



PROGRAMA DEL CURSO

Psicopatología de las emociones, estrés y salud.

Cód. L11

DIRECTOR:

Dr. D. Antonio Cano Vindel.

ESCUELA EN LA QUE SE INSCRIBE EL CURSO:

Escuela de Salud y Biomedicina.

HORARIO:

Mañanas de 9:00 a 14:00 horas, de lunes a viernes.

NÚMERO DE ALUMNOS:

40.

PERFIL DEL ALUMNO:

Licenciados o graduados en psicología, medicina, psicopedagogía, pedagogía, sociología y afines. Especialistas en psicología clínica, o psiquiatría, psicólogos internos residentes, o médicos internos residentes. Diplomados en trabajo social, enfermería, o enfermería-psiquiátrica. Alumnos de últimos cursos.

OBJETIVOS:

Sentar las bases científicas del estudio de las emociones, su evaluación, psicopatología, y técnicas de intervención.

Entrenar a los participantes en el desarrollo de las habilidades prácticas y destrezas más comunes de la actividad profesional, centrada en el estudio y manejo del estrés y las emociones.

PROGRAMA:

Las emociones.

- Emoción y adaptación.
- Modelos explicativos.
- Clasificación y tipos.

La ansiedad.

- Modelos.
- Evaluación (autoinforme, registro, observación).
- Trastornos de ansiedad.

La tristeza-depresión.

- Modelos.
- Evaluación.
- Trastornos del estado de ánimo.

La ira.

- Modelos.
- Evaluación.

- Ira y salud.

El estrés.

- Modelos.
- Evaluación.
- Estrés y salud.

Los trastornos psicofisiológicos.

- Clasificación.
- Emociones y trastornos cardiovasculares.
- Emociones y dolor.
- Emociones y cáncer.
- Las disfunciones sexuales.

Técnicas terapéuticas.

- Técnicas de reducción de ansiedad y control de estrés.
- Técnicas cognitivas.
- Técnicas fisiológicas.
- Técnicas conductuales.
- Tratamiento de la depresión.
- Técnicas cognitivas.
- Técnicas conductuales.

Ansiedad, estrés y salud laboral.

- Ansiedad y rendimiento.
- Estrés laboral.
- Burnout.
- Mobbing.

Evaluación.

ACTIVIDADES PRÁCTICAS

Las clases van dirigidas a la formación de profesionales y tienen una orientación predominantemente práctica. Por ello, sin olvidar una buena fundamentación teórica, en los temas más aplicados se desarrollarán una serie de actividades prácticas, tales como presentación de casos, utilización de videos, uso de instrumentos de evaluación (cuestionarios, inventarios, escalas, auto-registros, aparatos de registro fisiológico, escalas de observación conductual, etc.), manejo de aparatos de biofeedback, entrenamiento en técnicas de relajación, práctica en técnicas cognitivas, rol-playing (desempeño de roles), entrenamiento en técnicas conductuales, etc.

La mayor parte de las prácticas a realizar se encuadran dentro de los temas de evaluación de las emociones y técnicas terapéuticas.

Las actividades más importantes de prácticas, así como su encuadre en el programa y la duración aproximada se presentan en la tabla siguiente. Pero insistimos que en todos los temas del programa se mantendrá, en la medida de lo posible, una orientación predominantemente práctica.

- Evaluación de la ansiedad mediante autoinformes.
- Evaluación de la ansiedad mediante registro fisiológico.
- Evaluación de la ansiedad mediante observación.
- Diagnóstico de los trastornos de ansiedad.
- Evaluación de la depresión.
- Evaluación de la ira.
- Evaluación del estrés.
- Programa: reducción de trastornos psicofisiológicos.
- Técnicas de reducción de ansiedad y control del estrés: técnicas cognitivas, técnicas fisiológicas y técnicas conductuales.
- Tratamiento de la depresión: técnicas cognitivas y técnicas conductuales.
- Programa para la reducción de la ansiedad a exámenes.
- Programa para la reducción del estrés laboral.

PROFESORADO:

- D. Antonio Cano Vindel, UCM.
- D^a Itziar Iruarrizaga Díez, UCM.
- D. Jesús Martín García, UCM.
- D^a Susana Rubio Valdehíta, UCM.
- D^a Eva Díaz Ramiro, UCM.
- D^a Cristina Wood Martínez, UCM.
- D^a Esperanza Dongil Collado, Universidad de Valencia.
- D. José Martín Salguero Noguera, Universidad de Málaga.
- D. Juan Ramos Cejudo, Centro de Psicología Área Humana.
- D^a Julia Vidal Fernández, Centro de Psicología Área Humana.