

Centro de Control - Errores Conductuales Comunes

Definiciones

Antecedente Lo que sucede justo antes de la conducta,

Comportamiento La conducta en cuestión.

Consecuencia Lo que sucede inmediatamente después de la conducta.

Intervención cognitiva-conductual Serie de herramientas conductuales diseñada para enseñar la teoría y razonamiento detrás de ciertos parámetros de conducta, para ver su reflejo en la función conductual del individuo.

Regulación emocional y centro de control Se basa en la teoría de centro de control. Tiene repercusiones en el desarrollo a mediano y largo plazo del individuo.

Teoría de la mente Habilidad de cualquier individuo de percibir una situación desde diferentes puntos de vista.

Moldeo Reforzamiento de versiones gradualmente diferentes de un comportamiento.

Soluciones proactivas Medidas de intervención o modificación del contexto para reducir la frecuencia, duración o intensidad de episodios conductuales. Tales modificaciones ocurren **antes** de los episodios o comportamientos de interés

Soluciones reactivas Medidas de contingencia, intervención o modificación del contexto para prevenir la incidencia del comportamiento en cuestión en base a las acciones del episodio actual.



Explora Tu Potencial A.C.

Errores comunes en el manejo de conductas

- 1) Falta de entrenamiento
- 2) Falta de conocimiento profundo de las razones y mecanismos de intervención conductual
- 3) Simplemente percibir comportamientos como “buenos” o “malos”, agregando subjetividad, posiblemente contaminando el procedimiento/uso de tales consecuencias

Puntos importantes

- Los padres son los “programadores ambientales” más importantes en la vida del niño.
- No siempre existe una relación entre la mejoría del niño y la satisfacción de la familia, esto depende del nivel de entendimiento de la familia acerca de las estrategias que utilizan.
- Los efectos de la intervención conductual en las creencias y convicciones de las personas involucradas son importantes ya que dictan con que tono y consistencia la familia implementará tal intervención.

Centro de control interno vs. externo:

Personas con un centro de control externo:

- culpan a influencias externas por las consecuencias de sus actos
- atribuyen sus éxitos a la suerte
- no creen que pueden cambiar sus condiciones por sí mismos
- sentimientos de impotencia frente a circunstancias difíciles

Personas con un centro de control interno:

- tienen más inclinaciones a ser responsables por sus acciones
- tienden a ser menos influenciados por las opiniones de otras personas
- tienden a obtener mejores resultados en tareas en las cuales se espera que trabajen a su propio paso
- por lo regular tienen un autoimagen de autosuficiencia
- trabajan duro por las cosas que quieren
- sienten confianza en sí mismos frente a circunstancias difíciles
- tienden a ser físicamente más saludables
- reportan ser más felices y más independientes
- obtienen más éxito en ambientes laborales



Explora Tu Potencial A.C.

Principios del centro de control:

- Un evento que es percibido como reforzante por dos personas, puede ser percibido y las reacciones al mismo pueden ser diferentes, por las mismas personas.
- La consistencia minimiza la sensación de que una consecuencia es por “suerte”, es decir, si el mismo comportamiento siempre tiene el mismo resultado, el individuo es más dado a atribuir las consecuencias a su conducta.
- El individuo solitario tiene tendencias más claras a sentirse sin poder para cambiar sus circunstancias, se siente como un elemento pequeño en un sistema muy grande sin control sobre tal sistema.
- Cuando el individuo no siente que su comportamiento ocasionó el resultado, se crea un lazo entre el comportamiento y tal resultado, cuando el individuo no cree que su comportamiento tuvo mucho que ver, el lazo entre su conducta y el evento es más débil.
- El lazo se crea sólo si el comportamiento es inmediatamente seguido por el resultado.