



Técnicas y habilidades terapéuticas

Grado en Psicología
Curso 2025/2026



UNIVERSIDAD
NEBRIJA

GUÍA DOCENTE

Asignatura: Técnicas y habilidades terapéuticas

Titulación: Grado en Psicología

Carácter: Obligatoria

Idioma: Castellano

Modalidad: Presencial

Créditos: 6

Curso: 3º

Semestre: 1º

Profesores/Equipo Docente: Dr. D. Félix Zaragoza Cuesta; D. Gabriel Isla Joulain; Dra. Dña. Beatriz Cobos Redondo

1. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

1.1. Competencias

CB1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

CB2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CB5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

CG1. Conocer las funciones, características y limitaciones de los distintos modelos teóricos existentes en Psicología.

CG4. Conocer los fundamentos biológicos de la conducta humana y de las funciones psicológicas.

CG9. Analizar datos relevantes de su área de estudio, la Psicología, para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética propios de la profesión de psicólogo.

CG10. Promover la salud y la calidad de vida en los individuos, grupos, comunidades y organizaciones en los distintos contextos.

CE3. Comprender los procesos psicológicos básicos, sus teorías y modelos de estudio (atención, percepción, motivación, emoción, aprendizaje, memoria, pensamiento y lenguaje).

CE5. Relacionar la Psicología con otras disciplinas y trabajar en equipos multiprofesionales.

CE13. Conocer los fundamentos biológicos de la conducta humana, de los procesos psicológicos y su relación con el sistema nervioso, así como los mecanismos de acción de los fármacos que actúan sobre el comportamiento y los procesos psicológicos.

CE16. Ser capaces de aplicar las principales técnicas de evaluación del comportamiento normal y anormal, de los procesos y de otras variables psicológicas.

CE18. Saber evaluar y analizar los resultados y la eficacia de las propias actuaciones en cualquiera de los ámbitos de la Psicología.

CE19. Ser capaces de establecer hipótesis diagnósticas de los diferentes trastornos psicológicos y psicopatológicos, siendo capaces de analizar las causas y variables que los predisponen, desencadenan y mantienen.

CE20. Aplicar los modelos, teorías, instrumentos y técnicas más adecuadas en cada contexto de evaluación e intervención.

1.2. Resultados de aprendizaje

El estudiante al finalizar esta materia deberá:

- Identificar la dimensión social y antropológica del ser humano considerando los factores históricos y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica humana
- Reconocer la dimensión social y antropológica del ser humano considerando los factores históricos y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica humana
- Discriminar entre los distintos métodos de evaluación, diagnóstico y tratamientos psicológicos en diferentes ámbitos aplicados de la Psicología
- Reconocer diferencias, problemas y necesidades
- Discriminar diferencias, problemas y necesidades
- Diagnosticar a pacientes o situaciones siguiendo los criterios propios de la profesión
- Describir variables y procesos cognitivos, emocionales, psicobiológicos y conductuales
- Identificar los objetivos de la intervención en función.

2. CONTENIDOS

2.1. Requisitos previos

Ninguno.

2.2. Descripción de los contenidos

En esta asignatura, se estudiarán las técnicas y habilidades terapéuticas con efectividad demostrada en las terapias, técnicas de relajación más habituales, de exposición, de autocontrol, las técnicas operantes y las técnicas de modelado. De igual forma se tratarán las habilidades del terapeuta que influyen en la terapia, en la adaptación de la intervención a las características de los clientes, el manejo de las situaciones problemáticas que surgen tanto por parte del terapeuta como del cliente y las estrategias para mejorar el cumplimiento del tratamiento, tanto por parte del paciente como del terapeuta.

2.3. Actividades formativas

Modalidad presencial:

ACTIVIDAD FORMATIVA	HORAS	PORCENTAJE DE PRESENCIALIDAD
AF1. Clase Magistral/ Fundamentos Teóricos	45	100%
AF2. Caso práctico	12,3	100%
AF3. Tutoría	8,6	100%
AF4. Trabajos individuales o en grupo de los estudiantes	15	0%

AF5. Actividades a través de recursos virtuales	6,5	50%
AF6. Acceso e investigación sobre contenidos complementarios	6,2	0%
AF7. Estudio individual	53,3	0%
A11. Evaluación	3,1	100%
NÚMERO TOTAL DE HORAS	150	

3. METODOLOGÍAS DOCENTES

El profesorado podrá elegir entre una o varias de las siguientes metodologías detalladas en la memoria verificada del título.

Código	Metodologías docentes	Descripción
MD1	Método expositivo /Clase magistral	Exposición por parte del profesor de los contenidos de cada tema por medio de explicaciones y presentaciones, junto con indicaciones sobre fuentes de información y bibliografía. Se promueve la participación activa del alumno con actividades de debate, discusión de casos, preguntas y exposiciones. El alumno dispondrá previamente de materiales didácticos, que incluirán objetivos, guiones, cronograma y recursos.
MD2	Resolución de ejercicios y problemas	Planteamiento de situaciones y ejercicios prácticos que el alumno debe resolver.
MD3	Método del caso	Examen y análisis sistemáticos y profundos de los diferentes aspectos y cuestiones de casos prácticos reales y concretos y propuesta de resolución de los mismos
MD4	Realización de trabajos	Elaboración de informes y documentos en los que el alumno debe realizar labores de búsqueda bibliográfica, recopilación de información, análisis de documentos, análisis de casos, redacción y explicación de conclusiones.
MD5	Aprendizaje orientado a proyectos	Metodología de aprendizaje llevada a cabo en la realización, organización y diseño de proyectos orientados al ámbito psicológico.
MD6	Práctica guiada mediante debates y resolución de problemas y ejercicios en el aula	Formulación, análisis y debate de un problema o ejercicio relacionado con la temática de la asignatura.

4. SISTEMA DE EVALUACIÓN

4.1. Sistema de calificaciones

El sistema de calificaciones finales se expresará numéricamente del siguiente modo:

0 - 4,9 Suspenso (SS)

5,0 - 6,9 Aprobado (AP)

7,0 - 8,9 Notable (NT)

9,0 - 10 Sobresaliente (SB)

La mención de "matrícula de honor" podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9,0. Su número no podrá exceder del cinco por ciento de los alumnos matriculados en la materia en el correspondiente curso académico, salvo que el número de alumnos matriculados sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola "Matrícula de Honor".

4.2. Criterios de evaluación

Convocatoria ordinaria

Sistema de evaluación	Ponderación
SE1. Asistencia y participación en clase	10%
SE2. Presentación de trabajos y proyectos (Prácticas individuales y trabajo en equipo)	20%
SE3. Prueba parcial (escrita/presentación trabajo)	20%
SE4. Examen final	50%

Convocatoria extraordinaria

Sistema de evaluación	Ponderación
SE2. Presentación de trabajos y proyectos (Prácticas individuales y trabajo en equipo)	40%
SE4. Examen final	60%

4.3. Restricciones

Calificación mínima

Para poder hacer media con las ponderaciones anteriores es necesario obtener al menos una calificación de 5 en la prueba final.

Asimismo, será potestad del profesor solicitar y evaluar de nuevo las prácticas o trabajos escritos, si estos no han sido entregados en fecha, no han sido aprobados o se desea mejorar la nota obtenida en ambas convocatorias.

Asistencia

El alumno que, injustificadamente, deje de asistir a más de un 25% de las clases presenciales podrá verse privado del derecho a examinarse en la convocatoria ordinaria.

Normas de escritura

Se prestará especial atención en los trabajos, prácticas y proyectos escritos, así como en los exámenes tanto a la presentación como al contenido, cuidando los aspectos gramaticales y ortográficos. El no cumplimiento de los mínimos aceptables puede ocasionar que se resten puntos en dicho trabajo.

4.4. Advertencia sobre plagio

La Universidad Antonio de Nebrija no tolerará en ningún caso el plagio o copia. Se considerará plagio la reproducción de párrafos a partir de textos de auditoría distinta a la del estudiante (Internet, libros, artículos, trabajos de compañeros...), cuando no se cite la fuente original de la

que provienen. El uso de las citas no puede ser indiscriminado. El plagio es un delito.

En caso de detectarse este tipo de prácticas, se considerará Falta Grave y se podrá aplicar la sanción prevista en el Reglamento del Alumno.

5. BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía básica

- Caballo, V. E. (coord.) (2018) Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta. Siglo XXI.
- Cormier, W. y Cormier, L. (2000, 3º ed.). Estrategias de entrevista para terapeutas: Habilidades básicas e intervenciones cognitivo-conductuales. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Froxán, M.X. (2020): Análisis funcional de la conducta humana. Concepto, metodología y aplicaciones. Pirámide.
- Martin, G. y Pear, J. (1999). Modificación de conducta. Qué es y cómo aplicarla. Prentice Hall.
- Miltenberger, R.G. (2013). Modificación de conducta. Principios y procedimientos. (Traducción ampliada de la quinta edición). Pirámide.
- Wilson, K. G. y Luciano, M. C. (2002) Terapia de aceptación y compromiso (ACT): un tratamiento conductual orientado a los valores. Pirámide.

Bibliografía recomendada

- Almendro, M. (2002). Psicología del Caos. Vitoria-Gasteiz: La llave.
- Almendro, M. y López, E. (2016). Beyond frontiers: Meditative practice, clinical practice and scientific research. Journal of Psychology and Psychotherapy, 6(5), 2161-0487.
- Bados López, A., & García Grau, E. (2011). Habilidades terapéuticas. <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/18382/1/Habilidades%20terap%C3%A9uticas.pdf>
- Barreto, P.; Pérez, M.A. y Benavides, G. (1997): La entrevista terapéutica. En Martorell, C. y González, R. (eds.), Entrevista y consejo psicológico. Síntesis.
- Báez Palomo, N. (2018) Habilidades básicas del psicólogo general sanitario. Ediciones CEF.
- Cleries, X. (2011). La comunicación: Una competencia esencial para los profesionales de la salud. Barcelona: Aresta.
- Corey, G. (1995). Teoría y práctica de la terapia grupal. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Cormier, W. H. y Cormier, L. S. (1996). Estrategias de entrevista para terapeutas (2ª ed.). Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Craighead, W.E.; Kazdin, A.E. y Mahoney, M.J. (1981): Modificación de conducta. Principios, técnicas y aplicaciones (capítulos 2 y 3). Omega.
- De Pascual-Verdú, R., Rocha-Díaz, M., & Almazán-Antón, G. (2015). Relevant factors in treatment adherence: A case study. Clínica y Salud, 26(3), 141-150.
- De Pascual-Verdú, R., Trujillo-Sánchez, C., Gálvez-Delgado, E., Andrés-López, N., Castaño-Hurtado, R., y Froxán-Parga, M. X. (2019). Sistema ACOVEO: una propuesta funcional para el análisis de la interacción verbal en terapia. Conductual, 7(2), 69-82.
- Freixá i Baqué, E. (2003). ¿Qué es conducta? International Journal of Clinical and Health Psychology, 3(3), 595-613.
- Froxán-Parga, M.X., Alonso-Vega, J., Trujillo-Sánchez, C., & Estal-Muñoz, V. (2018). Eficiencia de las terapias: ¿un paso más allá de la eficacia? Análisis crítico del modelo cognitivo-conductual. Apuntes de Psicología, 36(1-2), 55-62.

- Froján, M. X., Montaña, M., & Calero, A. (2010). Therapists' verbal behavior analysis: a descriptive approach to the psychotherapeutic phenomenon. *The Spanish journal of psychology*, 13(2), 914-926.
- Froján Parga, M. X., Montaña Fidalgo, M., & Calero Elvira, A. (2006). ¿Por qué la gente cambia en terapia? Un estudio preliminar. *Psicothema*, 18(4).
- Froján Parga, M. X., Núñez de Prado Gordillo, M., & Pascual Verdú, R. D. (2017). Cognitive techniques and language: A return to behavioral origins. *Psicothema*.
- Froján Parga, M. X., Montaña Fidalgo, M., Calero Elvira, A., García Soler, Á., Garzón Fernández, Á., & Ruiz Sancho, E. M. (2008). Sistema de categorización de la conducta verbal del terapeuta. *Psicothema*.
- Froján Parga, M. X., Montaña Fidalgo, M., Calero Elvira, A., & Ruiz Sancho, E. (2011). Aproximación al estudio funcional de la interacción verbal entre terapeuta y cliente durante el proceso terapéutico. *Clínica y Salud*, 22(1), 69-85.
- Froján Parga, M. X., Alpañés Freitag, M., Calero Elvira, A., & Vargas de la Cruz, I. (2010). Una concepción conductual de la motivación en el proceso terapéutico. *Psicothema*.
- Froján-Parga, M. X., & Ruiz-Sancho, E. M. (2013). Análisis funcional de la interacción terapéutica. *Conductual*, 1(1).
- Gavino, A. (2005a). Habilidades del terapeuta. En J.P. Espada, J. Olivares y F.X. Méndez (Coords.), *Terapia psicológica: Casos prácticos* (pp. 23-46). Madrid: Pirámide. (Temas 1, 2, 3).
- Goldstein, W. N. (2001). *Iniciación a la psicoterapia*. Madrid: Alianza.
- Greenberg, L. S., y Paivio, S. C. (1999). *Trabajar con las emociones en psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- Kanfer, F. H. y Goldstein, A. P. (1987). *Cómo ayudar al cambio en psicoterapia*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Kelly, J. A. (2012). *Entrenamiento en habilidades sociales: Guía práctica para intervenciones* (6ª ed.). Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Labrador, F. J. (Ed.). (2011). *Situaciones difíciles en terapia*. Madrid: Pirámide.
- Labrador, F. J. y Crespo, M. (Eds.). (2012). *Psicología clínica basada en la evidencia*. Madrid: Pirámide.
- López Bosch, A., & Pascual Verdú, R. D. (2012). Análisis Funcional de la Conducta Verbal del Terapeuta en el Tratamiento de un Caso de Ansiedad. *Clínica y Salud*, 23(2), 181-195.
- Marchena-Giráldez, C., Calero-Elvira, A., & Galván-Domínguez, N. (2013). La importancia de las instrucciones del psicólogo para favorecer la adhesión terapéutica. *Clínica y Salud*, 24(2), 55-65.
- Montaña-Fidalgo, M., Froján-Parga, M. X., Ruiz-Sancho, E. M., & Virués-Ortega, F. J. (2011). El proceso terapéutico "Momento a Momento" desde una perspectiva Analítico-Funcional. *Clínica y Salud*, 22(2), 101-119.
- Ruiz Moral, R. (2004). *Relación clínica: Guía para aprender, enseñar e investigar*. Barcelona: Semfyc.
- Ruiz, M. A. (1998). Habilidades terapéuticas. En M. A., Vallejo (Ed.), *Manual de terapia de conducta*, (Vol. I), pp. 83-131. Madrid: Dykinson.

- Ruiz, M. A. y Villalobos, A. (1994). Habilidades terapéuticas. Madrid: Fundación Universidad-Empresa.
- Ruiz-Sancho, E. M., Froján-Parga, M. X., & Calero-Elvira, A. (2013). Análisis de la conducta verbal del cliente durante el proceso terapéutico. *Anales de psicología*, 29(3), 779-790.
- Saldaña, C. (2008). Habilidades y competencias terapéuticas. En F. J. Labrador (Coor.), *Técnicas de modificación de conducta*, pp. 642-658. Madrid: Pirámide.
- Shapiro, D. L. y Smith, S. R. (2011). *Malpractice in psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Smith, J.C. (1992). *Entrenamiento cognitivo-conductual para la relajación*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Van-der Hofstadt Román, C. J. (2005). *El libro de las habilidades de comunicación* (2ª ed.). Madrid: Díaz de Santos.

6 DATOS DEL PROFESOR

Puede consultar el correo electrónico de los profesores y el perfil académico y profesional del equipo docente, en <https://www.nebrija.com/carreras-universitarias/grado-psicologia/#masInfo>.