



NOMBRE DEL ALUMNO: B KAREN ALTAMIRANO BONIFACIO

**NOMBRE DEL DOCENTE: HORTENSIA
FLORES GUILLEN**

NOMBRE DE LA MATERIA: EDUCACIÓN ESPECIAL

LICENCIATURA : PSICÓLOGA GENERAL

CUATRIMESTRE : 7°

ESTRATEGIAS

CONDUCTUALES



QUE ES

- son técnicas y enfoques utilizados en la psicología y la terapia para cambiar o modificar comportamientos no deseados y fomentar comportamientos positivos. Estas estrategias se basan en principios de la teoría del aprendizaje, especialmente del condicionamiento operante y clásico



ESTRATEGIAS CONDUCTUALES

- Terapia Cognitivo-Conductual (TCC)
- Desensibilización sistemática
- Entrenamiento en habilidades sociales
- Técnicas de relajación
- Establecimiento de metas pequeñas
- Registro de pensamientos y emociones
- Apoyo social

OBJETIVO

- Su propósito es ayudar a las personas a reconocer y modificar comportamientos problemáticos, así como desarrollar habilidades que mejoren su bienestar emocional y social.

MODIFICACIÓN DEL COMPORTAMIENTO

- Se utilizan técnicas específicas para aumentar, disminuir o cambiar comportamientos. Esto puede incluir refuerzos positivos, castigos o alternativas de comportamiento.

- Al implementar estas estrategias, es importante recordar que el progreso puede ser gradual. La paciencia y la práctica son clave para superar los patrones de evitación. Además, trabajar con un profesional de la salud mental puede proporcionar orientación y apoyo adicionales en el proceso.



APLICACIÓN

- Son utilizadas en diversos contextos, incluyendo terapias psicológicas, entornos educativos y en la modificación del comportamiento en la vida cotidiana.

INTERVENCIONES ESPECIFICAS

- reforzamiento negativo
- castigo
- refuerzo positivo

CONCLUSION

- las estrategias conductuales son herramientas prácticas utilizadas para promover cambios de comportamiento positivos y ayudar a las personas a manejar sus desafíos emocionales y sociales de manera más efectiva

