsta a que se puedan recoger evidencias de una prueba final: examen, trabajo o proyecto.

2.2. En virtud de la Orden ECD 1070/2013, que establece que “la enseñanza ha de ser presencial en al menos el 80% de los créditos teóricos del Máster”, ambas convocatorias se desarrollarán bajo la modalidad de evaluación continua, no existiendo la modalidad de evaluación final.

2.3. Requisitos para superar la evaluación continua:

- Entregar como mínimo el 75% de las actividades encomendadas, mediante el procedimiento de entrega y en la fecha que el profesor especifique en cada caso.
 - Siempre que el estudiante falte a clase y/o no entregue la actividad correspondiente deberá ser por una causa justificada (enfermedad con justificante médico, accidente, problema familiar grave, etc.). En cualquier caso, la justificación de la falta le permitirá no perder el derecho a la evaluación continua, pero no implica necesariamente la posibilidad de recuperar la actividad, ya que esto no siempre es posible (por ejemplo, en debates o discusiones orales, actividades grupales realizadas *in situ*, *role-plays*, etc.).
- 2.4. Si el estudiante no cumple estos requisitos, no podrá presentarse al examen y aparecerá en el acta con la calificación de No Presentado (conforme al artículo 9.5. de la normativa de evaluación de la UAH). En este caso, deberá presentarse en la convocatoria extraordinaria, donde se le informará sobre el plan de trabajo para poder superar la asignatura, siempre que sea posible.
- 2.5. El profesor de la asignatura informará al estudiante con la debida antelación sobre el cumplimiento de los requisitos de la modalidad de evaluación continua y sobre su posibilidad de presentarse al examen.

3. Herramientas de evaluación

- 3.1. Los distintos criterios de evaluación serán evaluados mediante distintas herramientas o pruebas de evaluación (que aparecen señaladas en la tabla, junto a sus correspondientes pesos relativos en la evaluación).
- 3.2. Para poder demostrar el adecuado desarrollo de las distintas competencias asociadas a la asignatura, es necesario que el estudiante realice y supere con éxito todas las pruebas de evaluación, con al menos una puntuación del 50% en cada una de ellas.

Herramientas	Actividades de clase	Participación en las clases	Examen escrito	%
Criterios de evaluación				
Analiza el fundamento filosófico en el que está basada la tercera generación de terapias psicológicas.			X	5%
Analiza el fundamento científico que sostiene las estrategias y herramientas clínicas de la terapia contextual o de tercera generación.			X	10%
Planifica y desarrolla una intervención psicológica del caso, estableciendo objetivos pertinentes, realistas y revisables a lo largo de la intervención en función de las características del caso.	X	X	X	25%
Demuestra con suficiencia cuáles son los procedimientos y mecanismos de cambio clínico necesarios de la intervención.	X	X	X	15%
Maneja con suficiencia las estrategias centrales de la terapia contextual.		X	X	30%
Discrimina los elementos diferenciadores y similares entre las tres generaciones de terapia psicológica, haciendo un uso crítico de las técnicas pertinentes.	X		X	15%
Porcentaje	35%	5%	60%	100%

4. Para más aclaraciones sobre la normativa de evaluación puede consultarse la sección de Normativa sobre Evaluación de la página web de la UAH.

6. BIBLIOGRAFÍA

American Psychiatric Association (2013). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales. DSM-5. Editorial Médica Panamericana.

American Psychological Association (APA). *Publication Manual of the American Psychological Association* (7ª ed.). Amer Psychological ASSN.

Bibliografía básica para la asignatura:

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., y Wilson, K. G. (2014). *Terapia de Aceptación y Compromiso. Proceso y práctica del cambio consciente*. Desclée de Brouwer, D.L.

Hayes, S. C., y Hofmann, S. G. (2018). *Process-based CBT. The Science and Core Clinical Competencies of Cognitive Behavioral Therapy*. Context Press: New Harbinger.

Kohlenberg, R. J., y Tsai, M. (2004). *Terapia Analítico-Funcional. Creación de relación terapéutica intensa y curativa*. Ciencia Biomédica.

Skinner, B. F. (1971). *Más allá de la libertad y la dignidad*. Editorial Fontanella.

Bibliografía básica que estará disponible en la Comunidad Virtual:

Dougher, M. J., y Hayes, S. C. (2000). Clinical Behavior Analysis. En Dougher, M. J. (Ed.), *Clinical Behavior Analysis*. Context Press.

Luciano, C., y Hayes, S. C. (2001). Trastorno de evitación experiencial. *Revista internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 1, 109-157.

Luciano, C. (2016). Evolución de ACT. *Análisis y Modificación de Conducta*, 42 (165-166),3-14.

Luciano, C., Ruiz, F.J., Gil-Luciano, B., y Ruiz, J. (2016). Dificultades y barreras del terapeuta en el aprendizaje de la terapia de aceptación y compromiso (ACT). *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 16, 357-373.

Törneke, N., Luciano, C., Barnes-Holmes, Y., y Bond, F. (2016). Core strategies in psychological treatment: An RFT perspective. En Hayes, Barnes-Holmes, Zettle, & Biglan (Eds.), *Handbook of Contextual Behavioral Science*. New Harbinger.

Törneke, N. (2016). *Aprendiendo TMR: Una introducción a la Teoría del Marco Relacional y sus Aplicaciones Clínicas*. MICPSY publicaciones.

Wilson, K., y Luciano, C. (2002). *Terapia de aceptación y compromiso (ACT). Un tratamiento conductual orientado a los valores*. Pirámide.

Bibliografía complementaria que estará disponible en la Comunidad Virtual:

Gil-Luciano, B., Hurtado, T. C., Tovar, D., Sánchez, B. S., y Ruiz, F. J. (2019). *How are triggers for repetitive negative thinking organized? A relational frame analysis*. *Psicothema*, 31(1), 53-59.

Gil-Luciano, B., Ruiz, F. J., Valdivia, S., y Suárez-Falcón, J. C. (2016). Promoting psychological flexibility on Tolerance Tasks: Framing behavior through deictic/hierarchical relations and specifying augmental functions *The Psychological Record*.

Gutiérrez, O., Luciano, C., y Visdómine, C. (2012). ACT y TOC: integrando las técnicas de ACT y de la exposición en un caso. En: Páez M., Gutiérrez O., (Eds), *Múltiples aplicaciones de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)*. Pirámide.

Luciano, M. C., y Valdivia, M. S. (2012). Nuevas perspectivas en el tratamiento de los trastornos de la personalidad. En Vallejo, M.A. (Ed), *Manual de Terapias de Conducta, tomo II* (pp. 855-930). Dykinson.