Nombre de alumno: Edith Daniela Guillén Gordillo

Nombre del profesor: Lourdes Abarca Figueroa

Nombre del trabajo: 2ª. Actividad

Materia: Análisis de la conducta

Grado: 2 cuatrimestre

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 9 de Abril del 2023.

Análisis conductual aplicado

Área que se encarga de estudiar las relaciones entre la conducta y el ambiente.

- La conducta es el objetivo principal.
- Uno de los elementos más relevantes es el condicionamiento operante.
- El tratamiento o la intervención van orientados a modificar la conducta,
- Es una disciplina que cuenta con terapeutas que además de modificar la conducta humana, desempeñan un rol de investigadores.

Más herramientas

Economía de fichas: programa utilizado para modificar el comportamiento de los individuos, que tiene como resultado tanto el aumento como la disminución de conductas.

Elementos básicos de un programa de economía de fichas: llamativas, manipulables, personalizadas y ligeras de información.
Reforzadores de apoyo: tangibles e intangibles.
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.
Deben existir unas reglas puntuales que hagan referencia a:
- Cuáles son las conductas que, por ser emitidas, el sujeto recibe fichas.
- Cuántas fichas gana por realizar cada conducta.
- Cuáles son las conductas que, por ser emitidas, el sujeto pierde fichas.
- Cuáles son los reforzadores de apoyo por los que el sujeto puede cambiar las fichas.
- Cuántas fichas cuesta cada reforzador de apoyo

Instalación de un programa de economía de fichas.

-Fase de muestreo de fichas con el objetivo de que el individuo comprenda la función de la ficha.
-Delimitar y definir las conductas a modificar, conductas a eliminar y conductas a aumentar.
-Establecer la contingencia de fichas, 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, con el objetivo general de seleccionar los reforzadores de apoyo y determinar su valor en fichas.

Finalización de economía de fichas. Con La intención de 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

Moldeamiento: funciona de forma efectiva cuando se le quiere enseñar algo nuevo a un sujeto.
-**El primer paso**: consiste en seleccionar la conducta meta y definirla de forma clara y completa.
-**El segundo pasó:** se debe saber el nivel inicial en el que se encuentra el sujeto en relación con lo que se quiere enseñar.
-**El tercer paso**: consiste en seleccionar los reforzadores que se utilizarán.
- **El último paso**: es comenzar a reforzar de forma diferencial las aproximaciones sucesivas.

Reforzamiento diferencial de otras conductas: lograr la disminución de comportamientos no deseados, al mismo tiempo que se generan otros que sean mucho más adaptativos o funcionales.
- 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

Estrategias cognitivo conductuales.

- **Registros cognitivos:** técnicas más comunes para modificar el pensamiento, a través de seis pasos. (Fecha y hora, emoción, situación, pensamiento automático, respuesta racional y resultado.)
- **Descubrimiento guiado:** 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.

Conclusión y recomendaciones

Está basada en una ciencia cognitiva, en las teorías cognitivas, en la psicología cognitiva, que son el marco teórico, por lo que la formulación de los problemas de los pacientes se hace en términos cognitivos:
1. La actividad cognitiva afecta nuestros comportamientos.
2. La actividad cognitiva puede ser estudiada y modificada.
3. La modificación de la actividad cognitiva puede modificar los comportamientos.
- Necesita establecer y mantener una alianza terapéutica.
- Es un procedimiento activo, colaborativo, participativo y directivo.
- Es una terapia enfocada y orientada al logro de las metas.
- Destaca el presente, el aquí y ahora.
- Es educativa; enseña al paciente a ser su propio análisis para:
1. Focalizar el conocimiento de sus propias pautas de pensamiento.
2. Reconocer la relación entre ciertos sentimientos, los pensamientos autodestructivos y la conducta.