

Capítulo 1

- 1) De acuerdo con el texto "Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización", de Judith Beck, ¿cuáles de estas características corresponden a la terapia cognitiva, desarrollada por el Dr. Aaron Beck a comienzos de los años sesenta?
 - a) Tratamiento estructurado y breve, centrado en la modificación de conductas.
 - b) Tratamiento estructurado, breve, centrado en la problemática presente, destinado a resolver los problemas actuales y prevenir recaídas.
 - c) Tratamiento estructurado, breve, destinado a resolver problemas actuales y a modificar el pensamiento y las conductas disfuncionales.
 - d) Tratamiento estructurado, breve, destinado a resolver problemas actuales y a modificar las respuestas emocionales hacia los sucesos.

Correcta: c) página 17

- 2) De acuerdo con el texto "Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización", de Judith Beck, ¿qué propone el modelo cognitivo?
 - a) Que todas las perturbaciones psicológicas tienen en común una distorsión del pensamiento, que influye en el estado de ánimo y en la conducta de los pacientes
 - b) La modificación del pensamiento produce una mejoría en el estado de ánimo y en la conducta de los pacientes y viceversa.
 - c) La mejoría permanente de las perturbaciones psicológicas resulta de la modificación de los pensamientos automáticos.
 - d) La forma de percibir los sucesos determinan las emociones y las conductas de los pacientes, dando lugar a las perturbaciones psicológicas.

Correcta: a) página 17

- 3) En el texto "Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización", de Judith Beck, señala que la terapia cognitiva tal como la desarrolló y perfeccionó Aaron Beck es:
 - a) Un sistema de psicoterapia que cuenta con una teoría unificada de la personalidad.
 - b) Un sistema de psicoterapia basado en la evidencia.
 - c) Un sistema de psicoterapia que se nutre de los aportes de las neurociencias cognitivas.
 - d) Un enfoque terapéutico basado en el diálogo socrático y la alianza terapéutica.

Correcta: a) página 18

- 4) En el texto "Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización" de Judith Beck, la autora, al referirse al caso de Sally señala una secuencia de intervenciones típicas de la terapia cognitiva. ¿Cuáles menciona?
 - a) Se especifica un problema que es identificado como tal por el terapeuta, se identifica y evalúa la idea disfuncional asociada, se establecen objetivos del tratamiento y la alianza terapéutica y se diseña un plan razonable.
 - b) Se especifica un problema que es importante para el paciente, se identifican y se evalúan las creencias y conductas disfuncionales asociadas, se diseña un plan razonable y se evalúa la eficacia de la intervención.

- c) Se especifica un problema que es identificado entre paciente y terapeuta, se identifica una idea disfuncional asociada, se establecen objetivos del tratamiento y la alianza terapéutica y se diseña un plan razonable de tratamiento
- d) Se especifica un problema que es importante para el paciente, se identifica y se evalúa una idea disfuncional asociada, se diseña un plan razonable y se evalúa la eficacia de la intervención.

Correcta: d) página 19

5) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización” de Judith Beck, ¿cuál de estas afirmaciones corresponde al Principio 1 de la terapia cognitiva, según el cual “La terapia cognitiva se fundamenta en una formulación dinámica del paciente y sus problemas planteada en términos cognitivos?”

- a) El terapeuta intenta conceptualizar las dificultades en marcos de tres tiempos.
- b) El terapeuta intenta conceptualizar las dificultades y ubicar factores causales.
- c) El terapeuta presta particular atención a los obstáculos que impiden resolver problemas y plantear objetivos.
- d) El terapeuta suele comenzar la terapia con un examen del aquí y ahora

Correcta: a) página 21

6) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck desarrolla el caso de Sally. En relación al mismo, ¿Cuál de estas afirmaciones corresponde al Principio 1 de la terapia cognitiva, según el cual “La terapia cognitiva se fundamenta en una formulación dinámica del paciente y sus problemas planteada en términos cognitivos?”

- a) El terapeuta comparte a cada momento la conceptualización del caso para asegurarse que Sally la esté percibiendo como algo verdadero.
- b) El terapeuta formula hipótesis acerca de situaciones clave en el desarrollo de Sally y modelos persistentes de interpretación de esas situaciones.
- c) El terapeuta intenta establecer situaciones claves en el desarrollo evolutivo de Sally que causaron la problemática actual.
- d) El terapeuta basa sus formulaciones en los datos que Sally le provee en la primera entrevista y en sus observaciones sobre la dinámica vincular en la sesión.

Correcta: b) página 21

7) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck señala que la terapia cognitiva requiere de una sólida alianza terapéutica y que algunos pacientes especialmente necesitan que se ponga mayor énfasis en la relación terapéutica para poder forzar una alianza de trabajo. ¿A qué tipo de pacientes se refiere?

- a) Aquellos afectados por depresiones con ansiedad.
- b) Aquellos afectados episodios depresivos con ideación suicida.
- c) Aquellos afectados por un trastorno de la personalidad.
- d) Aquellos afectados por un trastorno generalizado del desarrollo.

Correcta: c) página 22

8) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck señala que la terapia cognitiva requiere de una sólida alianza terapéutica, lo que constituye el Segundo principio de ,Terapia Cognitiva. ¿Cuál de esas afirmaciones corresponden a dicho principio?

- a) El terapeuta demuestra su interés haciendo afirmaciones empáticas, escuchando con atención, sintetizando adecuadamente las ideas y sentimientos.
- b) El terapeuta alienta [a Sally] a considerar la terapia como un trabajo en equipo.
- c) La terapia cognitiva es educativa, tiene por objeto enseñar al paciente a ser su propio terapeuta.
- d) La terapia cognitiva plantea una relación lo más simétrica posible entre paciente y terapeuta

Correcta: a) página 22

9) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck señala que la terapia cognitiva enfatiza la colaboración y la participación activa. ¿Cuál de estas afirmaciones corresponde a ese principio?

- a) El terapeuta se vale de un amable diálogo socrático.
- b) El terapeuta pide en la primera sesión que se fijen los objetivos específicos
- c) El terapeuta dedica las primeras sesiones a trabajar sobre la alianza terapéutica.
- d) El terapeuta alienta a considerar la terapia como un trabajo en equipo.

Correcta: d) página 23

10) ¿Cuál de las siguientes afirmaciones se corresponde con el Tercer Principio de la Terapia Cognitiva Judith Beck describe en el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”?

- a) Al comienzo el terapeuta es más activo respecto de las sugerencias sobre la dirección que debe tomar la terapia.
- b) El terapeuta se vale de un amable diálogo socrático.
- c) Se busca que el paciente se convierta en su propio terapeuta con el correr del tratamiento.
- d) El terapeuta alienta al paciente a ser el protagonista de su proceso de cambio.

Correcta: a) página 23

11) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck señala que la terapia cognitiva está orientada hacia objetivos y centrada en problemas determinados. ¿Cuál de estas afirmaciones corresponde a ese principio?

- a) Todos los pacientes requieren entrenamiento específico en resolución de problemas.
- b) El terapeuta debe impartir una enseñanza directa para aprender estrategias de acuerdo a los objetivos.
- c) Los pacientes que antes del trastorno tenían un funcionamiento adecuado, muchas veces no requieren de un entrenamiento específico en resolución de problemas
- d) Las sesiones de terapia cognitiva son estructuradas en función de los objetivos y problemas.

Correcta: c) página 23

12) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck describen los Principios de la Terapia Cognitiva. De Acuerdo al Cuarto principio, la terapia cognitiva está orientada hacia objetivos y centrada en problemas determinados. ¿Cuál de estas intervenciones corresponde a ese principio?

- a) El terapeuta ayuda a evaluar los pensamientos que interfieren con sus objetivos y a tomar medidas al respecto.
- b) El terapeuta establece los objetivos de acuerdo a su evaluación diagnóstica.
- c) El terapeuta ayuda a definir y jerarquizar las conductas problema.
- d) El terapeuta debe impartir siempre una enseñanza directa para aprender estrategias de resolución de problemas.

Correcta: a) página 23

13) ¿Qué implica, de acuerdo a Judith Beck En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización” el Quinto Principio de la terapia Cognitiva?

- a) En pacientes con un trastorno de la personalidad, el terapeuta debe comenzar de todos modos por analizar la historia de su desarrollo.
- b) El terapeuta cognitivo suele comenzar la terapia con un examen del aquí y ahora, independientemente de cuál sea el diagnóstico.
- c) La atención pueden centrarse en el pasado en pacientes con un trastorno de la personalidad.
- d) El abordaje exhaustivo de la situación perturbadora actual lleva al alivio de los síntomas, sin necesidad de analizar el origen de los comportamientos.

Correcta: b) página 24

14) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck señala que la terapia cognitiva inicialmente destaca el presente ¿Cuál de estas afirmaciones es correcta de acuerdo a este principio?

- a) La atención puede centrarse en el pasado cuando el paciente siente una fuerte predilección por hacerlo.
- b) La atención puede centrarse en la historia del desarrollo sólo en pacientes con trastorno de personalidad.
- c) La atención puede centrarse en el pasado en casos de estrés post traumático.
- d) La atención puede centrarse en el pasado cuando es necesario comprender el origen de las conductas problemáticas actuales.

Correcta: a) página 24

15) ¿Cuál es el objeto de la Terapia Cognitiva de acuerdo al Sexto Principio que describe Judith Beck en el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”?

- a) Tiene por objeto que el paciente aprenda a resolver su problemática con las herramientas que se proponen en el tratamiento.
- b) Tiene por objeto que el paciente comprenda el impacto de sus pensamientos disfuncionales en la conducta.
- c) Tiene por objeto enseñar al paciente a ser su propio terapeuta y pone énfasis en la prevención de recaídas.
- d) Tiene por objeto enseñar al paciente estrategias y habilidades que le permitan resolver su problemática de forma definitiva.

Correcta: c) página 24

16) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck señala que la terapia cognitiva tiende a ser limitada en el tiempo ¿Cuál de estas afirmaciones es correcta de acuerdo a este principio?

- a) Algunos pacientes necesitan tratamientos de uno o dos años para poder modificar creencias disfuncionales muy rígidas.
- b) Algunos pacientes con depresión y angustia severos deben tratarse durante un período mayor que 14 sesiones.
- c) Algunos pacientes con depresión severa o que manifiestan conductas suicidas requieren tratamientos de uno o dos años para modificar las creencias muy rígidas.

d) Los pacientes con depresión severa requieren de sesiones de refuerzo luego de la finalización del tratamiento para prevenir recaídas.

Correcta: a) página 25

17) ¿Qué caracteriza a las sesiones de terapia cognitiva, de acuerdo al Octavo Principio que describe Judith Beck en el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”?

- a) Se estructuran según el diagnóstico y la etapa del tratamiento.
- b) Su formato ayuda a centrar la atención en lo más importante y maximizar el uso del tiempo.
- c) El formato permite que la terapia sea mejor comprendida y afianza la alianza terapéutica.
- d) La estructura permite el mayor aprovechamiento de la sesión e incrementa la eficiencia del tratamiento.

Correcta: b) página 25

18) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck señala que La terapia cognitiva ayuda a los pacientes a identificar y evaluar sus pensamientos y comportamientos disfuncionales ¿Cuál de las siguientes afirmaciones es correcta de acuerdo a este principio?

- a) El terapeuta se vale de un cuestionamiento socrático que la ayuda a evaluar la funcionalidad de sus comportamientos.
- b) El terapeuta se vale del empirismo colaborativo para evaluar la validez de los pensamientos.
- c) El terapeuta utiliza una variedad de técnicas para cambiar el pensamiento, el estado de ánimo y la conducta.
- d) El terapeuta utiliza el descubrimiento guiado para develar las creencias subyacentes.

Correcta: d) página 26

19) Según el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, ¿Cuál es el uso que se le da a las técnicas en terapia cognitiva?

- a) El terapeuta se vale de técnicas de otras orientaciones sólo cuando el cuestionamiento socrático no resulta eficaz.
- b) El terapeuta selecciona las técnicas de acuerdo a las preferencias del paciente y su estilo cognitivo.
- c) El terapeuta selecciona las técnicas según el planteamiento de cada caso y los objetivos que establece para cada sesión.
- d) El terapeuta se vale de técnicas de diversas orientaciones, especialmente el psicodrama.

Correcta: c) página 26

20) ¿Qué afirma Judith Beck en el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, respecto del tratamiento de la drogadicción?

- a) Requiere una modificación de las creencias acerca del propio valor.
- b) Enfatiza la reevaluación del riesgo en ciertas situaciones.
- c) Se centra en los sentimientos negativos respecto del yo y en los sentimientos permisivos o de justificación respecto del uso de drogas
- d) Implica la evaluación de las fantasías catastróficas del paciente.

Correcta: c) página 27

21) ¿Qué afirma Judith Beck en el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, respecto del tratamiento de la anorexia?

- a) Requiere una modificación de las creencias acerca del propio valor.
- b) Enfatiza la reevaluación del riesgo en ciertas situaciones.
- c) Se centra en los sentimientos negativos respecto del yo
- d) Implica la evaluación de las fantasías catastróficas del paciente.

Correcta: a) página 27

22) ¿Qué afirma Judith Beck en el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, respecto del tratamiento de la Ansiedad Generalizada?

- a) Requiere una modificación de las creencias acerca del propio valor.
- b) Enfatiza la reevaluación del riesgo en ciertas situaciones.
- c) Se centra en los sentimientos negativos respecto del yo
- d) Implica la evaluación de las fantasías catastróficas del paciente.

Correcta: b) página 27

23) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck señala que se puede describir el desarrollo de un terapeuta cognitivo en tres pasos. ¿Cuál es el paso 2?

- a) Los terapeutas aprenden a estructurar la sesión y utilizar las técnicas básicas.
- b) Los terapeutas comienzan a integrar la conceptualización con su conocimiento de las técnicas
- c) Los terapeutas profundizan su capacidad para plantear hipótesis que confirman o modifican su visión de los pacientes.
- d) Los terapeutas pueden variar la estructura y las técnicas de la terapia cognitiva básica para adecuarla a casos difíciles

Correcta: b) página 27

Cap. 16 “Planificación del tratamiento”

24) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización” Judith Beck se refiere a la planificación del tratamiento y el logro de los objetivos terapéuticos amplios. ¿Cuál de estas afirmaciones es correcta respecto de los mismos?

- a) En el nivel más explícito el terapeuta busca comprender el origen de la perturbación, facilitar la remisión del trastorno y prevenir recaídas
- b) El objetivo se limita a reducir los síntomas ayudando a que el paciente modifique sus pensamientos, creencias y comportamientos disfuncionales.
- c) El terapeuta además le enseña y lo motiva al paciente para que continúe con la modificación por su cuenta, luego de la finalización del tratamiento.
- d) El terapeuta utiliza además el modelado de conducta en la sesión, valiéndose del vínculo terapéutico

Correcta: c) página 333

25) ¿Cuál de estas intervenciones señala Judith Beck en el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, para el logro de los objetivos terapéuticos más amplios?

- a) Ayuda a aliviar el estrés del paciente a través de técnicas cognitivas, conductuales y de resolución de problemas.
- b) Realiza intervenciones psicoeducativas con el paciente y su entorno.
- c) Interviene en el aquí y ahora de la sesión modelando la conducta del paciente.
- d) Da tareas inter- sesión al paciente, de acuerdo con los objetivos terapéuticos acordados.

Correcta: a) página 334

26) ¿Qué puntualiza Judith Beck en “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización” respecto a la planificación del tratamiento a lo largo de las sesiones?

- a) En la etapa intermedia el profesional continúa trabajando en los objetivos previamente acordados y en la prevención de recaídas.
- b) En la etapa inicial del tratamiento, el profesional y el paciente se hacen cargo conjuntamente del plan de la sesión y la asignación de tareas.
- c) En la etapa intermedia el terapeuta se vale de técnicas “racionales” y “emocionales” de otros enfoques para contribuir a la modificación de la conducta.
- d) En la etapa final de la terapia, el énfasis se pone en la preparación para el fin del tratamiento y la prevención de recaídas.

Correcta: d) página 334

27) ¿Qué señala Judith Beck respecto de la planificación del tratamiento y el diseño del plan de tratamiento, en el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”?

- a) Una vez formulado el plan general de tratamiento, el profesional se ciñe a él en un grado variable y lo revisa si es necesario
- b) El terapeuta desarrolla un plan de tratamiento basándose en la evaluación del paciente, los síntomas y el impacto de éstos en la vida cotidiana del paciente.
- c) El paciente participa activamente en el diseño del plan de tratamiento.
- d) El terapeuta analiza lo sucedido en la sesión anterior para planificar la sesión siguiente.

Correcta: a) página 335

28) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck se refiere a la planificación del tratamiento y de las sesiones. Tomando el caso de Sally, qué ítems considera para el análisis de problemas?

- a) Situaciones problemáticas típicas- comportamientos disfuncionales distorsiones cognitivas- estrategias terapéuticas.
- b) Situaciones problemáticas típicas- comportamientos disfuncionales- desregulación emocional- estrategias terapéuticas.
- c) Situaciones problemáticas típicas- alianza terapéutica- distorsiones cognitivas- estrategias terapéuticas.
- d) Situaciones problemáticas típicas- comportamientos disfuncionales- distorsiones cognitivas- desregulación emocional.

Correcta: a) página 337

29) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck se refiere a la decisión sobre ocuparse de un problema. ¿Qué afirma?

- a) El terapeuta selecciona aquellos problemas que son perturbadores o recurrentes de acuerdo a su evaluación en la entrevista inicial.
- b) El terapeuta selecciona, a partir del motivo de consulta del paciente, aquellos problemas sobre los que piensa que puede efectuar una modificación durante la sesión.
- c) Aunque el terapeuta toma la decisión en conjunto con el paciente, procura orientar la terapia hacia el tratamiento de aquellos problemas que son perturbadores, recurrentes o permanentes.

d) El terapeuta considera el impacto de las problemáticas en la vida cotidiana y los recursos del paciente para tomar la decisión.

Correcta: c) página 342

30) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización” Judith Beck, al referirse a la decisión sobre ocuparse de un problema, señala que el terapeuta puede usar la etapa de la terapia como guía para decidir. ¿Qué afirma al respecto?

- a) Suelen evitar el tratamiento de problemas muy complejos y perturbadores en las primeras sesiones con pacientes ansiosos.
- b) No se deben activar las creencias centrales dolorosas del paciente hasta que no esté en la segunda etapa.
- c) Las sesiones de la etapa inicial suelen dedicarse al tratamiento de problemas más sencillos.
- d) Las sesiones de la etapa inicial deben orientarse a problemas que permitan incrementar la sensación de autoeficacia.

Correcta: c) página 346

31) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, Judith Beck, al referirse a la decisión sobre ocuparse de un problema, señala que el terapeuta puede usar ¿En qué casos el terapeuta debe cambiar el foco en una sesión de acuerdo a Judith Beck en “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”?

- a) En especial si se da cuenta que el paciente no cuenta con los recursos para afrontar adecuadamente el problema.
- b) En especial si se da cuenta que una intervención suscita una reacción afectiva negativa.
- c) En especial si se da cuenta que la alianza terapéutica no se encuentra lo suficientemente sólida para abordar ese problema.
- d) En especial si se da cuenta de que sus intervenciones no son exitosas o de que el paciente está experimentando un mayor malestar que no se desea.

Correcta: d) página 346

32) En el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización” la autora señala que al comienzo de la terapia el profesional trata de evitar ciertos temas. ¿Cuáles menciona?

- a) Problemas demasiado complejos, problemas asociados a creencias muy fuertes y rígidas.
- b) Problemas para los cuales el paciente no cuenta con adecuadas estrategias de afrontamiento.
- c) Problemas para los cuales los tratamientos previos fueron ineficaces.
- d) Problemas que generan un deterioro significativo en la vida cotidiana.

Correcta: a) página 347

33) Según el texto “Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización”, de Judith Beck, qué variante se realiza de la terapia cognitiva estándar para abordar trastorno de pánico?

- a) La terapia enfatiza la reestructuración cognitiva, las técnicas para controlar la ansiedad y la exposición gradual.
- b) La terapia pone énfasis en la prevención de la exposición y de las reacciones.
- c) La terapia se centra en enseñar al paciente a evaluar de manera más realista las amenazas de peligro.
- d) La terapia enfatiza la evaluación y la comprobación de las interpretaciones inadecuadas de tipo catastrófico que hace el paciente.

Correcta: d) página 348

SRM Cursos®