



UNIVERSIDAD DEL SURESTE FRONTERA COMALAPA, CHIAPAS.

SEGUNDO TRABAJO REQUERIDO CUADRO SINOPTICO

Alumna: Erika Noemi Alemán Rodríguez

Requerido por: Lic. Guadalupe De Lourdes Abarca Figueroa

Asignatura: Análisis de la conducta

Licenciatura en Psicología

Frontera Comalapa Chiapas . Abril 2023

ANÁLISIS CONDUCTUAL APLICADO.

Introducción a las técnicas

En el campo de la psicología se ha tenido un crecimiento impactante en cuanto a teorías y modelos explicativos acerca del comportamiento humano se refiere, sin embargo, en este artículo se hará más énfasis en el desarrollo creciente y gradual que ha tenido el campo de la psicoterapia en el planteamiento de nuevas técnicas y modelos que ayuden a resolver problemas de comportamiento humano, en especial, la Terapia Cognitivo-Conductual

Moldeamiento

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

- El primer paso: consiste en seleccionar la conducta meta y definirla de forma clara y completa.
- El segundo paso: consiste en evaluar el nivel de ejecución real
- 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 (RDO)

Las estrategias conductuales no sólo están orientadas a aumentar o desarrollar repertorios de conducta (como en el caso del moldeamiento), también es posible lograr la disminución de comportamientos no deseados, al mismo tiempo que se generan otros que sean mucho más adaptativos o funcionales

- 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

Economía de fichas

Las fichas funcionan como el dinero, es decir, hay posibilidad de canjearlas por múltiples reforzadores (elementos que le interesen a la persona), y para conseguirlas, el sujeto debe emitir las conductas esperada

Elementos básicos de un programa de economía de fichas

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 fundamental que las fichas no puedan ser copiadas o diseñadas por el sujeto que está bajo la economía de fichas, pues esto va a impedir que la técnica se desarrolle de forma efectiva.

Reglas que especifiquen:
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

para conseguir efectividad en la aplicación de la técnica, es importante seguir con rigurosidad cada uno de los aspectos que se proponen a continuación.

- Fase de muestreo de la ficha
- Delimitar y definir las conductas a modificar
- Conductas a aumentar
- Conductas a eliminar
- Establecer las contingencias en fichas
- Seleccionar e indicar los reforzadores de apoyo
- Determinar el momento y lugar de entrega de ficha

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

No obstante, 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 (elogios), es decir, entregar la ficha y decirle que lo está haciendo muy bien, o que la persona se siente orgullosa de su comportamiento

Estrategias cognitivo-conductuales

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.

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 cognitivo

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.

Lo ideal es que esta técnica sea aplicada de forma progresiva, pues puede que de forma inmediata no se consigan los resultados esperados. Adicionalmente, la estrategia es mucho más efectiva si se aplica en un contexto terapéutico, es decir clínico, donde un tercero (en este caso, el psicólogo) le ayuda al consultante o al paciente a orientar el debate que debe realizar para obtener nuevas alternativas de pensamiento.

Descubrimiento guiado

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

- Algunas de las preguntas que pueden utilizarse**
- ¿Cuál es la evidencia a favor o en contra de esos pensamientos?
 - ¿Cuáles son las formas alternativas de pensar en esa situación?
 - ¿Cuáles son las consecuencias de pensar de esa manera?
 - ¿Cuál es la evidencia en que te basas para pensar que caes mal a tus compañeros de trabajo?

Conclusión y recomendaciones

La Terapia Cognitivo-Conductual es, quizás, el tipo de intervención psicológica que más aplicaciones tiene hoy en día. Numerosos trastornos se están tratando actualmente con esta clase de terapia y el campo de aplicación se va ampliando progresivamente conforme aparecen nuevas investigaciones. 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