

- 1.- El rasgo común más destacable a todos los modelos cognitivos es la consideración de la cognición como: a) Elemento determinante de la conducta. b) Una variable del organismo que no determina la conducta. c) Una variable interna que no influye en la respuesta.
- 2.- Una de las características actuales de la Terapia Cognitivo Conductual es que: a) Pone el énfasis en los determinantes actuales del comportamiento sin tener en cuenta factores históricos. b) Solo tiene en cuenta los determinantes históricos por considerar al individuo en su contexto. c) Pone el énfasis en los determinantes actuales, pero tiene en cuenta los factores históricos que explican por que se da la situación actual.
- 3.- El conductismo de Watson proponía que el objeto de la psicología debía de ser: a) La conciencia concebida como estímulos internos. b) La conducta manifiesta. c) La mente entendida como estímulo interno y respuesta externa.
- 4.-Cuando se está realizando la Evaluación Conductual, una respuesta psicofisiológica asociada a un estresor breve sería: a) Una variable causal. b) Una variable intermedia. c) Un marcador causal .
- 5.-En la fase de la “formulación del caso”, el objetivo fundamental es: a) La formulación de hipótesis susceptibles de contrastación empírica. b) El establecimiento de las variables históricas. c) La delimitación del problema.
- 6.-Cuando a un adolescente le quitan 5 euros de la paga por llegar a casa más tarde de la hora establecida, se está empleando : a) Coste de respuesta. b) Reforzamiento diferencial de conductas alternativas. c) Reforzamiento diferencial de tasas bajas de respuesta.
- 7.-Uno de los componentes del Programa de Economía de Fichas es: a) La indicación explícita del número de fichas que se pueden ganar por cada comportamiento. b) El establecimiento del sistema de castigos que se aplicará cada vez que las conductas se desvíen de las metas. c) El análisis de la historia de cada problema que se va a tratar.
- 8.-Una de las funciones de “*los contratos de contingencias*” es conseguir : a) La implicación de la persona en el cambio de su conducta. b) La implicación del terapeuta o moderador en los problemas sociales. c) El aumento de la relación entre el individuo y su contexto.
- 9.-En el contexto de la terapia de Exposición aplicada a los trastornos de ansiedad “*la habituación*” se concibe en términos: a) Psicofisiológicos y en algunos casos en términos subjetivos. b) Solamente subjetivos. c) Contextuales.
- 10.-Con respecto a las fobias específicas la modalidad de Exposición que ha demostrado ser más eficaz es: a) En imaginación. b) En vivo. c) En grupo.
- 11.-La *Exposición Simulada* es una variante de la Exposición: a) en Vivo. b) Contrastada. c) Simbólica.
- 12.-Al aplicar la Desensibilización Sistemática, durante la relajación entre las exposiciones, es importante mantener un tiempo de atención: a) No inferior a 40 segundos. b) No inferior a 60 segundos. c) De 30 segundos.
- 13.-El tipo de respiración más superficial y menos saludable es la respiración: a) Diafragmática. b) Costal. c) Abdominal.
- 14.-En la “*respiración contada*” se dan indicaciones de pensar en: a) Números en orden descendente. b) Palabras como “calma” y “relax”. c) Números desde el 1 al 10.
- 15.-Según Kelly (1987) la exposición a un modelo suele conllevar que el observador: a) Desvíe la atención hacia estímulos del contexto no deseados. b) Disminuya la motivación para ejecutar la tarea. c) Emita con más frecuencia una conducta que ya existía.

- 16.-En el Entrenamiento en Habilidades Sociales (EHS) el componente que permite que el cliente tome un papel activo en el proceso de adquisición de habilidades es: a) El Modelado. b) El Ensayo Conductual. c) El reforzamiento interno.
- 17.- En la Terapia Cognitiva, “*los esquemas afectivos*” son responsables de: a) La generalización de los sentimientos. b) La generación de deseos. c) La inhibición de las acciones.
- 18.-Para Ellis una creencia irracional sería: a) “*A veces dudo al tomar decisiones porque podría equivocarme*”. b) “*Cometí un error por lo que soy un incompetente*”. c) “*Me gustaría conseguir un buen trabajo y tengo miedo a no conseguirlo*”.
- 19.-Si en la TREC un terapeuta le dice a su cliente: “*has sacado solo un suspenso y te has presentado a nueve asignaturas. Donde está la evidencia de que no vales nada*” está empleando la técnica de: a) Reducción al absurdo. b) Preeminencia del éxito. c) Análisis y Evaluación empírica.
- 20.-En Terapia Cognitiva cuando se le pide al paciente que intente transformar una imaginación negativa en otra más neutra o positiva con el fin de experimentar mayor control, se está empleando la técnica de: a) Imaginación positiva. b) Imaginación diferida. c) Imaginación inducida.
- 21.-En la Terapia Cognitiva la técnica de “*distracción externa*” se incluye dentro de las técnicas denominadas: a) Conductuales. b) Cognitivas. c) Emotivas.
- 22.-En el Entrenamiento en Inoculación de Estrés (EIE), la técnica de Exposición en imaginación que puede utilizarse durante la “*fase de adquisición de habilidades de afrontamiento*”, pertenece a las estrategias: a) Cognitivas. b) Control de la activación. c) Conductuales.
- 23.-Uno de los hechos que propiciaron el surgimiento de la Terapia de Solución de Problemas fue: a) El desarrollo de la fenomenología posterior a los años 50. b) El interés por la creatividad presente en EEUU en la década de los 50. c) Las teorías estructuralistas.
- 24.-En el *Mindfulness*, la “*autorregulación de la atención*” requiere una de las siguientes habilidades: a) Atención pasiva. b) Cambio atencional. c) Elaborar sentimientos.
- 25.-Una de las metas de la Terapia Cognitiva Basada en *Mindfulness* para la Depresión es: a) Prevenir las conductas de riesgo. b) Enseñar habilidades que ayuden a prevenir una recaída. c) Cambiar los pensamientos catastrofistas.
- 26.-Al practicar el programa de Reducción de Estrés basado en *Mindfulness*, la practica de la meditación sentada durante 30 o 45 minutos al día alternando con yoga, se realiza en: a) La semana séptima. b) Las semanas quinta y sexta. c) Las semanas tercera y cuarta.
- 27.-Una de las asunciones básicas del “*contextualismo funcional*” es: a) El empirismo como metodología. b) El pragmatismo como criterio de verdad de la ciencia. c) La fenomenología de la acción.
- 28.-En la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), al proceso de ayudar al cliente a cambiar la relación con los pensamientos y otras experiencias privadas y verlas como eventos mentales que van y vienen, se le denomina: a) Defusión cognitiva. b) Observación pasiva. c) Permanencia calmada.
- 29.-En el procedimiento de “*condicionamiento por alarma*” (pipi-stop), el uso de pañales: a) No se recomienda. b) Se recomienda hasta que el niño consigue estar seco una semana. c) Se recomienda habitualmente.
- 30.-Si al emplear la Intención Paradójica el terapeuta le dice a un paciente: “*Es verdad que usted va muy lento en el tratamiento, considero que tardará mucho en conseguir los objetivos porque el problema que padece es muy grave*”, está pretendiendo: a) Desbloquear el proceso de cambio. b) Afrontar los retos sobre la inutilidad del tratamiento. c) Responder al discurso ambiguo del paciente.