



SÍLABO

ASIGNATURA: PSICOTERAPIA COGNITIVA I **CÓDIGO:** BA0291

I. DATOS GENERALES

- | | | |
|------|-------------------------|---|
| 1.1 | Departamento Académico | : Psicología |
| 1.2 | Escuela Profesional | : Psicología |
| 1.3 | Carrera Profesional | : Psicología |
| 1.4 | Ciclo de estudios | : VIII |
| 1.5 | Créditos | : 03 |
| 1.6 | Duración | : 17 semanas |
| 1.7 | Horas semanales | : 04 |
| | 1.7.1 Horas de teoría | : 02 |
| | 1.7.2 Horas de práctica | : 02 |
| 1.8 | Plan de estudios | : Currículo de Psicología 2003 |
| 1.9 | Inicio de clases | : 26 de agosto del 2019 |
| 1.10 | Finalización de clases | : 10 de diciembre del 2019 |
| 1.11 | Requisito | : Teorías del aprendizaje |
| 1.12 | Docentes | : Lic. Orlando Del Rosario Pacherras
odelrosario@unfv.edu.pe
Espec. David Carlos Ventura
navalcarlosd@hotmail.com |
| 1.13 | Semestre Académico | : 2019-II |

I. SUMILLA:

Asignatura de nivel inicial indispensable para la intervención cognitiva, se analizan los problemas psicológicos a través de un punto de vista de los estudios cognitivos.

Se revisa la conceptualización explicativa del comportamiento y la evaluación de las conductas emocionalmente inadaptadas, teniendo en cuenta la identificación de los esquemas o creencias bases del usuario o consultante.

COMPETENCIA (S) DEL CURRÍCULO 2003, A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA:

1. Comprensión teórica
2. Diseño y aplicación de Técnicas

II. COMPETENCIA DE LA ASIGNATURA:

Desarrolla las conceptualizaciones teóricas de la terapia cognitiva, teniendo en cuenta el desarrollo histórico de la misma, el basamento teórico y los principales exponentes en los que se sustenta la tecnología cognitiva, logrando entender la convergencia entre la teoría de la conducta y la terapia conductual cognitiva. En base a ello conoce técnicas en la recolección de información, planeamiento de la evaluación e intervención terapéutica en el abordaje de casos psicológicos en base a los principios del modelo de la Terapia Cognitiva

III. CAPACIDADES

- **C1:**

Explica el proceso de desarrollo histórico filosófico de la terapia cognitiva así como su definición y principios, además de las implicancias teórico prácticas en el campo de la Terapia y la psicología clínica y de la salud.

- **C2:**

Describe técnicas terapéuticas del modelo de Aaron Beck y Albert Ellis, a partir del análisis de sus bases conceptuales; Explica la aplicación de la terapia cognitiva de la depresión de Beck

- **C3:**

Describe las técnicas terapéuticas más usadas del enfoque cognitivo-conductual aplicadas a los problemas psicológicos, a partir del análisis de sus bases conceptuales

IV. PROGRAMACIÓN DE CONTENIDOS

UNIDAD I						
DESARROLLO HISTORICO Y CONCEPTUAL DE LA TERAPIA COGNITIVA						
Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Raíces históricas – Epistémicas de la terapia cognitiva 2. La terapia cognitiva en la actualidad. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Discute e contenido del silabo, y del tema de la sesión. 2. Elabora un reporte de línea de tiempo sobre el desarrollo de la TC. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asiste puntualmente a clases. 2. Participa activamente. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dinámica de presentación. 2. Presentación del silabo. 3. Exposición dialogada por el docente. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dinámicas de grupo. 2. Exposición. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reporte de línea de tiempo.
2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terapia cognitiva Versus terapia tradicional. 2. Definiendo la terapia cognitiva – conductual 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Elabora un cuadro comparativo entre la terapia tradicional y la terapia cognitiva 		<ol style="list-style-type: none"> 1. Exposición participativa por el docente. 2. Lectura comentada. 3. Organizadores gráficos. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajo colaborativo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cuadro comparativo
3	<ol style="list-style-type: none"> 1. El Proceso terapéutico del modelo cognitivo 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Distingue la definición del Modelo 			<ol style="list-style-type: none"> 1. Exposición dialogada por el docente. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajo colaborativo

UNIDAD I

DESARROLLO HISTORICO Y CONCEPTUAL DE LA TERAPIA COGNITIVA

Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
	conductual	Cognitivo Conductual; a través de un organizador 2. gráfico		2. Organizadores gráficos.		
4	1. Principios y Diseño del tratamiento CC.	1. Enumera los principios y las fases del proceso terapéutico cognitivo a través de un reporte de lectura.	2. Asiste puntualme nte a clases. 3. Participa activament e.	1. Exposición dialogada por el docente. 2. Trabajo en equipo. 3. Exposición retroalimentada de los estudiantes.	1. Trabajo colaborativo.	1. Reporte de lectura.

Referencias

RUIZ F. M.A (2011). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales* Madrid: Descleé de Brouwer **Código: 616.8914/R8**
 CABALLO V.E (2011). *Manual de psicopatología y trastornos psicológicos*. Madrid: Pirámide **Código: 150.287/A7/2015**

UNIDAD II

MODELO TERAPEUTICO COGNITIVO CONDUCTUAL: AARON BECK Y ALBERT ELLIS

Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terapia Cognitiva de Beck. 2. Reestructuración cognitiva. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Analiza los principios de la terapia cognitiva de Beck. 	<ol style="list-style-type: none"> 2. Asiste puntualmente a clases. 3. Participa activamente. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Exposición dialogada por el docente. 2. Lectura comentada. 3. Trabajo en equipo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajo colaborativo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Señala los principios del modelo de Beck en un organizador gráfico.
6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Distorsiones cognitivas-pensamientos automáticos. 2. Terapia de reestructuración cognitiva. 	<ol style="list-style-type: none"> 2. Analiza las principales distorsiones cognitivas propuestos por la terapia cognitiva de Beck 			<ol style="list-style-type: none"> 1. Exposición dialogada por el docente. 2. Trabajo en equipo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajo colaborativo.

UNIDAD II

MODELO TERAPEUTICO COGNITIVO CONDUCTUAL: AARON BECK Y ALBERT ELLIS

Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terapia Racional Emotiva Conductual de Albert Ellis. 2. Concepto del ABC. 3. Creencias Irracionales Básicas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aplica el modelo del ABC e identifica las diez creencias Básicas propuestas por Ellis. 		<ol style="list-style-type: none"> 1. Exposición dialogada por el docente. 2. Trabajo en equipo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajo colaborativo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ubica los elementos del caso en el protocolo del ABC con un evento negativo vivenciado.
8	PRIMERA EVALUACION PARCIAL					
9	<ol style="list-style-type: none"> 1. Secuencia del tratamiento de la TREC 2. Técnicas para refutar Creencias irracionales. 3. Estilos de debate Socrático 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aplica cada una de las fases de la TREC para refutar las creencias irracionales básicas 	<ol style="list-style-type: none"> 3. Asiste puntualmente a clases. 4. Participa activamente. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Exposición dialogada por el docente. 2. Trabajo en equipo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajo colaborativo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica la técnica más apropiada para la fracturación de creencias irracionales.

UNIDAD II						
MODELO TERAPEUTICO COGNITIVO CONDUCTUAL: AARON BECK Y ALBERT ELLIS						
Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			

Referencias

Riso, Walter (2009). *Terapia cognitiva. Fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. Barcelona: Paidós

Código: 616.89142/R4

Ruiz F. M.A (2011). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales* Madrid: Descleé de Brouwer Código: 616.8914/R8

UNIDAD III						
TECNICAS TERAPEUTICAS COGNITIVO CONDUCTUALES MAS UTILIZADAS						
Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
10	1. Técnica de Relajación muscular. 2. Técnicas de	1. Aplica la relajación sistemática utilizando los	3. Asiste puntualmente a clases.	1. Exposición dialogada por el docente. 2. Trabajo en equipo.	1. Trabajo colaborativo.	1 Establece la secuencia a través del Role Playing, sus

UNIDAD II

MODELO TERAPEUTICO COGNITIVO CONDUCTUAL: AARON BECK Y ALBERT ELLIS

Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
	Relajación Imaginaria. 3. Protocolos de registro..	protocolos de registro pertinentes.	4. Participa activamente.			habilidades en la Relajación Muscular. Reporta el protocolo de Relajación.
11	1. Técnicas de desensibilización sistemática en vivo e imaginaria.	1. Aplica la desensibilización a una jerarquización de estímulos aversivos.		1. Exposición dialogada por el docente. 2. Trabajo en equipo	1. Estudio de caso	1. Utiliza la técnica de desensibilización, en un caso clínico propuesto por el alumno, cuya jerarquización ha sido diseñada previamente. Elaborando un reporte clínico.
12	1. Técnicas de solución de	1. Aplica la técnica de	3. Asiste puntualmente	1. Exposición dialogada por el docente	1. Estudio de caso	1. Utiliza la técnica de

UNIDAD II

MODELO TERAPEUTICO COGNITIVO CONDUCTUAL: AARON BECK Y ALBERT ELLIS

Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
	Problemas de A. Nezu. 2. Concepto Fases de la resolución de problemas 2. Aplicación del procedimiento	solución de problemas de acuerdo a cada fase del procedimiento.	a clases. 4. Participa activamente.	2. Trabajo en equipo		solución de problemas según el formato proporcionado en una situación problema que plantea de su vida cotidiana. Elaborando un reporte clínico.
13	1. El entrenamiento en auto instrucciones de Meichenbaum.	1. Aplica la técnica de las autoinstrucciones de Meichenbaum	2. Asiste puntualmente a clases. 3. Participa activamente.	1. Exposición dialogada por el docente. 2. Trabajo en equipo	1. Estudio de caso	1. Utiliza las técnicas de autoinstrucciones y de Meichenbaum, en un caso clínico. Plasmándolo en un reporte clínico.
14	1. Técnicas de auto control	1. Aplica la técnica de inoculación del estrés de		1. Exposición dialogada por el docente.	1. Estudio de caso	1. Utiliza las técnicas de autocontrol en

UNIDAD II
MODELO TERAPEUTICO COGNITIVO CONDUCTUAL: AARON BECK Y ALBERT ELLIS

Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
		Meichenbaum.		2. Trabajo en equipo		un caso clínico. Plasmándolo en un reporte clínico.
15	1. Estado Actual y futuro de la terapia cognitiva conductual	1. Analiza el estado actual y el futuro de la terapia cognitivo conductual		1. Exposición dialogada por el docente. 2. Lectura comentada 3. Trabajo en equipo	1. Trabajo colaborativo.	1. Debate sobre el futuro de la TCC. En base a un reporte de lectura.
16	EVALUACIÓN FINAL					

Referencias

Gavino Lázaro, A. (2006). *Guía de técnicas de terapia de conducta*. España: Pirámide

Lyddon, William j. (2002). *Terapias cognitivas con fundamento empírico. Aplicaciones actuales y futuras*. México: El Manual Moderno **616.89142/T3**

1

Nezu, Arthur m. (2006). *Formulación de casos y diseño de tratamientos cognitivo-conductuales. Un enfoque basado en problemas*. México: El Manual

UNIDAD II

MODELO TERAPEUTICO COGNITIVO CONDUCTUAL: AARON BECK Y ALBERT ELLIS

Semana/ Sesión	COMPONENTES			Actividades de Aprendizaje	Estrategias Didácticas	Productos
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
Moderno	616.89142/N3	3				

V. METODOLOGÍA

6.1. Estrategias centradas en el aprendizaje

- a. Dinámicas de grupo.
- b. Trabajo Colaborativo.
- c. Metaevaluación.

6.2. Estrategias centradas en la enseñanza

- a. Exposiciones.
- b. Modelamiento de conducta.

VI. RECURSOS PARA EL APRENDIZAJE

- 3.1. Proyector multimedia.
- 3.2. Acceso a internet.
- 3.3. Celulares Smart.
- 3.4. Pruebas psicológicas.
- 3.5. Formatos para registrar información psicológica.
- 3.6. Lecturas especializadas.

VII. EVALUACIÓN

Nº	CODIGO	NOMBRE DE LA EVALUACIÓN		PORCENTAJES
1	EP	Evaluación Parcial	Informes de evaluación psicológica.	30%
2	EF	Evaluación Final	Mapa conceptual.	30%
			Organizador visual.	
			Organizador visual.	
3	TA	Trabajos Académicos	Informe de caso clínico, siguiendo el modelo de la EC.	40%
TOTAL				100%

Calificación Final: $(EP \times 0.3) + (EF \times 0.3) + (TA \times 0.4)$

VIII. FUENTES DE INFORMACIÓN

Básica

Belloch, A., Cabedo, E., Carrió, C. (2011). *TOC. Obsesiones y compulsiones. Tratamiento cognitivo del trastorno obsesivo compulsivo*. Madrid: Alianza

Block, Stanley. (2013). *Cuaderno de trabajo para el tratamiento comportamental del trastorno del estrés postraumático (TEPT)*. Bilbao: Desclée de Brouwer

Código: 616.8521/B5

Caro Gabalda, Isabel (2012). *Manual teórico-práctico de psicoterapias cognitivas*. Bilbao: Desclée de Brouwer

Código: 2007616.8914/c17

Cayoun, Bruno A. (2013). *Terapia cognitivo-conductual con mindfulness integrado: principios y práctica*. Bilbao: Desclée de Brouwer **616.8914/C19**

Echeburúa O. E. (2002). *Avances en el tratamiento psicológico de los trastornos de ansiedad*. España: Pirámide

Freemann A. (1995). *Terapia cognitiva aplicada a la conducta suicida*. Bilbao: Desclée de Brouwer **616.8914/F73 1**

Froján, P. María. (2006). *Tratando. . . Depresión. Guía de actuación para el tratamiento psicológico*. España: Pirámide

Garay, Cristian J. (2016). *Terapia cognitivo-conductual y psicofarmacología*. Buenos Aires: Akadia **Código: 616.8914/G17**

Gavino Lázaro, A. (2006). *Guía de técnicas de terapia de conducta*. España: Pirámide

Kendall, Philip C. (2010). *Tratamiento cognitivo-conductual para trastornos de ansiedad en niños*. Buenos Aires: Akadia **Código: 616.8914/K3**

Lyddon, William J. (2002). *Terapias cognitivas con fundamento empírico. Aplicaciones actuales y futuras*. México: El Manual Moderno **616.89142/T3 1**

Martell, C.R., Sona D. (2013). *Activación conductual para la depresión: una guía clínica*. España: Desclée de Brouwer **Código: 616.895/M1**

Nezu, Arthur M. (2006). *Formulación de casos y diseño de tratamientos cognitivo-conductuales. Un enfoque basado en problemas*. México: El Manual Moderno **616.89142/N3 3**

Riso, Walter. (2009). *Terapia cognitiva: fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. Barcelona: Paidós **616.89142/R4 3**

Rodríguez Vilchez E. (2004). *Efectos de un programa de psicoterapia cognitivo-conductual en el bajo nivel*. Lima:DEVIDA

616.8914/R62 1

Ruiz Fernández, Ma. Angeles (2012). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer

Código: 616.8914/R84

Segal, Zindel V. (2006). *Terapia cognitiva de la depresión basada en la consciencia plena. Un nuevo abordaje para la prevención*. Bilbao: Desclée de Brouwer

616.8914/S33 3

Vázquez, Carmelo. (2008). *Técnicas cognitivas de intervención clínica*. Madrid: Síntesis

616.89142/V1 1

Complementaria

Buela-Casal, G; Sierra, J y Caballo, V (1996) *Manual de evaluación en psicología clínica y de la salud*. Madrid: Siglo Veintiuno.

Caballo, V (1995) *Manual de Terapia Conductual Cognitiva*. Madrid. Siglo XXI editores.

Caballo, V (1997). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos*. Vol. I. Siglo XXI Editores. España.

Caballo, V (1997). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos*. Vol. II. Siglo XXI Editores. España.

Caballo, V (1998). *Manual de técnicas de Terapia y Modificación de Conducta*. Siglo XXI Editores. España.

Carroll, K (2001) *Un enfoque cognitivo-conductual: el tratamiento de la adicción a la cocaína*. Madrid, CITRAN.

Costa, M y López, E (2003) *Consejo Psicológico: Una Alianza estratégica para el apoyo, la potenciación y el cambio*. Madrid: Síntesis.

Cottraux, J. (1995). *Terapias comportamentales y cognitivas*. MASSON S.A. España.

Davis, M., Mackay, M. Y Echelman, E. (1985). *Técnicas de autocontrol emocional*. Ediciones Martínez Roca. España.

Davis, M., Mackay, M. Y Fanning, P. (1985). *Técnicas cognitivas para el tratamiento del estrés*. Ediciones Martínez Roca. España.

- Freeman, A. y Reinecke, M. A. (1995). Terapia cognitiva aplicada a la conducta suicida. Editorial DDB. España.
- Goldfried, M (1995) De la Terapia Cognitivo-Conductual a la Psicoterapia de Integración. Bilbao. Desclée De Brouwer.
- Kazdin, A (1989) Modificación de Conducta. Principios y aplicaciones. México: Manual Moderno.
- Labrador, F.J., Cruzado, J.A. Y Muñoz, M. (1997) Manual de técnicas modificación y terapia de la conducta. Madrid: Pirámide.
- Ladouceur, R; Bouchard, M-A y Granger, L (1981) Principios y aplicaciones de las Terapias de la Conducta. Madrid: Edit. Debate .
- Lega, L., Caballo, V., Ellis, A. (1997). Teoría y práctica de la terapia racional emotivo-conductual. Siglo XXI Editores. España.
- Martin, G. y Pear, J. (2008) Modificación de conducta: que es y cómo aplicarla. México: Prentice Hall.
- Mayor, J Y Labrador, F (1984) Manual de Modificación de Conducta. México. Edit. Alambra.
- Miller, W y Rollnick, S (1999) La entrevista Motivacional. Buenos Aires. Paidós.
- Nezu, A; Maguth, C y Lombardo, E (2006) Formulación de Casos y Diseños de Tratamientos Cognitivos-Conductuales: Un enfoque basado en problemas. México: Manual Moderno.
- Sank, L Y Shaffer, C (1995) Manual del Terapeuta para la terapia cognitiva conductual en grupos. Bilbao. DDB
- Villarreal, M (2004) Fundamentos de la Entrevista Conductual: revisión teórica. México: Edit. Trillas.

Lima, 20 de marzo de 2019



Dr. JULIO INGA ARANDA
DIRECTOR DE
DEPARTAMENTO ACADÉMICO

Código Docente

Lic: ORLANDO DEL ROSARIO PACHERRES
DOCENTE RESPONSABLE DE LA
ASIGNATURA

Código 2012113

odelrosario@unfv.edu.pe

Fecha de recepción del sílabo / /

COD. 96197
 EDWIN VENTURA DAVID

