



**Nombre de alumno: Heydi Vianey
morales Hernández**

Nombre del profesor: Lourdes

**Nombre del trabajo: cuadro
sinóptico**

Materia: análisis de la conducta

Grado: segundo cuatrimestre

Grupo: a

Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de abril de 2023.

Análisis conductual aplicado

4.1 INTRODUCCION A LAS TECNICAS

Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), que implica diversos tipos de tratamiento en base a diversas problemáticas de índole biopsicosocial en el ser humano.

Esta terapia no solo se queda a nivel individuo, considerándolo parte de un conjunto funcional de entes que se desarrollan en base a sociedades y naturaleza biológica.

Características importantes

La conducta es el objetivo principal. Donde la conducta está controlada por sus consecuencias. Tratamiento o intervención. Una disciplina que cuenta con terapeutas, someten su trabajo a un constante control, verificación y contrastación.

4.2 MOLDEAMIENTO

consiste en reforzar las aproximaciones sucesivas que conducen al desarrollo de una conducta meta.

se utiliza de forma frecuente para desarrollar repertorios de conducta que no se han establecido o que el individuo aún no sabe cómo realizar.

Funciona de forma efectiva cuando se le quiere enseñar algo nuevo a un sujeto.

4.3 y 4.4

4.3 Reforzamiento diferencial de otras conductas (RDO)

Esta estrategia consiste en la realización de dos pasos:

- *Poner bajo extinción la conducta problema o aquella que se quiere eliminar.
- *Reforzar la conducta que se quiere aumentar, es decir, aquella que quieren que ocurra de forma más frecuente.

La extinción en el condicionamiento operante, consiste en eliminar el reforzador que está operando en el mantenimiento de la conducta.

4.4. Economía de fichas

La economía de fichas es un programa utilizado para modificar el comportamiento de los individuos, que tiene como resultado tanto el aumento como la disminución de conductas.

Las fichas funcionan como el dinero, es decir, hay posibilidad de canjearlas por múltiples reforzadores.

Aumento considerable de comportamientos que se quieren mantener en el tiempo y una disminución de aquellos que se quieren eliminar.

4.5 y 4.6

4.5 Elementos básicos de un programa de economía de fichas

Es muy importante que las fichas sean llamativas, pueden ser hechas de cualquier material y es conveniente que sean manipulables, fácilmente entregables y ligeras.

es importante que las fichas sean entregadas únicamente por los sujetos que van a estar implicados en el programa.

Reforzadores de apoyo:

Hace referencia a los elementos que el sujeto puede obtener a partir del cambio de las fichas obtenidas.

Conductas:

Debe especificarse de forma clara, detallada y objetiva las conductas que quieren que el sujeto realice de forma más frecuente, y además aquellas que quieren eliminar.

Reglas que especifiquen:

Deben existir unas reglas puntuales

4.6 Instalación de un programa de economía de fichas

Fase de muestreo de fichas:

En primer lugar, es importante que se le explique al sujeto la dinámica de la técnica, sus objetivos y reglas.

En esta fase, el objetivo principal es que el individuo comprenda la función de la ficha.

Delimitar y definir las conductas a modificar:

En este punto es importante que se le informe al sujeto lo que se espera que haga, y también lo que no.

Establecer contingencia de fichas.

Seleccionar e indicar los reforzadores de apoyo.

Lugar y momento de entrega fichas.

4.7 y 4.8

4.8 Estrategias cognitivo- conductuales

4.7 Fase de desvanecimiento o finalización de la economía de fichas.

Una vez que el sujeto se mantiene en la emisión de las conductas deseables, es decir, se observa que la ocurrencia de la conducta es constante, se puede dar paso a la última fase del programa: la finalización .

La intención de esto es que luego de terminado el programa, las conductas instauradas se mantengan por reforzadores sociales y no por los tangibles.

Para desarrollarla, es fundamental tener en cuenta que el programa no se puede eliminar de forma abrupta.

Se le puede dar un reforzador social: lo estás haciendo bien, para que la persona se sienta orgullosa de su acto.

Para el enfoque conductual, las variables como el pensamiento o la cognición no son consideradas causas de la conducta observable, no obstante, esta afirmación cobra sentido desde una lógica cognitivo-conductual.

Las personas se comportan como lo hacen debido a una estructura de pensamiento particular, en ese sentido, si se quiere modificar lo que la persona hace, primero debe alterarse la estructura de pensamiento del sujeto.

4.9 Y 4.10

4.9 Registros cognitivos

Una de las técnicas más comunes para modificar el pensamiento, y así conseguir que las personas actúen de forma diferente, está relacionada con el autor; registros cognitivos.

Para comprender mejor el ejemplo de Ruiz Díaz y Villalobos.

*Fecha y hora*situación*emociones*pensamientos automáticos*respuesta racional*resultado.

4.10 Descubrimiento guiado

Esta técnica ayuda al psicólogo clínico a desarrollar en los consultantes habilidades que les permitan debatir sus propios pensamientos.

Para que el individuo reflexione sobre lo que usualmente piensa y comprenda que la forma cómo interpreta el mundo es lo que está causando tanto las emociones de malestar.

Lo ideal es que el terapeuta presente una serie de preguntas orientadoras, que ayudan en la modificación de las cogniciones, pues recuerden que en la medida en que el sujeto piense distinto, comenzará a actuar diferente.

4.11

Conclusión y recomendaciones

La Terapia Cognitivo-Conductual es, quizás, el tipo de intervención psicológica que más aplicaciones tiene hoy en día.

Hay aplicaciones específicas para los trastornos por ansiedad, para la depresión, para la esquizofrenia, para las disfunciones sexuales, para el juego patológico, para los trastornos de personalidad, etc...

Cada una de las estrategias tiene procesos y métodos particulares, sin embargo, comparten la misma finalidad: modificar el comportamiento humano.

Recuerden que parte de la efectividad de estas herramientas, se basa en cómo se aplican.

Un elemento adicional que también es fundamental en la comprensión de estas estrategias, es saber diferenciar la visión epistemológica desde la cual se desarrollan.

Finalmente, que ustedes sepan reconocer que existen estrategias conductuales y cognitivo-conductuales es relevante en su formación como profesionales, pues eso les permitiría desarrollar una praxis con alta calidad.