

## 1. Datos Generales de la Unidad de Aprendizaje

Nombre de la Unidad de Aprendizaje	Clave	Semestre	Academia a la que pertenece
Técnicas cognitivo conductuales	224641	8	Cognitivo-Conductual

Carácter	Tipo
Optativa	Teórico práctico

Unidades de Aprendizaje antecedentes	Unidades de Aprendizaje consecuentes
Fundamentos del enfoque conductual	Psicología de la Salud
Entrevista psicológica	

Horas teóricas	Horas prácticas	Total de horas por semana	Semanas por semestre	Total de horas por semestre	Semanas efectivas de clase	Total de horas efectivas de clase	Valor en créditos
2	2	4	22	88	16	64	5.6

Autores del programa		Fecha de elaboración		Fecha de aprobación en Consejo Técnico
Roberto Oropeza Tena		Marzo/2010		Abril/2010
Revisores del programa		Fecha de revisión	Porcentaje de cambio	Fecha de aprobación en Consejo Técnico
Victoria González Ramírez Adriana Patricia González Zepeda		Marzo/2014	85% *(ver nota)	

Comentario [WU1]: No encontramos la nota no hay nada en este documento

## 2. Perfil académico del docente

<b>Grado académico:</b>	Licenciatura en psicología.
<b>Experiencia mínima requerida:</b>	Contar con experiencia en el tratamiento Cognitivo Conductual de alteraciones emocionales y de conducta.

### 3. Presentación de la Unidad de Aprendizaje

#### **Contextualización de la Unidad de Aprendizaje:**

Las Técnicas Cognitivo Conductuales, hacen referencia a un grupo de técnicas utilizadas con el objeto de modificar la conducta a partir de un modelo teórico donde se consideran los esquemas cognitivos elementos clave en la génesis y mantenimiento de la conducta. Las técnicas cognitivo conductuales se organizan en un modelo clínico más amplio denominado Terapia Cognitivo Conductual.

Es fundamental para el estudioso de la Psicología, conocer los procesos de intervención clínica cognitivo conductual, pues además se ha demostrado ampliamente la pertinencia y eficacia de los entrenamientos CC en el tratamiento de trastornos de ánimo, de ansiedad y conductuales.

Conviene aclarar que bajo el rubro cognitivo conductual, se pueden identificar dos subgrupos; el primero de ellos estaría conformado por aquellos teóricos con sólida formación en conductismo fundamentando sus estrategias en evidencia generada en condiciones experimentales, que integran en su teoría las variables mediacionales, estando entre sus principales representantes Clark Hull, Edward Tolman y Albert Bandura. El segundo grupo, estaría conformado por teóricos con sólida experiencia en la práctica clínica, con la convicción de que el factor regulador de la conducta patológica son de naturaleza cognitiva (creencias, ideas, atribuciones), dentro de los cuales se contemplan a Aaron Beck y Albert Ellis.

Dado que en otras unidades de aprendizaje se revisan las aportaciones del conductismo al tratamiento de las alteraciones de conducta, el presente curso está orientado a considerar exclusivamente a éste segundo grupo.

#### **Propuesta didáctico-metodológica:**

Se llevarán a cabo sesiones de dos horas con actividades que incluyen exposición teórica por parte del profesor o profesora de los elementos conceptuales básicos planteados por las teorías cognitivas; también incluye: lectura, análisis y discusión grupal de textos fundamentales de los autores revisados en la Unidad de Aprendizaje.

Una vez abordados los elementos teóricos, se harán ejercicios de aplicación de las diversas técnicas revisadas, primero en los propios estudiantes para posteriormente tomar un caso clínico y aplicar las técnicas cognitivo conductuales que el caso justifique y se evaluarán los alcances y limitaciones de las intervenciones y estrategias utilizadas.

--

#### 4. Competencias a desarrollar

<b>Eje curricular</b>
Práctico-Profesional
<b>Competencia genérica:</b>
Contextual-Integrativa
<b>Competencia disciplinar:</b>
Explica la problemática conductual o afectiva desde la perspectiva cognitivo conductual y aplica técnicas dirigidas a la modificación de creencias irracionales o distorsionadas y con ello modificar el estado emocional y la conducta.

## 5. Temas y subtemas

Temas		Subtemas
1	Introducción	1.1 Revisión de los antecedentes históricos de la propuesta cognitivo conductual. 1.2 Fundamentos teóricos y conceptuales.
2	Terapia Racional Emotiva de Albert Ellis	2.1 Propuesta de Terapia Racional Emotiva de Albert Ellis 2.2 Encuadre teórico 2.3 ABC de la TRE 2.4 Proceso de Intervención en TRE 2.5 Técnicas cognitivo conductuales según la TRE
3	Terapia Cognitivo Conductual de Aaron Beck	3.1 Propuesta de Terapia Cognitivo Conductual de Aaron Beck 3.2 Encuadre teórico 3.3 Pensamientos automáticos y Distorsiones cognitivas 3.4 Proceso de intervención en TCC 3.5 Técnicas cognitivo conductuales según la Terapia Cognitivo conductual
4	Aportaciones de otros cognitivos	4.1 Arthur Nezu y el enfoque en resolución de problemas 4.2 Donald Meichenbaum y su entrenamiento en Autoinstrucciones e Inoculación del estrés.
5	Actualidad de la TCC y sus técnicas	5.1 Aplicación de las TCC 5.2 Actualidad de la TCC 5.3 Alcances y limitaciones de las técnicas cognitivo-conductuales

## 6. Criterios de evaluación.

La evaluación de los alumnos se realizará teniendo en cuenta varios criterios:

1. El primer criterio de evaluación serán dos exámenes parciales de los elementos teóricos revisados.
2. El segundo criterio de evaluación contempla una carpeta de evidencias que integre los documentos generados durante el curso.
3. El tercer criterio será la presentación de un caso clínico con la aplicación de algunas de las técnicas revisadas.

A continuación se presentan los porcentajes de evaluación:

CRITERIOS A EVALUAR	PORCENTAJE
Dos exámenes parciales	50%
Carpeta de evidencias	25%
Caso clínico	25%
<b>Porcentaje final</b>	100%

## 7. Fuentes de información.

### Básica:

Libros

Ellis, A. (1981) Manual de terapia racional-emotiva. Bilbao. Desclée de Brouwer. ISBN 8433005871

Ellis, A. (1989). Práctica de la terapia racional-emotiva. Bilbao. Desclée de Brouwer. ISBN8433007858

A. Beck. (2005). Terapia Cognitiva de la Depresión. España, Desclée de Brouwer. ISBN 9788433006266  
Nezú, A., Nezú, Ch y Lombardo. E. (2006). Formulación de casos y diseño cognitivo-conductual. México. Manual Moderno. ISBN 9789707292352.

**Complementaria:**

Libros:

Beck, A. (1995). Terapia cognitiva de los trastornos de personalidad. España. Paidós. ISBN 8449300908  
Beck, J. (2002). Terapia Cognitiva. Argentina. Gedisa. ISBN 9788474327359  
Meichenbaum, D. (1987). Manual de Inoculación de estrés. España. Martínez Roca. ISBN: 978842011526