



Universitat de Lleida

GUIA DOCENT **PSICOLOGIA**

Coordinació: COBO ARIÑO, MARTA

Any acadèmic 2017-18

Informació general de l'assignatura

Denominació	PSICOLOGIA			
Codi	100606			
Semestre d'impartició	2N Q(SEMESTRE) AVALUACIÓ CONTINUADA			
Caràcter	Grau/Màster	Curs	Caràcter	Modalitat
	Grau en Nutrició Humana i Dietètica	1	TRONCAL	Presencial
Nombre de crèdits ECTS	6			
Grups	1GG,2GM			
Crèdits teòrics	0			
Crèdits pràctics	0			
Coordinació	COBO ARIÑO, MARTA			
Departament/s	MEDICINA			
Distribució càrrega docent entre la classe presencial i el treball autònom de l'estudiant	H Presencials 60 - Magistral 30 - Pràctica 15 - Seminari 15 H. No Presecials 90			
Informació important sobre tractament de dades	Consulteu aquest enllaç per a més informació.			
Idioma/es d'impartició	Català Castellà Anglès			

Professor/a (s/es)	Adreça electrònica professor/a (s/es)	Crèdits impartits pel professorat	Horari de tutoria/lloc
COBO ARIÑO, MARTA	martacobo@medicina.udl.cat	4,5	
REYES CAMPOS, SILVIA	sreyes@medicina.udl.cat	4,5	

Informació complementària de l'assignatura

1. Introducció a l'assignatura i contextualització dins de l'ensenyament

La conducta humana he de ser estudiada i percebuda en la seva dimensió biològica, psicològica i social. Només en aquesta tridimensionalitat pot ser entès l'ésser humà i els diversos aspectes que s'hi relacionen: les emocions, les patologies, els sentiments, les actituds, les conductes, etc, etc. Tenir una ampla visió dels conceptes més bàsics de la psicologia, així com conèixer les noves aportacions pel què fa als diferents models conceptuals i estratègies d'afrontament de la malaltia i de la salut, han de permetre a l'alumne de l'ensenyament de Dietètica i Nutrició Humana disposar de millors eines en la seva futura professió. Conèixer millor el pacient repercutirà, inevitablement, en una millor diagnòstic i abordatge terapèutic.

Així mateix, la salut entesa en la percepció de prevenció primària (activitats adreçades a evitar l'aparició del problema), secundària (identificar les situacions de risc) i terciària (intervenció específica), ha de permetre al alumnes d'aquesta assignatura disposar d'elements útils per afrontar activitats per a treballar tant individualment com en grups en els diferents col·lectius en que es puguin trobar.

Objectius acadèmics de l'assignatura

En fer l'assignatura de Psicologia, l'alumne ha de ser capaç de:

Conèixer els principals conceptes de la psicologia bàsica, especialment aquells referits a la motivació humana, les teories de la personalitat, els aspectes psicofisiològics d'atenció, percepció i memòria.

Identificar els principals problemes de la salut mental relacionats amb els hàbits i comportaments, així com **conèixer** les principals estratègies d'actuació.

Distingir els diferents models teòrics que formen els corrents psicològics i **identificar** les seves principals aportacions.

Reconèixer els principals trastorns psicopatològics i **conèixer** les principals estratègies psicoterapèutiques aplicables a cad'un d'ells.

Identificar les principals característiques que descriuen les diferents etapes psicoevolutives de l'individu.

Integrar els principals elements que constitueixen una dinàmica de grup, **identificar** les situacions que hi tenen lloc i **intervenir** amb una finalitat terapèutica.

Comparar diverses experiències educatives en l'àmbit de la salut per saber **identificar** els missatges preventius i **reconèixer** les tècniques utilitzades.

Experimentar situacions d'interrelació amb el pacient i **identificar** el moment evolutiu en que aquest es troba segons el model transteòric de Prochaska i Diclemente.

Aprendre a comunicar un missatge preventiu i informatiu.

Reflexionar sobre els aspectes motivacionals envers un mateix i en relació als pacients.

Competències

Específiques

Conèixer les bases psicològiques i els factors bio-psíquics-socials que incidiesen en el comportament humà.

Conèixer els diferents mètodes educatius d'aplicació en ciències de la salut, Així com les tècniques de comunicació aplicables a l'alimentació i nutrició humana.

Continguts fonamentals de l'assignatura

BLOC TEÒRIC

1. Conceptes Bàsics:	Durada
1.1. Motivació – Frustració	1 hora
1.2. Personalitat	1 hora
1.3. Intel·ligència	1 hora
1.4. Percepció – Atenció – Memòria	1 hora
1.5. Dimensió actitudinal de la conducta	1 hora
1.6. Hàbits i Salut	
1.6.1. Model bio-psico-social	1 hora
1.6.2. Drogues no institucionalitzades	1 hora
1.6.3. Tabac	1 hora
1.6.4. L'alcohol no és un aliment	1 hora
1.6.5. L'estrès com a resposta emocional	1 hora
1.6.6. Qualitat de vida	1 hora
2. Models i tractament	
2.1. Alguns models psicològics	
2.1.1. Psicodinàmic	1 hora
2.1.2. Cognitiu-conductual	2 hores
2.1.3. Sistèmic	1 hora
2.2. Psicopatologia	
2.2.1. Trastorns de l'estat d'ànim	1 hora

2.2.2. Trastorns d'ansietat	1 hora
2.2.3. Trastorns psicòtics	1 hora
2.2.4. Trastorns de la conducta alimentària	1 hora
2.3. Cicle vital evolutiu	
2.3.1. Infantesa	1 hora
2.3.2. Adolescència	1 hora
2.3.3. Edat adulta	1 hora
2.3.4. Vellesa	1 hora
TOTAL HORES:	23hores

BLOC PRÀCTIC

1. Els grups	Durada
1.1. El grup com a estratègia psicoeducativa	2hores
1.2. Elements vius del grup (activitat pràctica)	
1.2.1. Grup 1	1 hora
1.2.2. Grup 2	1 hora
1.2.3. Grup 3	1 hora
2. Experiències educatives en salut	
2.1. La creativitat com a estratègia educativa	
2.1.1. L'humor gràfic com a estratègia en salut	1 hora
2.1.2. Les titelles en infants	1 hora
2.1.3. Un experiència educativa amb pallassos	1 hora
2.1.4. Internet com a accés pels joves en tractament a un centre d'atenció primària	1 hora
3. Entrevista motivacional	
3.1. Conceptes bàsics i estratègies aplicables a la entrevista motivacional	2hores
3.1.1. Grup 1	1 hora
3.1.2. Grup 2	1 hora
3.1.3. Grup 3	1 hora
4. La relació terapèutica	
4.1. Habilitats del terapeuta. L'escolta activa	2hores
4.2. Potencialitats i limitacions del sistema	1 hora
5. El procés rehabilitador en el TCA	
5.1. Tractament del TCA	1 hora
5.2. Funcionament d'una Unitat Especialitzada en TCA	1 hora

5.3.	El procés rehabilitador	1 hora
5.4.	Unitat de cirurgia Bariàtrica	1 hora
6. Publicitat		
6.1.	El llenguatge publicitari	1 hora
6.2.	Anàlisi d'anuncis d'alimentació	1 hora
7. La prevenció en salut		
7.1.	Coneixement del medi	
7.1.1.	Àmbit educatiu- Grup 1	1 hora
7.1.2.	Àmbit sanitari – Grup 2	1 hora
7.1.3.	Àmbit social – Grup 3	1 hora
7.1.4.	Àmbit penitenciari	1 hora
8. Experiències i anàlisi de casos		
8.1.	Vídeo debat 1	1 hora
8.2.	Vídeo debat 2	1 hora
8.3.	Vídeo debat 3	1 hora
8.4.	Vídeo debat 4	1 hora
8.5.	Debat interactiu 1	1 hora
8.6.	Debat interactiu 2	1 hora
8.7.	Xat 1	1 hora
8.8.	Xat 2	1 hora
TOTAL HORES:		35hores

Eixos metodològics de l'assignatura

Les activitats previstes dins el bloc teòric, tindran en compte la participació activa de l'alumne quant la seva **capacitat de reflexió**, de debat i **d'assimilar** nous continguts. Les bases i lleis de la conducta humana estan ampliament descrites, però la seva aplicació permeten el contrast i el debat. No s'ha d'oblodar la visió bio psico social de l'assignatura.

Pel què fa al bloc pràctic, diverses seran les activitats a realitzar per part dels alumnes.

Els grups, entesos com una realitat social i en la seva vessant d'utilitat terapèutica. L'alumne haurà **d'experimentar** la seva posició dins un grup experimental i **descobrir**, per ell mateix, les diferents dinàmiques, situacions, i moments propis d'un grup terapèutic.

Caldrà, també que sàpiga **distingir** entre grup psicoeducatiu i grup terapèutic, mitjançant l'**experimentació** i **participació** activa en la pràctica.

L'alumne també haurà de **conèixer** diferents estratègies educatives en l'àmbit de la salut. Algunes adreçades a infants, altres a població general. Concretament, l'alumne participarà en seminaris impartits per professionals que s'han caracteritzat per la seva creativitat en transmetre efectius missatges preventius i informatius, mitjançant

l'humor, titeles, internet, etc.

L'alumne de l'assignatura de psicologia, haurà de **participar activament** en situacions d'entrevista i ser capaç de **valorar** el grau d'adherència terapèutica del pacient, i **identificar** la fase de canvi en que es pot trobar. Això només es podrà aconseguir mitjançant el treball en grups reduïts i amb tècniques de role playing i dramatitzacions.

Es planteja aquesta com una assignatura essencialment pràctica, de moviment i de debat. Es tracta que l'alumne participi i construeixi constantment. Algunes de les activitats es faran en grups reduïts, com les visites a centres de tractament i unitats especialitzades de rehabilitació dels trastorns de la conducta alimentària.

Sistema d'avaluació

Es realitzarà una avaluació contínua amb l'alumne, tenint en compte la seva actitud i grau d'implicació en els diversos continguts de l'assignatura. Es portarà un registre on s'observaran i avaluaran les diferents implicacions proposades, com intervenció en els debats i xats per internet, l'assistència a classe, la seva participació espontània en el grup classe i en els grups de pràctiques i tallers. Es concibeix aquesta com una assignatura eminentment pràctica, per tant, el treball final d'avaluació serà en format treball que haurà d'utilitzar el format video i representar algun dels aspectes referits per l'assignatura. En aquest treball que caldrà presentar i exposar al conjunt classe, s'avaluarà la presentació, els continguts, el grau de coneixements adquirits i la portació personal de l'alumne.

AVALUACIÓ: 2 hores

TOTAL HORES	
BLOC TEÒRIC	30 hores
BLOC PRÀCTIC	30 hores
AVALUACIÓ	2 hores
TOTAL	62 HORES

Bibliografia i recursos d'informació

Bibliografia general.

1. Conceptes bàsics.

- Petri, H.L. y Govern, J.M. (2006). *Motivación. Teoría, investigación y aplicaciones*. México: Thomson.
- Palmero, F.; Fernández-Abascal, E.G.; Martínez, F. y Chóliz, M. (2002). *Psicología de la Motivación y la Emoción*. Madrid: McGraw Hill.
- Miller WR, Rollnick S. *La entrevista motivacional*. Barcelona: Paidós 1999.
- Garrido, I. (1996). *Psicología de la motivación*. Madrid: Síntesis.

1.1. Personalitat.

- Fierro, A. (comp.) (1996). *Manual de psicología de la personalidad*. Barcelona: Paidós.
- Millon, T. y Everly, G. S. R. Jr. (1994). *La personalidad y sus trastornos*. Barcelona: Martínez Roca (ed. orig. 1985).

- Avia, M.D. y Sánchez Bernados, M.L. (1995). Personalidad: aspectos cognitivos y sociales. Madrid. Pirámide.
- Allport, Gordon W. Psicología de la personalidad Buenos Aires : Paidós, 1974.
- Eysenck, H.J. y Eysenck, M.W. (1987). Personalidad y diferencias individuales. Madrid: Pirámide.
- Tous, J.M^º (1996). Psicología de la Personalidad. Diferencias individuales biológicas y cognitivas en el procesamiento de la información. Barcelona: EUB.

1.2. Intel·ligència.

- Daniel Goleman, Edit. Javier Vergara. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.
- Piaget, J. Psicología de la Inteligencia, Editorial Psique.
- Josep Redorta, Emoción y conflicto , Editorial Paidós.
- Marina, José Antonio. Teoría de la inteligencia creadora (1993). Editorial Anagrama.

1.3. Percepció, atenció i memòria.

- Ballesteros Jiménez, S., Procesos Psicológicos Básicos, Madrid, Editorial Universitas, 1995.
- Gross, R.D., Psicología. La ciencia de la mente y la conducta, México, Manual Moderno, 1992.
- Mayor, J.; Pinillos, J. L., Tratado de Psicología General. Madrid: Alhambra Universidad (varios volúmenes), 1990.
- Rosel Lana, F., Definición de la psicología y procesos psicológicos básicos, Madrid, Uned, 1999.

1.5.- Hàbits i salut.

- Freixa N. La entrevista con el enfermo alcohólico. Estrategias motivacionales. Jano 2000; LIX: 1383-1384.
- Bouso Saiz José Carlos. Qué son las drogas de síntesis (2003). Editorial Integral.
- Becoña, E. Palomares, A. Tabaco y Salud (1994). Editorial Pirámide.
- Eysenck Hans J. Tabaco, personalidad y estrés (1994). Editorial Herder.
- Gaja Raimon. Deixar de fumar. Editorial Herder.
- Lazarus R. Estrés y emoción (2000). Editorial Declée.
- Gray J.A. La psicología del miedo (1993). Editorial Labor.
- Ellis, A. Sentirse mejor, estar mejor y seguir mejorando (2205). Ediciones Mensajero S.A. Unipersonal.
- Ellis, A. Guía para la felicidad personal (1990). Ediciones Deusto S.A. Barcelona.

2.- Models i tractament.

- Donald L. Whaley. Richard W. Malott. Psicología del comportamiento. Col. Conducta humana, nº 35. Ed. Fontanella. Barcelona, 1978.
- Coderch Sancho, Joan. Teoría y técnica de la psicoterapia psicoanalítica (1990). Editorial Herder, S.A.
- Alain Mijolla, Sophie de Mijolla-Mellor. Fundamentos del psicoanálisis (2003). Editorial Síntesis, S.A.
- Thoma, H.-Kachele, Horst. Teoría y práctica del psicoanálisis, volumen 1 y 2 (1989). Editorial Herder.
- Becoña Iglesias, E. Introducción Conceptual, técnicas de modificación de conducta (1988). Editorial Suteca.
- Ellis, A. Vivir en una sociedad irracional (2000). Ediciones Paidós, Ibérica, S.A.

2.2. Psicopatologia.

- Vallejo Ruiloba, J. Tratado de psiquiatría . 2008 Barcelona. RBA
- Dsm IV. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (American Psychiatric Association).
- Belloch, A. Sadín, B. Ramos, F. Manual de Psicopatología, volumen 1 y 2 (1995). Editorial Mc Graw Hill.
- Kaplan, H.; Sadock, B. Sinopsis de Psiquiatría. (1996) Ed. Médica Panamericana.
- Polaino-Lorente. La depresión (1985). Editorial Martínez Roca.

- Nathan Peter E. Gorman Jack M. Tratamiento de los trastornos mentales (1999). Alianza Editorial.
- Bados, Arturo. Fobia Social (2001). Editorial Síntesis.
- Nardone Giorgio. Psicoseoluciones (2002). Editorial Herder.
- Ellis, A. Cómo controlar la ansiedad antes de que ella la controle a usted (2008). Ediciones Mensajero S.A. Unipersonal.

2.3. Cicle evolutiu.

- Harry Munsinger. Desarrollo del niño. Ed. Interamericana. México, 1978.
- Mussen. Conger. Kagan. Desarrollo de la personalidad en el niño. Ed. Trillas. México, 1979.
- Bowlby J. Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida (2003). Editorial Morata.
- Manzano, Juan. Las relaciones precoces entre padres e hijos y sus trastornos (2001). Editorial Necodisne.
- Morganett Rosemarie S. Técnicas de intervención psicológica para adolescentes (1990). Editorial Martínez Roca.
- Vega Vega, J.L La adolescencia: algunas implicaciones en la psicología evolutiva (1984). Editorial Promolibro.
- Bermejo Fernández, V. Desarrollo cognitivo (1994). Editorial Síntesis S.A.
- Vallejo Orellana, R. Fundamentos de psicología evolutiva (1996). Editorial repiso Libros.
- Vega Vega, S.L. Desarrollo adulto y envejecimiento (1995). Ediciones Síntesis S.A.
- Timiras P. Bases fisiológicas del envejecimiento y geriatría (1996). Editorial Masson S.A.

3.- Els grups.

- Max Pagès. La vida afectiva de los grupos. Ed. Fontanella. Barcelona, 1977.
- Frederic Munnés. Psicología social. CEAC. Biblioteca Básica de Psicología. Barcelona, 1980.
- Kaplan, H.; Sadock, B. Terapia de grupo. (1996) Ed. Médica Panamericana.
- Sunyer Martín, J.M. Psicoterapia de Grupo Grupo-analítica: La construcción de un conductor de grupos (2008) Ed. Biblioteca Nueva.
- Sunyer Martín, J.M. Orientación Psicológica Grupo-analítica, Reflexiones desde la Práctica (2005) Ed. Biblioteca Nueva.

2.3. Trastorns de la conducta alimentària.

- Cervera, Montserrat. Riesgo y prevención de la anorexia y la bulimia (2005). Editorial Pirámide.
- Fernández Aranda, F.; Turon Gil, V. Trastornos de la Alimentación. Ed. Masson
- Nardone Giorgio. Las prisiones de la comida. Editorial Herder.
- Cervera, M. (1996). Riesgo y prevención de la anorexia y la bulimia. Barcelona: Martínez Roca.
- Raich, R. (1994). Anorexia y bulimia: trastornos alimentarios. Madrid: Pirámide.

4.- Experiències educatives en salut.

- Begoña Carbelo. El humor en la relación con el paciente. Masson. Madrid, 2004.
- Ángel Rz Idígoras (Ed). El valor terapéutico del humor. Desclée. Bilbao, 2002.

5.- Entrevista motivacional.

- Miller WR, Rollnick S. La entrevista motivacional. Barcelona: Paidós 1999.
- S. Lizarraga, M. Ayarra. Entrevista motivacional. Supl.2. Vol 24. Anales del Sistema Sanitario de Navarra.
- Torres Morales, M., Balcells Olivero, M. La Entrevista Motivacional: ¡Sí quiero! Thomson Psicología. Vol. 1, num 2, 2003.

6.- La relació terapèutica.

- Ceberio M.R. La buena comunicación. Ed Paidós 2007.
- Coderch Sancho, Juan. La relación paciente-terapeuta: el campo del psicoanálisis y la psicoterapia psicoanalítica. Monografía 2001. Ediciones Paidós Ibérica, S. A.
- Lipchik Eve. Terapia Centrada en la solución, el trabajo con las emociones y la relación terapéutica (2004). Editores Amorrortu.
- Watzlawick Paul. El lenguaje del cambio (1994). Editorial Herder.

7.- Publicitat.

- Ceron-Baillon. La sociedad de lo efímero. Instituto de Estudios de Administración Local. Madrid, 1980.
- Domènec Font. El poder de la imagen. Aula Abierta Salvat, Barcelona, 1981.

8.- La prevenció en salut.

- Miguel Costa. Ernesto López. Salud comunitaria. Ed. Martínez Roca. Barcelona, 1986.