



Nombre de alumno: Aline de la Luz Oseguera Pérez

Nombre del profesor: Guadalupe de Lourdes
Abarca Figueroa

Nombre del trabajo: Cuadro Sinóptico

Materia: Análisis de la conducta

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: Segundo cuatrimestre

Grupo: LPS19SSC1022-A

Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de abril de 2023

Análisis conductual aplicado

Introducción a las técnicas

La Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) implica diversos tipos de tratamiento en base a diversas problemáticas de índole biopsicosocial en el ser humano. Cabe destacar que es la que mayor resultado positivo ha arrojado en resumen de tratamiento a pacientes con trastornos más específicos y de mayor problemática como lo son la esquizofrenia o el trastorno límite

Moldeamiento

El moldeamiento consiste en reforzar las aproximaciones sucesivas que conducen al desarrollo de una conducta meta. Esta técnica se utiliza de forma frecuente para desarrollar repertorios de conducta que no se han establecido o que el individuo aún no sabe cómo realizar. Es decir, el moldeamiento funciona de forma efectiva cuando se le quiere enseñar algo nuevo a un sujeto.

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

Aplicar el RDO consiste en eliminar el reforzador que está manteniendo la conducta problema, y además entregar uno después de que el sujeto realiza la conducta alternativa.

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. Usualmente es utilizado en niños, sin embargo, esto no quiere decir que no pueda ser usado en población adulta.

Elementos básicos de un programa de economía de fichas

Fichas: Es muy importante que las fichas sean llamativas, no puedan ser copiadas o diseñadas por el sujeto que está bajo la economía de fichas, es importante que 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

Análisis conductual aplicado

Instalación de un programa de economía de fichas

Fase de muestreo de la ficha: es importante que se le explique al sujeto la dinámica de la técnica, sus objetivos y reglas.

Delimitar y definir las conductas a modificar: Es importante que se le informe al sujeto lo que se espera que haga, y también lo que no.

Establecer las contingencias en fichas: Es importante que se establezca el número de fichas que el sujeto va a ganar cuando emita las conductas que se quieren mantener, y cuantas va a perder en caso de realizar los comportamientos que se quieren eliminar

Seleccionar e indicar los reforzadores de apoyo: Seleccionar los reforzadores de apoyo y determinar su valor en fichas.

Determinar el momento y lugar de entrega de fichas: Es importante que, al inicio del programa, se informe el momento y lugar en el que se podrá hacer efectivo el canje

Fase de finalización de economía de fichas

Para desarrollarla, es fundamental tener en cuenta que el programa no se puede eliminar de forma abrupta, debe hacerse de forma progresiva. El elemento más importante que se debe aplicar al momento de eliminar el programa es acompañar la entrega de la ficha con un reforzador social. La intención de esto es que luego de terminado el programa, las conductas instauradas se mantengan por reforzadores sociales y no por los tangibles que se entregaron a lo largo de la aplicación de la técnica

Estrategias cognitivo-conductuales

El enfoque cognitivo-conductual.

Desde esta visión, 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.

Registros cognitivos

Una de las técnicas más comunes para modificar el pensamiento, y así conseguir que las personas actúen de forma diferente. El más utilizado es el registro diario de pensamientos distorsionados propuesto inicialmente por Beck (1979). Esta dividido de la siguiente forma:

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

Descubrimiento guiado

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