

# ÍNDICE SISTEMÁTICO

	<u>PÁGINA</u>
Sumario .....	5
Prólogo .....	7
<b>Unidad didáctica 1.</b> Intervención y tratamiento psicológico: definición y marco histórico-conceptual .....	9
Objetivos de la Unidad .....	10
1. ¿Qué es una intervención psicológica? .....	11
2. La modificación de conducta en la psicoterapia contemporánea .....	14
2.1. Grupos de terapias psicológicas .....	14
2.2. Eclecticismo e integración .....	20
2.3. Rigor en la práctica clínica .....	23
3. Historia de la modificación de conducta .....	26
3.1. Raíces .....	27
3.2. Desde la II Guerra Mundial hasta la década de los sesenta: nacimiento y consolidación .....	28

3.3. Desde la década de los sesenta hasta la actualidad: nuevas perspectivas .....	29
4. Características básicas de la modificación de conducta .....	31
4.1. Precisiones terminológicas y definición .....	31
4.2. Modificación de conducta: características .....	33
5. Ámbitos de aplicación de la modificación de conducta .....	35
Conceptos básicos .....	38
Actividades de repaso .....	39
Ejercicios voluntarios .....	40
Referencias bibliográficas .....	41
<b>Unidad didáctica 2. El proceso terapéutico, habilidades terapéuticas y motivación para el cambio .....</b>	<b>43</b>
Objetivos de la Unidad .....	45
1. El proceso terapéutico .....	46
1.1. Definición .....	46
1.2. Proceso terapéutico dentro de la modificación de conducta .....	46
2. Fases del proceso terapéutico en modificación de conducta .....	47
2.1. Antes del inicio de la intervención .....	48
2.2. Recepción de la petición de atención psicológica .....	49
2.3. Evaluación .....	50
2.3.1. ¿Diagnosticamos? .....	51
2.4. Concreción del análisis funcional .....	52
2.4.1. Análisis funcional .....	52
2.4.2. Formulación del caso .....	53
2.5. Determinación de los objetivos de intervención .....	54
2.6. Aplicación de las técnicas de intervención .....	54
2.7. Prevención de recaídas .....	55
2.7.1. La recaída a lo largo del proceso terapéutico .....	57
2.8. Seguimiento .....	57
2.9. Elaboración del informe psicológico .....	58

3. Habilidades del terapeuta .....	59
3.1. Habilidades del terapeuta: definición y función .....	59
3.2. Habilidades terapéuticas básicas .....	60
4. Adherencia al tratamiento .....	63
5. Motivación para el compromiso y el cambio .....	65
5.1. Definición y modelo transteórico .....	65
5.2. Promoviendo la motivación desde la modificación de conducta .....	67
Conceptos básicos .....	70
Actividades de repaso .....	71
Ejercicios voluntarios .....	72
Referencias bibliográficas .....	74
<b>Unidad didáctica 3. Evaluación y diagnóstico .....</b>	<b>75</b>
Objetivos de la Unidad .....	77
1. El concepto de evaluación .....	78
1.1. La importancia de la evaluación en modificación de conducta .....	78
1.2. Definición .....	79
2. Estrategias de evaluación .....	80
2.1. El modelo hipotético-deductivo .....	80
2.2. ¿Cuándo evaluar, qué, cómo? .....	82
3. Técnicas de evaluación básicas .....	85
3.1. Exploración inicial .....	85
3.2. Entrevista .....	90
3.3. El uso de test en modificación de conducta .....	92
3.4. Observación y registro .....	95
4. Diagnóstico .....	99
4.1. Sistema CIE-10 .....	99
4.2. Sistema DSM .....	103
4.2.1. DSM-IV .....	103
4.2.2. DSM-5 .....	106
5. Evaluación continua y final .....	107

Conceptos básicos .....	110
Actividades de repaso .....	111
Ejercicios voluntarios .....	112
Referencias bibliográficas .....	113
<b>Unidad didáctica 4. Análisis funcional y diseño del programa de intervención .....</b>	<b>115</b>
Objetivos de la Unidad .....	117
1. Análisis funcional: definición y objetivos .....	118
1.1. Qué es el análisis funcional .....	118
1.2. Objetivos del análisis funcional .....	119
1.3. Modelos teóricos básicos de análisis funcionales .....	120
2. Elaboración de análisis funcionales .....	121
2.1. Obtención de información .....	121
2.2. Cómo plasmar el análisis funcional .....	122
2.3. Confirmación del análisis funcional .....	127
3. Diseño del programa de intervención .....	129
4. Determinación de los objetivos terapéuticos .....	131
4.1. ¿Cómo determinar los objetivos terapéuticos? .....	131
4.2. ¿Cómo determinar la prioridad en su consecución? .....	133
4.3. ¿Cómo plasmar los objetivos terapéuticos? .....	136
5. Selección de las técnicas a intervenir .....	137
5.1. ¿Qué técnicas elegir? .....	138
5.2. Clasificación de las técnicas de modificación de conducta .....	142
5.3. Aplicación de las técnicas .....	145
Conceptos básicos .....	147
Actividades de repaso .....	148
Ejercicios voluntarios .....	149
Referencias bibliográficas .....	150

<b>Unidad didáctica 5. Técnicas operantes para implantar conductas y/o modificarlas (I)</b> .....	<b>153</b>
Objetivos de la Unidad .....	155
1. Introducción .....	156
2. Breve recordatorio sobre psicología del aprendizaje .....	157
2.1. Comportamiento no aprendido .....	157
2.2. Comportamiento aprendido .....	159
2.2.1. Condicionamiento clásico .....	159
2.2.2. Condicionamiento operante .....	161
2.3. Aprendizaje por observación-imitación .....	165
2.4. Aprendizajes cognitivos .....	166
3. Modificar conductas mediante refuerzo .....	166
3.1. Definición .....	166
3.2. Aplicaciones .....	167
3.3. Cómo se aplica .....	167
3.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	169
3.5. Un ejemplo de aplicación .....	170
3.6. Variaciones y técnicas afines .....	172
3.6.1. Reforzamiento negativo .....	172
4. Técnicas de retirada de reforzadores positivos: coste de respuesta y tiempo fuera de todo reforzamiento .....	172
4.1. Definición .....	172
4.2. Aplicaciones .....	173
4.3. Cómo se aplica .....	174
4.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	175
4.5. Un ejemplo de aplicación .....	175
4.6. Variaciones y técnicas afines .....	176
4.6.1. Extinción .....	176
4.6.2. Saciación .....	177
4.6.3. Reforzamiento diferencial .....	178
5. Encadenamiento .....	179
5.1. Definición .....	179
5.2. Aplicaciones .....	180

5.3. Cómo se aplica .....	180
5.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	181
5.5. Un ejemplo de aplicación .....	182
5.6. Variaciones y técnicas afines .....	183
5.6.1. Moldeado .....	183
6. Modificación de conductas mediante castigo .....	183
6.1. Definición .....	183
6.2. Aplicaciones .....	184
6.3. Cómo se aplica .....	185
6.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	187
6.5. Un ejemplo de aplicación .....	187
Conceptos básicos .....	189
Actividades de repaso .....	190
Ejercicios voluntarios .....	190
Referencias bibliográficas .....	192
<b>Unidad didáctica 6. Técnicas operantes para implantar conductas y/o modificarlas (II) .....</b>	<b>193</b>
Objetivos de la Unidad .....	195
1. Economía de fichas .....	196
1.1. Definición .....	196
1.2. Aplicaciones .....	197
1.3. Cómo se aplica .....	198
1.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	199
1.5. Un ejemplo de aplicación .....	201
2. Contrato conductual .....	202
2.1. Definición .....	202
2.2. Aplicaciones .....	202
2.3. Cómo se aplica .....	203
2.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	206
2.5. Un ejemplo de aplicación .....	206

3. Control estimular .....	208
3.1. Definición .....	208
3.2. Aplicaciones .....	209
3.3. Cómo se aplica .....	210
3.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	211
3.5. Un ejemplo de aplicación .....	211
4. Condicionamiento encubierto .....	213
4.1. Definición .....	213
4.2. Aplicaciones .....	214
4.3. Cómo se aplica .....	215
4.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	220
4.5. Un ejemplo de aplicación .....	220
4.6. Variaciones y técnicas afines .....	222
Conceptos básicos .....	223
Actividades de repaso .....	224
Ejercicios voluntarios .....	224
Referencias bibliográficas .....	226
<b>Unidad didáctica 7. Técnicas de intervención para reducir la activación .....</b>	<b>227</b>
Objetivos de la Unidad .....	229
1. ¿Por qué reducir la activación? .....	230
2. Técnicas de relajación .....	231
2.1. Definición .....	231
2.2. Aplicaciones .....	232
2.3. Cómo se aplica .....	233
2.3.1. Técnica de relajación de Jacobson .....	234
2.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	237
2.5. Un ejemplo de aplicación .....	237
2.6. Técnicas afines y variaciones .....	238
2.6.1. Técnica de control de las respiraciones .....	238
2.6.2. Técnica de la relajación autógena de Schultz .....	239

3. Las técnicas de enfrentamiento a los estímulos ansiógenos .....	239
4. Desensibilización sistemática .....	240
4.1. Definición .....	240
4.2. Aplicaciones .....	241
4.3. Cómo se aplica .....	241
4.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	244
4.5. Un ejemplo de aplicación .....	245
5. Técnicas de exposición .....	247
5.1. Definición .....	247
5.2. Aplicaciones .....	248
5.3. Cómo se aplica .....	249
5.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	251
5.5. Un ejemplo de aplicación .....	252
Conceptos básicos .....	255
Actividades de repaso .....	256
Ejercicios voluntarios .....	256
Referencias bibliográficas .....	258
<b>Unidad didáctica 8. Técnicas de intervención cognitivas y de aprendizaje social (I) .....</b>	<b>261</b>
Objetivos de la Unidad .....	263
1. El enfoque cognitivo en la intervención .....	264
1.1. La evaluación cognitiva .....	266
2. Técnica de parada de pensamiento .....	267
2.1. Definición .....	267
2.2. Aplicaciones .....	268
2.3. Cómo se aplica .....	268
2.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	270
2.5. Un ejemplo de aplicación .....	271
3. Intención paradójica .....	272
3.1. Definición .....	272
3.2. Aplicaciones .....	274



3.3. Cómo se aplica .....	274
3.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	275
3.5. Un ejemplo de aplicación .....	276
3.6. Variaciones y técnicas afines .....	277
3.6.1. Programación de recaídas .....	277
3.6.2. Práctica masiva .....	277
4. Entrenamiento en autoinstrucciones .....	278
4.1. Definición .....	278
4.2. Aplicaciones .....	279
4.3. Cómo se aplica .....	279
4.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	281
4.5. Un ejemplo de aplicación .....	281
5. Modelado .....	282
5.1. Definición .....	282
5.2. Aplicaciones .....	284
5.3. Cómo se aplica .....	284
5.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	286
5.5. Un ejemplo de aplicación .....	287
Conceptos básicos .....	289
Actividades de repaso .....	290
Ejercicios voluntarios .....	290
Referencias bibliográficas .....	292
<b>Unidad didáctica 9. Técnicas de intervención cognitivas y de aprendizaje social (II) .....</b>	<b>293</b>
Objetivos de la Unidad .....	295
1. Terapia cognitiva de Beck .....	296
1.1. Definición .....	296
1.2. Aplicaciones .....	298
1.3. Cómo se aplica .....	298
1.3.1. Intervención desde la terapia cognitiva .....	299

1.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	304
1.5. Un ejemplo de aplicación .....	305
2. Terapia racional-emotiva .....	306
2.1. Definición .....	306
2.2. Aplicaciones .....	307
2.3. Cómo se aplica .....	308
2.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	310
2.5. Un ejemplo de aplicación .....	311
3. Técnicas de autocontrol .....	312
3.1. Definición .....	312
3.2. Aplicaciones .....	312
3.3. Cómo se aplica .....	313
3.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	315
3.5. Un ejemplo de aplicación .....	315
4. Entrenamiento en solución de problemas .....	317
4.1. Definición .....	317
4.2. Aplicaciones .....	318
4.3. Cómo se aplica .....	319
4.4. Problemas habituales en la aplicación de la técnica .....	322
4.5. Un ejemplo de aplicación .....	323
Conceptos básicos .....	325
Actividades de repaso .....	326
Ejercicios voluntarios .....	327
Referencias bibliográficas .....	328
<b>Unidad didáctica 10. Técnicas de enfoques diversos en modificación de conducta .....</b>	<b>331</b>
Objetivos de la Unidad .....	333
1. Programa de inoculación de estrés .....	334
1.1. Definición y aplicaciones .....	334
1.2. Forma de trabajo con este enfoque .....	334

2. Entrenamiento en habilidades sociales .....	335
2.1. Definición y aplicaciones .....	335
2.2. Forma de trabajo con este enfoque .....	336
3. Terapia de pareja y familiar .....	339
3.1. Definición y aplicaciones .....	339
3.2. Formas de trabajo desde este enfoque .....	340
4. Terapia de grupo .....	341
4.1. Definición y aplicaciones .....	341
4.2. Formas de trabajo desde este enfoque .....	342
5. Técnicas diversas .....	343
5.1. Biblioterapia .....	343
5.2. Técnica de inversión de hábito .....	344
5.3. Técnica de la silla vacía .....	345
5.4. Técnica de la focalización sensorial .....	346
5.5. Técnica de la alarma para tratamiento de la enuresis .....	347
5.6. Biofeedback .....	348
5.7. Hipnosis .....	349
Conceptos básicos .....	351
Actividades de repaso .....	352
Ejercicios voluntarios .....	353
Referencias bibliográficas .....	355

