



Universitat de Lleida

# GUIA DOCENT **PSICOLOGIA**

Coordinació: COBO ARIÑO, MARTA

Any acadèmic 2022-23

## Informació general de l'assignatura

<b>Denominació</b>	PSICOLOGIA											
<b>Codi</b>	100606											
<b>Semestre d'impartició</b>	2N Q(SEMESTRE) AVALUACIÓ CONTINUADA											
<b>Caràcter</b>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Grau/Màster</th> <th>Curs</th> <th>Caràcter</th> <th>Modalitat</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Grau en Nutrició Humana i Dietètica</td> <td>1</td> <td>TRONCAL/BÀSICA</td> <td>Presencial</td> </tr> </tbody> </table>			Grau/Màster	Curs	Caràcter	Modalitat	Grau en Nutrició Humana i Dietètica	1	TRONCAL/BÀSICA	Presencial	
Grau/Màster	Curs	Caràcter	Modalitat									
Grau en Nutrició Humana i Dietètica	1	TRONCAL/BÀSICA	Presencial									
<b>Nombre de crèdits assignatura (ECTS)</b>	6											
<b>Tipus d'activitat, crèdits i grups</b>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Tipus d'activitat</th> <th>PRAULA</th> <th>TEORIA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>Nombre de crèdits</b></td> <td>3</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td><b>Nombre de grups</b></td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> </tbody> </table>			Tipus d'activitat	PRAULA	TEORIA	<b>Nombre de crèdits</b>	3	3	<b>Nombre de grups</b>	2	1
Tipus d'activitat	PRAULA	TEORIA										
<b>Nombre de crèdits</b>	3	3										
<b>Nombre de grups</b>	2	1										
<b>Coordinació</b>	COBO ARIÑO, MARTA											
<b>Departament/s</b>	PSICOLOGIA											
<b>Distribució càrrega docent entre la classe presencial i el treball autònom de l'estudiant</b>	<p>H Presencials 60</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Magistral 30</li> <li>- Pràctica 15</li> <li>- Seminari 15</li> </ul> <p>H. No Presencials 90</p>											
<b>Informació important sobre tractament de dades</b>	Consulteu <a href="#">aquest enllaç</a> per a més informació.											
<b>Idioma/es d'impartició</b>	Català Castellà											

Professor/a (s/es)	Adreça electrònica professor/a (s/es)	Crèdits impartits pel professorat	Horari de tutoria/lloc
PROFESSOR PENDENT ASSIGNAR		9	

## 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.. 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'alumnat de l'ensenyament de Nutrició Humana i Dietètica disposar de millors eines en la seva futura professió. Conèixer millor el pacient repercutirà, inevitablement, en un 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 alumnat 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 cada un d'ells.

**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.

**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-psico-socials que tenen incidència 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

### Mòdul 1

#### 1.1 El model bio-psico-social

#### 1.2 Conceptes bàsics

##### 1.2.1 Capacitats cognitives bàsiques

##### 1.2.2 Emoció

##### 1.2.3 Aprenentatge

##### 1.2.4 Intel·ligència

##### 1.2.5 Motivació

##### 1.2.6 Personalitat

##### 1.2.7 Resiliència

### Mòdul II Models i teràpies vinculades

#### 2.1 Psicodinàmic

#### 2.2 Cognitiu - conductual

#### 2.3 Sistèmic

### Mòdul III Psicopatologia

#### 3.1 Trastorns de l'estat d'ànim

#### 3.2 Trastorns d'ansietat

#### 3.3 Trastorns psicòtics

#### 3.4 Trastorns de la conducta alimentària

### Mòdul IV La relació terapèutica

#### 4.1 Habilitats comunicatives

##### 4.1.1 La contextualització

##### 4.1.2 La relació terapèutica

##### 4.2.3 La importància del llenguatge

##### 4.2.4 Els pacients "difícils"

#### 4.2 La intervenció en grup

## 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'oblidar la visió bio psico social de l'assignatura.

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

Les activitats que es duran a terme i que guiaran a l'alumne per a aconseguir els diferents objectius d'aprenentatge són de tres tipus: dirigides, supervisades i autònomes.

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.

S'explicaran els continguts curriculars, fent les ampliacions o adaptacions necessàries segons criteri del professor/a, amb la intenció que s'assimilin els conceptes clau i s'adquireixin els coneixements suficients per portar-los a la pràctica. És el moment d'incorporar exemples reals o simulats (però amb base real), consells pràctics basats en l'experiència, anàlisi de situacions o notícies, etc. En aquesta fase es podran utilitzar tots els materials complementaris i d'ampliació pertinents: documents, presentacions, vídeos, informacions obtingudes d'internet o bibliografia especialitzada, 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.

Es planteja aquesta com una assignatura essencialment pràctica, de moviment i de debat. Es tracta que l'alumne participi i construeixi constantment. Es poden dur a terme diferents tipus d'activitats, unes de caràcter individual, altres en parelles o grups petits i altres en gran grup.

## 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, l'assistència a classe, la seva participació espontània en el grup classe i en els seminaris. Es concibeix aquesta com una assignatura eminentment pràctica, per tant, el treball final d'avaluació serà en format treball i caldrà representar algun dels aspectes referits per l'assignatura, s'avaluarà la presentació, els continguts, el grau de coneixements adquirits i l'aportació personal de l'alumne.

Per aprovar la matèria s'ha d'obtenir una puntuació mínima de 5 en la suma global de les 4 parts que s'avaluen:

- Treball final individual: 30%
- Treball de grup: 20%
- Participació activa en les classes presencials: 25%
- Examen: 25%

## 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. Piràmide.
- Allport, Gordon W. *Psicología de la personalidad* Buenos Aires : Paidós, 1974.
- Eysenck, H.J. y Eysenck, M.W. (1987). *Personalidad y diferencias individuales*. Madrid: Piràmide.
- Tous, J.M<sup>a</sup> (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 Piràmide.
- 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.

### 4. 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.

### 5.- 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.

### 6.- 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.

### 7.- 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.

#### **8.- 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.