

Exclusivo

UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR
DEPARTAMENTO DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA
DEL COMPORTAMIENTO

ESTUDIOS GENERALES EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA DEL COMPORTAMIENTO

CODIGO: **CCW458**

HORAS: 3

CREDITOS: 3

NOMBRE ASIGNATURA: ANALISIS Y CONTROL DEL TEMOR A HABLAR EN PÚBLICO

REQUISITOS:

PROFESOR: LYÁ FELDMAN DE CHABERMAN.

1. INTRODUCCIÓN: El temor a hablar en público es muy frecuente en poblaciones estudiantiles de diversas edades y en el caso de estudiantes universitarios puede constituir una interferencia considerable en la ejecución y rendimiento académico.
2. OBJETIVOS: Esta asignatura tiene como objetivo general lograr que el estudiante conozca los principios del análisis conductual aplicado relevantes para el análisis y control del temor a hablar en público.
3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS: el estudiante, a través de lecturas, discusiones y ejercicios en clase, será capaz de:
 - a. Entender los mecanismos de adquisición y mantenimiento del temor a hablar en público.
 - b. Conocer y aplicar técnicas para el control de las respuestas de temor a través de sus componentes cognitivos, fisiológicos y conductuales.
 - c. Evaluar la efectividad de dichas técnicas.

4. PROGRAMA: (El orden de los temas no implica una secuencia temporal)

Tema 1: ¿Cómo analizar una respuesta de temor? Algunos conceptos básicos

- a. Principios generales del Análisis Conductual Aplicado
- b. Mecanismos de adquisición de respuestas de temor
- c. Componentes de una respuesta de temor
 - El componente cognitivo
 - El componente fisiológico
 - El componente motor
- d. Covariación entre estos componentes: sincronía y desincronía
- e. Diferencias entre temor y fobia.

2. Tema 2: ¿Qué es el temor a hablar en público?

- a. Características generales más frecuentes
- b. Variables cognitivas
- c. Variables fisiológicas
- d. Variables conductuales
- e. Prevalencia en diferentes grupos de edad.

3. Tema 3: ¿Cómo medir y evaluar las respuestas de temor a hablar en público?

- a. Autoinformes: ventajas y limitaciones
- b. Registros fisiológicos: ventajas, dificultades y limitaciones
- c. Observaciones conductuales
- d. Autoobservación y autovaloración
- e. Autoeficacia y locus de control
- f. Relaciones esperadas entre los diferentes procedimientos de medida.

4. Tema 4: ¿Cómo controlar y eliminar el temor a hablar en público?

- a. Relajación muscular
- b. Autoverbalizaciones
- c. Técnicas de automanejo
- d. Modelaje en vivo y simbólico
- e. Desensibilización sistemática en vivo y en imagen
- f. Usos y limitaciones de estas técnicas
- g. Necesidad de programas individualizados: Combinación de técnicas y enfoque integral de las respuestas de temor.

5. Tema 5: ¿Cómo evaluar la efectividad de las técnicas de control?

- a. Diseños de tratamiento: evaluaciones sucesivas
- b. Dificultades metodológicas

6. Tema 6: La prevención de respuestas de temor

- a. Tratamiento versus prevención
- b. ¿Cómo prevenir el temor a hablar en público?

