



**CONTENIDO**

UNED SENIOR. CURSO 2021-22: .....

ASIGNATURA: PSICOLOGIA CLINICA Y PSICOTERAPIA 2 (AVANZADO)

PRESENTACIÓN .....

OBJETIVOS .....

METODOLOGÍA .....

CONTENIDOS .....

PROGRAMA .....

## CONTENIDO

### UNED SENIOR

**CURSO: Curso 2021-2022**

#### ASIGNATURA:

#### **PSICOLOGIA CLINICA Y LA PSICOTERAPIA 2 (AVANZADO)**

#### PRESENTACION

En esta asignatura profundizaremos en el estudio de la psicología clínica o psicoterapia como disciplina científico-profesional responsable de los tratamientos psicológicos, así como en el análisis de los tratamientos más actuales basados en la evidencia científica.

Es importante también reflexionar y saber cuándo es necesario y adecuado ir al psicólogo, es decir, que es normal y que puede ser patológico o clínicamente significativo, porque a veces la línea que separa ambos es muy fina, de hecho, en la actualidad estamos viviendo una “patologización” de los malestares normales de la vida, perseguimos el bienestar y el placer a toda costa, sin aceptar las dificultades y el sufrimiento inherentes e inevitables en la vida, lo que produce paradójicamente muchas veces un aumento del malestar y el displacer.

Describir los síntomas principales que conforman los distintos trastornos mentales, según el DSM -5 (Manual Diagnóstico Unificado internacional de la Asociación Americana de Psiquiatría - APP). Si bien la etiqueta diagnóstica es muchas veces un reductor de la complejidad y unicidad humana, es decir cada persona con su historia de vida, sus problemas psicológicos y sus síntomas es única.

Conocer los tratamientos psicológicos más eficaces, basados en la evidencia científica, y las estrategias más adecuadas para tratarlos según la investigación empírica actual. Cuando uno toma un medicamento confía en que su eficacia haya sido sometida científicamente a prueba. Al igual que cualquier fármaco, un tratamiento psicológico debe pasar unas pruebas y controles científicos para saber si es más eficaz que no hacer nada o que utilizar otro tratamiento que en principio es menos o nada eficaz.

El empleo de psicofármacos, prescritos por un médico de atención primaria o un psiquiatra, no es parte del tratamiento psicológico, aunque pueden combinarse ambos tipos de terapia, psicológica y farmacológica, cuando se considera oportuno, de hecho es muy común.

**Nota: No es un requisito necesario haber cursado la asignatura PSICOLOGIA CLINICA Y PSICOTERAPIA 1 (INTRODUCCIÓN) para cursar la 2 (AVANZADO), puesto que no son necesarios conocimientos previos, las dos asignaturas son independientes aunque complementarias, es decir dan una visión global de la Psicología Clínica y la Psicoterapia en la actualidad, como una disciplina científica aplicada al conocimiento y el bienestar de las personas.**

## OBJETIVOS

Como objetivo general se pretende que el alumno conozca las características propias de la psicología clínica como una disciplina científica y profesional, es decir como una ciencia aplicada para el tratamiento del sufrimiento y el malestar psicológico. Conociendo las diferencias entre la normalidad y la patología, así como los tratamientos más actuales, con validez científica, aplicados a las distintas enfermedades mentales y las principales herramientas propias de la terapia psicológica.

-Promover un aprendizaje significativo del alumno y poder aplicar los conocimientos del curso a nuestra vida cotidiana, para la mejora de nuestra calidad de vida, de nuestro bienestar y el de las personas de nuestro entorno.

Como **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**:

-Conocer la clasificación clínica internacional (DSM V) y describir los síntomas más relevantes de los diferentes problemas psicológicos y trastornos mentales.

-Conocer el tratamiento psicológico actual más eficaz, avalado científicamente, para cada uno de los problemas psicológicos y trastornos mentales.

-Mostrar las diferentes técnicas y métodos de evaluación, cuestionarios y test psicológicos, que habitualmente se utilizan para poder evaluar los diferentes problemas psicológicos y diagnosticar los trastornos mentales.

-Exponer brevemente las características de la farmacología básica para los problemas psicológicos más comunes: ansiedad (ansiolíticos), bajo ánimo (depresión leve o moderada - antidepresivos) y problemas de sueño (hipnóticos).

## METODOLOGIA

Se pretende fomentar un aprendizaje significativo para el alumno, es decir, que pueda ser de su interés para poder aplicarlo en los aspectos de su vida cotidiana que considere oportunos. Los contenidos de la asignatura lo favorecen, vamos a conocer aquello que nos conforma como personas, porque “somos psicología”. Somos seres humanos con una historia personal de vida que ha conformado nuestro carácter o personalidad, nuestra “psicología” individual y única.

Fomentando en clase en todo momento la participación de los alumnos, la reflexión y el espíritu crítico; posibilitando así que se generen nuevas cuestiones que puedan guiar el desarrollo de la clase hacia aquellos terrenos que sean de más interés para los alumnos en cada momento.

Los temas se presentarán a los alumnos mediante exposiciones orales por parte del profesor, con el apoyo de presentaciones en Power Point para facilitar la explicación, entregándoles siempre un resumen de los contenidos, con el fin de que no necesiten tomar apuntes y puedan atender y participar,

haciendo preguntas o expresando su opinión. Se utilizarán también extractos de textos o noticias actuales, artículos, vídeos... que sean de interés en cada momento, trabajando con ellos en clase.

Se fomentará en todo momento que el aprendizaje no sea puramente memorístico, sino basado en el estudio de ejemplos prácticos sobre cada uno de los conceptos que se presenten. Realizándose, siempre que sea posible, ejercicios de tipo práctico en el aula, que permitan vivenciar los contenidos expuestos en la teoría.

Los alumnos también podrán participar trayendo materiales de interés, en relación a la asignatura, que quieran compartir y comentar en clase. En definitiva, se pretende aprovechar la sinergia del grupo para aprehender, asimilar sus contenidos y buscar su utilidad práctica, de una forma dinámica y participativa que motive al alumno.

## CONTENIDOS

Se presentarán los distintos problemas psicológicos y trastornos mentales, según la clasificación clínica internacional (DSMV), describiendo sus síntomas más característicos y el tratamiento psicológico más adecuado, basado en la actual evidencia científica.

Se explicaran las pruebas y test psicológicos más habituales, así como aspectos básicos de psicofarmacología aplicada a los problemas psicológicos más comunes: ansiedad, depresión o bajo ánimo y problemas de sueño.

### Temario Asignatura: PSICOLOGIA CLINICA Y LA PSICOTERAPIA 2 (AVANZADO)

#### **1.- EL MODELO EXPLICATIVO DEL PROBLEMA PSICOLOGICO DEL PACIENTE COMO MARCO DE REFERENCIA CONCEPTUAL Y METODOLOGICO EN LA TERAPIA PSICOLOGICA:**

Reflexionar sobre la necesidad, para hacer un diagnóstico fiable de un problema psicológico, de realizar un análisis preciso e individual en el marco terapéutico adecuado. La psicología es una disciplina científica con rigor metodológico, el psicólogo clínico desarrolla un modelo explicativo para el paciente, donde se analiza el origen del problema, lo que lo está manteniendo en la actualidad, así como los objetivos terapéuticos a trabajar en la terapia.

#### **2.- CAMBIO EN LUGAR DE CURACIÓN: ¿Qué ME PASA? ¿SON LOS PROBLEMAS PSICOLOGICOS ENFERMEDADES MENTALES? EL MIEDO A LA LOCURA.** La psicología nos fascina y nos preocupa al mismo tiempo.

Las personas necesitan poner un nombre a lo que les está ocurriendo, saber que no es el único al que le sucede y, sobre todo, descartar que signifique que se está volviendo loco. Reflexión sobre los problemas psicológicos más frecuentes y su relación con la locura y la cotidianidad desde la perspectiva de la psicología científica actual.

### **3.-LOS FACTORES BÁSICOS DE LA PERSONALIDAD (Cattell y Eysenck): DEL RASGO AL TRANSTORNO:**

- El modelo de los Cinco Grandes de Cattell y Eysenck propone la existencia de cinco factores básicos de personalidad que supuestamente tendrían validez universal. Es un modelo orientado al descubrimiento de los elementos que configuran la personalidad, y al desarrollo de pruebas para poder valorar estos elementos o rasgos.

- Los factores de personalidad son como una pieza que conforma nuestra manera de ver el mundo y de comportarnos en la sociedad. El test de personalidad de 16 factores de Cattell tiene como objetivo principal describir las distintas personalidades de la población mediante un análisis factorial.

-¿Qué es un rasgo? Entendemos los rasgos como dimensiones o tendencias de respuesta predominantemente estables a lo largo tiempo (aunque no estáticas ni inmodificables) y consistentes (aunque no inflexibles) en distintas situaciones de nuestra vida. Estos rasgos son los pilares de nuestra estructura de personalidad. Pero: ¿Qué hace falta para pasar de un rasgo “normal”, a un trastorno de personalidad concreto?.

### **4.- EL MODELO CONCEPTUAL DE LA RELACIONES PATOLOGICAS, CONFLICTIVAS Y DE CO-DEPENDENCIA EMOCIONAL: EL TRIANGULO DRAMATICO DE KARPMAN:**

-¿Por qué algunas relaciones son felices y armoniosas, mientras que otras, por el contrario, son tensas y portadoras de conflictos? ¿Por qué incluso la más dichosa de las relaciones a veces deviene en confusión y caos, o te deja enojado, furioso o con la sensación de no ser comprendido? ¿Por qué alguna gente saca lo mejor que hay en nosotros y otra, por el contrario, lo peor? Las respuestas las encontramos en el modelo del Triángulo Dramático.

-Según este modelo, en las relaciones conflictivas, de co-dependencia y de gran desgaste emocional podemos encontrar personas que asumen roles muy definidos: el rol de Perseguidores, de Víctimas o de Salvadores. Dicho modelo presenta un esquema de las interacciones humanas destructivas, las cuales tienen lugar cuando dos o más personas están en conflicto. La norma es que toda interacción disfuncional tiene lugar en torno a un triángulo dramático, son relaciones patológicas e inmaduras.

### **5.- MANUAL DSM-5 (American Psychiatric Association): CODIFICACION, CLASIFICACION INTERNACIONAL Y DIAGNOSTICO DE LOS TRANSTORNOS MENTALES. TRATAMIENTOS PSICOLOGICOS CON EVIDENCIA CIENTIFICA.**

-La “etiqueta” como reductor de complejidad de la unicidad y diversidad humana. ¿La in (conveniencia) de las etiquetas Psicopatológicas? Análisis y reflexión sobre la situación actual. Tratamientos psicológicos eficaces basados actualmente en la evidencia científica.

### **6.- DEFINICION Y TRATAMIENTOS PSICOLOGICOS EFICACES para los TRANSTORNOS DE ANSIEDAD:**

Personalidad Evitativa (Trastorno por Evitación Experiencial-TEE). Trastorno de pánico (con y sin agorafobia) y Trastorno de ansiedad generalizada (TAG). Fobia social y Fobias específicas. Trastorno por Estrés Postraumático y Trastorno Obsesivo-Compulsivo (TOC)

### **7.- DEFINICION Y TRATAMIENTOS PSICOLOGICOS EFICACES para la DEPRESION:**

Depresión leve o moderada y Depresión mayor grave. Depresión endógena vs Depresión reactiva

### **8.- DEFINICION Y TRATAMIENTOS PSICOLOGICOS para los TRANSTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA:**

Anorexia nerviosa y Bulimia nerviosa. Trastorno por atracón

### **9.-. DEFINICION Y TRATAMIENTOS PSICOLOGICOS para los TRANSTORNOS ADICTIVOS:**

Diferencia entre uso, abuso y adicción. Situación actual: Adicción al Tabaco, Alcohol y otras sustancias. Adicciones sin sustancia: Ludopatía. Adicción a las Nuevas Tecnologías (Internet, Videojuegos y Redes sociales)

### **10.- DEFINICION Y TRATAMIENTOS PSICOLOGICOS para los TRANSTORNOS PSICOSOMATICOS:**

Dolor crónico (Fibromialgia), dolor de cabeza, dolor de espalda,... Síndrome del intestino irritable (SII) y Enfermedad inflamatoria intestinal-Crohn (EII). Hipocondría

### **11.- DEFINICION Y TRATAMIENTOS PSICOLOGICOS para el TRANSTORNO MENTAL GRAVE:**

Psicosis y Esquizofrenia. Trastornos de la personalidad: Trastorno límite de la personalidad (TLP) y Trastorno Bipolar.

### **12.- HERRAMIENTAS TERAPEUTICAS APLICADAS en los diferentes PARADIGMAS CONCEPTUALES en PSICOTERAPIA:**

-Modelo Psicoanalítico: Interpretación de los sueños, Técnicas proyectivas,...

-Modelo Cognitivo-conductual: Tabla Auto-registro P-E-C (Pensamiento-Emoción-Conducta), Reestructuración cognitiva: Derechos personales, Análisis de Creencias irracionales, Desensibilización sistemática, Flecha descendente, “*Que pasaría si...*”

-Modelo Humanista-Proyectivo: Línea de vida, Caja de arena, Cartas Dixit (representación y mentalización), Cuentos y metáforas, Aforismos terapéuticos, Escritura terapéutica.

-Terapias cognitivo-conductuales de última generación (Siglo XXI): Mindfulness, Terapia aceptación y compromiso,..



**13.- PRUEBAS DIAGNOSTICAS Y TEST PSICOLOGICOS:**

-Historia clínica. Cuestionarios de síntomas. Test psicométricos. Test Proyectivos

**14.- PSICOFARMACOLOGIA BÁSICA:** ¿Existe una medicalización actual de los malestares normales de la vida?

- Ansiolíticos, Antidepresivos e Hipnóticos (inductores del sueño).