



UDS

Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del alumno (a): Brenda Guadalupe López Grajales

Nombre del tema: Análisis conductual aplicado

Parcial: I

Nombre de la Materia: Análisis de la conducta

Nombre del profesor: Lic. Psic. Cynthia Álvarez Poumian

Nombre de la Licenciatura: Trabajo social y gestión comunitaria

Cuatrimestre: 4to

Análisis Conductual Aplicado

Introducción a las Técnicas

En términos cronológicos, el enfoque conductual surge antes del cognitivo- conductual, así que en principio se expondrán las técnicas puramente conductuales.

El análisis conductual aplicado que se comienzan diseñar algunas técnicas que se conocerán en el desarrollo de este eje.

Recuerden que los procedimientos cognitivos- conductuales no hacen parte de esta disciplina, ya que como se ha vendido mencionando a lo largo del curso.

El enfoque cognitivo- conductual, considera que la cognición es una de las causas del comportamiento.

Esta área se encarga de estudiar las relaciones entre la conducta y el ambiente, sus características mas importantes son:

La conducta es el objetivo principal. Recuerden que, por ser una disciplina derivada del conductismo radical.

Uno de los elementos mas relevantes es el condicionamiento operante, en donde la conducta esta controlada por sus consecuencias.

El tratamiento o la intervención van orientados a modificar la conducta, observando de forma sistemática.

Es clave para lograr un mayor nivel de predicción y control. Es una disciplina que cuenta con terapeutas que además de modificar la conducta humana.

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.

Pasos del moldeamiento son:

1) Consiste en seleccionar la conducta meta y definirla de forma clara y completa.

2) Consiste en evaluar el nivel de ejecución real. Es decir, se debe saber el nivel inicial en el que se encuentra el sujeto.

3) Consiste en seleccionar los reforzadores que se utilizan. Un reforzador es un estímulo consecuente que aumenta la probabilidad de ocurrencia de la conducta.

4) Es comenzar a reforzar de forma diferencial las aproximaciones sucesivas.

Análisis Conductual Aplicado

Reforzamiento diferencial de otras conductas (RDO)

Las estrategias conductuales, no solo están orientadas a aumentar o desarrollar repertorios de conducta (como en el caso del moldeamiento), también es posible lograr la disminución de comportamiento no deseados.

Recuerden que, el eje anterior logró comprender que existe un procedimiento operante orientado a disminuir conducta: el castigo.

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

Esta estrategia consiste en realización de dos pasos:

- Poner bajo existencia la conducta problema o aquello que se desea elimina.
- Reforzar la conducta que se quiere aumentar.

ECONOMIA DE FICHAS

Es un programa utilizado para modificar el comportamiento de los individuos, que tiene como resultado tanta el aumento como disminución de conducta.

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

El principio básico de este programa es la entrega de fichas que es contingente (es decir, inmediatamente después), a la emisión de conductas deseables.

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

Elementos básicos de un programa de economía de fichas

Fichas:
Es fundamental que las fichas un 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.

Reforzadores de apoyo:
Puede ser tanto tangibles (dulces, comida, ropa, etc.), como intangibles (pasar más tiempo jugando con la mascota o el niño).

Conductas:
Fíjense que la conducta debe especificarse de forma puntual y precisa. Como conducta a eliminar y que el sujeto no pueda emitir a lo largo de la implementación del programa.

Reglas que especifiquen:

- Cuáles son las conductas que, por ser emitidas el sujeto recibe fichas.
- Cuantas fichas ganas por realizar cada conducta.
- Cuáles son los reforzadores de apoyo por los que el sujeto pueda cambiar de fichas.

Análisis Conductual Aplicado

Instalaciones 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.

Para conseguirlo es posible:

- Explicar de forma verbal que la ficha funciona como el dinero.
- Mostrar el canje de una ficha.

Establecer las contingencias en fichas:

En esta fase es importante que se establezca el número de fichas que el sujeto va a ganar cuando emita las conductas que quieren mantener.

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.

Conductas a aumentar: Ejemplo, tender la cama todos los días en la mañana, antes de irse al colegio

Conductas a eliminar: Ejemplo, golpear a su hermano (pellizcos, patadas y cachetadas).

Seleccionar e indicar los reforzadores de apoyo:

El objetivo general de esta fase es seleccionar los reforzadores de apoyo y determinar su valor de fichas.

Determinar el momento y lugar de entrega de fichas:

Es importante que, al inicio del programa, se informe el momento y el lugar en el que se podrá hacer afectivo el canje.

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 constantes, se puede dar paso a la última fase del programa: la finalización.

Se presenta una serie de ventajas y desventajas de este programa y estas son:

Ventajas:

- Eficiencia y rapidez en el efecto esperado (aumenta la conducta deseable).
- Pueden controlarse muchas conductas al mismo tiempo.

Desventajas:

- Necesidad de un control muy riguroso y estricto del ambiente.
- Se puede tener dificultades al momento de desvanecer o finalizar un programa.

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, entrega la ficha y decirle que lo está haciendo muy bien, o que la persona se siente orgullosa de su comportamiento.

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

Análisis Conductual Aplicado

Estrategias cognitivo-conductuales

Los orígenes de la terapia cognitivo- conductual, corresponde a los autores que provenían del conductismo.

Las limitaciones del mismo comenzaron a incorporar y ampliar sus concepciones entre los mas destacados fueron Bandura (1969), Meichenbaum (1969) y Lazarus (1971).

El aporte fundamental de estos autores fue la inclusión del determinismo bidireccional entre el individuo y el medio.

En el aspecto practico la inclusión de probadas técnicas de intervención clínica, tales como la desensibilización sistemática (Mahoney 1998).

Recuerden que, para el enfoque conductual, las variables con el pensamiento o la cognición son consideradas causas de la conducta observable.

Recuerden que, para el enfoque conductual, las variables como el pensamiento o la cognición no son consideradas causas de la conducta observable.

Hasta el momento se han revisado tres técnicas (moldeamiento, reforzamiento diferencial de otras conductas y economía de fichas) puramente conductuales que puede modificar de forma efectiva el comportamiento.

Registros cognitivos

El más utilizado es el registro diario de pensamientos distorsionados propuesto inicialmente por Beck (1979).

1) Fecha y hora:
En la primera se anota el día y la hora en la que ocurren los acontecimientos.

2) Situación:
Se especifica las actividades o situaciones puntuales que dan lugar a aquellos pensamientos que genera malestar para el individuo.

3) Emociones:
Se hace énfasis en la emoción particular y además en ese momento particular y además su grado de intensidad (se mide de 0 a 100, siendo 0 una intensidad baja, y 100 una intensidad fuerte).

Está dividido en seis columnas que deben diligenciarse de la siguiente forma:

4) Pensamientos automáticos:
Se escriben los pensamientos e imágenes que pasaron por la mente del individuo en ese momento particular.

5) Respuesta racional:
Es el resultado de un pequeño debate en el que entra el sujeto, con el fin de modificar los pensamientos que se le están generando malestar.

6) Resultado:
Hace énfasis en la reevaluación del nivel de credibilidad que se tiene hora del pensamiento que se anotó en la columna 4 (que es el causante del malestar en el individuo) y además la ansiedad.

Bibliografía

UNIDAD IV. Analisis conductual aplicado. (2024). En *ANTOLOGIA. Análisis de la Conducta* (págs. 83- 100). Comitán de Domínguez .