



Explora Tu Potencial A.C.

Certificación para Instructores ETP

# UNIDAD 3

## Modificación de Conducta

## La Intervención Conductual

### **Intervención Conductual**

Lo que sucede justo antes de la conducta,

### **Evidencia Científica**

Estudio o grupo de estudios que investigan el efecto de una o más variables en un fenómeno observable.

### **Evidencia Científica**

El uso de cualquier herramienta terapéutica requiere del respaldo de la investigación científica de sus procedimientos y aplicaciones. El Instructor ETP se mantiene al tanto de los resultados de las últimas investigaciones pertinentes a su campo de estudio.

Estudios recientes de la eficacia de intervenciones conductuales revelan la eficacia de cinco diferentes tipos de intervención conductual en personas con autismo (Dawson & Brunner, 2011):

- La intervención intensiva conductual en la edad temprana puede producir avances significativos en habilidades cognitivas y lingüísticas. “Intenso” se define como entre 25 y 40 horas por semana de terapia por un periodo de 2 años.
- Intervenciones conductuales más enfocadas y breves pueden mejorar la comunicación social en niños pequeños. Aquí los beneficios se observan cuanto las intervenciones son administradas por un mínimo de 6 meses.
- Intervención temprana administrada por partes de familia pueden mejorar la calidad de las interacciones con el niño. Sin embargo, las investigaciones en ésta área son relativamente nuevas. Se necesitan más estudios para determinar los resultados las terapias llevadas a cabo por padres.
- Programas grupales diseñados para mejorar el uso de habilidades sociales benefician de manera observable a niños y adolescentes con autismo.
- La terapia conductual puede reducir ansiedad y agresión en niños y adolescentes con autismo. La intervención cognitiva-conductual, combinada con habilitación social es más efectiva para individuos de alto funcionamiento, mientras que la desensibilización sistemática es más efectiva para aquellos con obstáculos intelectuales significativos.

### Lo que la Intervención Conductual NO es

- Un método utilizado estrictamente para “cambiar” “malas” conductas.
- Medio por el cual siempre se puede prevenir que alguien se porte “mal”.
- Un sistema de castigos y premios.
- Algo misterioso que sólo un terapeuta calificado puede ejercer.
- Un sistema estático que aplica a todos los afectados con conductas similares.

### Lo que la Intervención Conductual es

- Un sistema de análisis de todo tipo de conducta que toma en cuenta todas las variables en juego (contexto, condición, severidad, frecuencia, intensidad, duración, etc).
- Una manera de enseñar comportamientos para adaptación social por medio del ejemplo e instrucción directa.
- Un sistema complejo que toma en cuenta los sistemas **artificiales** y **naturales** de **castigos** y **refuerzos**.
- Un estilo de vida que **cualquier persona** puede adoptar.
- Un sistema individual y cambiante.

### Por lo Tanto...

- La responsabilidad del sistema conductual recae **sobre el adulto**.
- La responsabilidad de encontrar la calma recae **sobre el niño(a)**.
- Los principios conductuales existen alrededor de nosotros en todo momento, sean o no analizados.
- La calidad de la intervención conductual es un producto de **la relación** entre el adulto y el individuo en cuestión

## Centro de Control

### 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.

### 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.

### Conducta > Consecuencia

“Me castigaron por lo que hice”

### Conducta > Enojo > Consecuencia

“Me castigaron porque se enojaron”

### 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 auto imagen 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

### Por lo Tanto...

- La auto-regulación se ejerce>demuestra>enseña
- El nivel de involucramiento emocional del terapeuta indica el alto común denominador del medio ambiente en cuestión (es necesario establecer un estándar emocional y conductual)
- No todos los adultos son conductistas, pero todos podemos aprender a entender principios básicos de conducta
- Las raíces de cada conducta varían de persona a persona, y de situación a situación
- En la mayoría de los casos, la raíz de la conducta no lleva al adulto a una solución de largo plazo
- El regaño puede ser tan reforzante como el aplauso
- En la mayoría de las ocasiones, un impedimento neurológico puede impedir que el ser humano aprenda reglas sociales de una manera “típica”
- Existen herramientas y procedimientos comprobados científicamente que pueden ayudar a personas con diferentes discapacidades a entender y navegar su mundo en la ausencia de comportamientos inapropiados
- El análisis conductual requiere de objetividad y paciencia

# Principios de Modificación de Conducta

## 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.

## 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

## Modelo de Análisis

# Antecedente > Comportamiento > Consecuencia

- \* Debe analizarse en el orden presente, en función al tiempo y a ninguna otra variable.
  - \* El antecedente y la consecuencia pueden ser ambientales o por parte de una persona, de manera incidental o deliberada.
  - \* Las consecuencias pueden convertirse en refuerzo o consecuencia en función a otras variables.
- Conductas apropiadas/inapropiadas vs. conductas buenas/malas
  - Objetividad como herramienta del método científico
  - Condicionamiento Operante vs. Condicionamiento Clásico
  - La auto-regulación se ejerce > demuestra > enseña
  - El nivel de involucramiento emocional del terapeuta indica el alto común denominador del medio ambiente en cuestión (es necesario establecer un estándar emocional y conductual)
  - Las raíces de cada conducta varían de persona a persona, y de situación a situación
  - \* El la mayoría de los casos, la raíz de la conducta no lleva al adulto a una solución de largo plazo
  - \* El regaño puede ser tan reforzante como el aplauso
  - \* En la mayoría de las ocasiones, un impedimento neurológico puede impedir que el ser humano aprenda reglas sociales de una manera "típica"
  - \* Existen herramientas y procedimientos comprobados científicamente que pueden ayudar a personas con diferentes discapacidades a entender y navegar su mundo en la ausencia de comportamientos inapropiados
  - \* El análisis conductual requiere de objetividad y paciencia
  - El instructor ETP se convierte en un centro de información que procesa variables y soluciones en base a:

en cuestión en base a las acciones del episodio actual.

### **Condicionamiento Clásico**

El condicionamiento clásico involucra comportamientos que se forman al combinarse dos estímulos. (Pavlov)

### **Condicionamiento Operante**

Aunque es similar al condicionamiento clásico, el condicionamiento operante difiere en que es el proceso de alcanzar un comportamiento deseado o una respuesta a través del uso de recompensa y castigo. (Skinner)

- \* El contexto
- \* Las personas involucradas
- \* El medio ambiente en cuestión
- \* La frecuencia o severidad de las conductas en cuestión
- \* El ambiente cultural
- \* El lenguaje o cualquier otra diferencia que pueda alterar los mensajes o intentos de comunicación
- \* Estrategias que se han utilizado o se siguen utilizando para trabajar conductas similares

- El uso de estrategias avanzadas de modificación de conducta incluye observación y proceso de todas las variables relevantes al individuo, así como la habilidad de interpretar tal información, y traducir tal resultado al equipo de intervención de una manera clínicamente eficaz. El instructor ETP es capaz de manejar incidentes conductuales utilizando estrategias y procedimientos específicos, así como analizar el resultado de tales episodios y las implicaciones que estos puedan tener en el plan de tratamiento a corto, mediano y largo plazo.

- El uso fluido y flexible de diferentes perspectivas en base a una situación conductual es básico y un requisito necesario para trabajar en el nivel avanzado de manejo de conductas.

- El instructor ETP entiende y ejerce mecanismos de autorregulación adecuados de manera consistente, mostrando mediante el ejemplo a el cliente y familia la importancia y la posibilidad de establecer un estándar de autorregulación mediante un buen modelo a seguir.

- La autorregulación es una habilidad con grados variables de dificultad al ser obtenida y desarrollada por diferentes individuos. Es una habilidad que toda persona desarrolla mediante el aprendizaje social y el sistema básico de castigos y recompensas. El cuadro patológico se desarrolla cuando existe una capacidad disminuida del individuo de ejercer la autorregulación durante periodos de estimulación en exceso o en falta.

- El instructor ETP entiende y sabe explicar a padres de familia y otros educadores y profesionales los mecanismos de autorregulación de algún cliente en cuestión, y sabe utilizar esta información para gradualmente incrementar las capacidades de autorregulación de tal individuo.

- Todos los miembros de la comunidad, incluyendo familiares y otros educadores,

frecuentemente necesitan educación, orientación y ánimo al trabajar con conductas inadecuadas en diferentes esquemas. Ya que la educación práctica en cuanto al manejo de situaciones conductuales difíciles es escasa, es parte de nuestro trabajo concientizar a los que rodean al individuo de las maneras más eficientes y sanas de dirigirse ante situaciones conductuales difíciles.

## Reforzamiento

### Refuerzo

Estímulo que *incrementa* las posibilidades de que un comportamiento vuelva a ocurrir.

### Castigo

Estímulo que *disminuye* las posibilidades de que un comportamiento vuelva a ocurrir.

### Estímulo

Unidad de información sensorial recibida por un individuo.

### Positivo

Agregar un estímulo.

### Negativo

Quitar un estímulo.

### Principios de reforzamiento

	Reforzamiento	Castigo
Positivo	Agregar un estímulo para <b>incrementar</b> la frecuencia, intensidad o duración de una conducta.	Agregar un estímulo para <b>disminuir</b> la frecuencia, intensidad o duración de una conducta.
Negativo	Quitar un estímulo para <b>incrementar</b> la frecuencia, intensidad o duración de una conducta.	Quitar un estímulo para <b>disminuir</b> la frecuencia, intensidad o duración de una conducta.

### Los reforzadores

1. Los reforzadores son cambiantes
2. El inventario de refuerzos debe incluir por lo menos 7 refuerzos disponibles
3. Para mayor eficacia, los refuerzos no deben ser otorgados fuera de las sesiones de terapia
4. Si se utilizan reforzadores comestibles, se debe autorizar y el protocolo debe ser especificado por el supervisor clínico y el padre de familia
5. Los reforzadores secundarios/sociales por lo general son los más potentes, y según las investigaciones, los que producen resultados más duraderos

### Método de reforzamiento

1. El refuerzo por definición ocurre **después** de la **conducta**.
2. Si ocurre algún comportamiento, de cualquier tipo, después de la conducta

- deseada, será reforzado con la misma o mayor intensidad si el refuerzo sucede después de tal comportamiento.
3. Los refuerzos primarios/comestibles se deben administrar en porciones pequeñas ( $\frac{1}{2}$  o  $\frac{1}{4}$  de un comestible)
  4. Los refuerzos no comestibles y secundarios, tales como videos, juguetes u otros tangibles deben ser otorgados por cortos periodos de tiempo.
  5. Administración del refuerzo no debe interferir con la administración de la siguiente instrucción

## Herramientas Procedimientos y Errores Comunes

### Extinción

Proceso mediante el cual se extrae la función de una conducta.

### Brote de Extinción

Incremento repentino en intensidad y duración de una conducta en base a un cambio en la respuesta anteriormente recibida.

### Opciones Controladas

Proceso mediante el cual se establecen series opciones y límites específicos para ayudar al individuo a elegir opciones conductual y emocionalmente constructivas.

### Dieta Sensorial

Horario regular de manipulación de material diseñado para controlar la cantidad de información sensorial alimentada al individuo. Ya que muchas conductas inadecuadas tienen raíz sensorial, es necesario desarrollar una solución conductual que incluya tal componente.

### Sistemas de Consecuencias

Procedimientos de contingencia para la reacción uniforme y

### Modificación del medio ambiente

Ya que muchos gatillos de conductas inadecuadas son incidentales o producto del medio ambiente, el medio ambiente se convierte en una de las variables más importantes durante el manejo de cualquier tipo de conducta.

Al modificar el medio ambiente, el instructor ETP considera:

- Las personas en proximidad al individuo
- El estado anímico de tales personas, así como su reacción conductual
- El nivel y calidad de interacción de tales personas con el individuo
- La calidad de estímulo sensorial que el individuo recibe en el contexto en cuestión
- Las limitantes de tiempo presentes durante el episodio
- El nivel de conocimiento de padres o instructores presentes acerca de estrategias conductuales a seguir
- La presencia/posición de objetos o estímulos preferidos/adversos en referencia al individuo

### Preparación de personal

Antes de comenzar a implementar herramientas de intervención conductual, a la mejor de sus posibilidades durante el transcurso de un episodio, el instructor ETP asegura que:

- Las personas involucradas tengan conocimiento del razonamiento clínico detrás de la solución.
- Los instructores o familiares estén de acuerdo y entiendan la solución conductual, ya que esto facilitará su implementación en ambientes naturales como casa y escuela.

controlada a comportamientos en específico para aumentar o disminuir su intensidad, frecuencia o duración.

- Cuando sea posible y apropiado las personas en fase de entrenamiento tengan la oportunidad de manejar conductas bajo la supervisión y guía de un instructor ETP.

### 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 qué tono y consistencia la familia implementará tal intervención.

## Sistemas de Consecuencias

### Consecuencia

Lo que sucede inmediatamente después de una conducta

### Sistema de consecuencias

Plan de implementación de consecuencias después de algún comportamiento en específico.

### Para todo tipo de conductas

Aunque el enfoque del adulto con frecuencia recae sobre conductas inapropiadas o indeseables, se debe ejercer conciencia sobre la atención del adulto en todo tipo de conductas. Una relación terapéutica consiste en un balance sano entre momentos de retroalimentación constructiva o inclusive obstructiva y momentos de retroalimentación reforzante.

El castigo enseña lo que el niño no debe hacer, no lo que el niño debe hacer. Por eso es necesario que al implementar cualquier sistema de consecuencias, el adulto planee el comportamiento alternativo a enseñar y reforzar.

Al modificar el medio ambiente, el instructor ETP considera:

- Las personas en proximidad al individuo
- El estado anímico de tales personas, así como su reacción conductual
- El nivel y calidad de interacción de tales personas con el individuo
- La calidad de estímulo sensorial que el individuo recibe en el contexto en cuestión
- Las limitantes de tiempo presentes durante el episodio
- El nivel de conocimiento de padres o instructores presentes acerca de estrategias conductuales a seguir
- La presencia/posición de objetos o estímulos preferidos/adversos en referencia al individuo

### **Puntos importantes**

El concepto de castigo es subjetivo, es decir, depende de la percepción de la persona que lo recibe, que sea percibido como algo adverso, ya sea:

- algo bueno que se quita (castigo negativo)
- algo malo que se agrega (castigo positivo)

El “tiempo fuera” es un ejemplo de una estrategia común que puede funcionar, pero frecuentemente no funciona, un sistema mediante el cual se elimina el acceso a objetos o actividades reforzantes por un tiempo determinado:

- 1) solo funciona si la conducta ha sido reforzada socialmente, ya que el “tiempo fuera” elimina el refuerzo social (castigo negativo) para reducir la frecuencia de la conducta en cuestión
- 2) en todos los ambientes, debe ser implementado con supervisión durante todo el episodio, sobre todo en ambientes grupales
- 3) Es diferente a “ignorar”
- 4) Puede ser de exclusión o inclusión

### **Procedimiento a seguir una vez que se ha elegido un sistema de consecuencias:**

#### **1) Diseñar plan de acción**

- ¿Existe una demanda? verificar que no se refuerze la conducta por medio del escape
- El resultado final solo se puede medir a largo plazo, pero si hay ciertos indicadores instantáneos
- Preparar los materiales y asegurarse de tener los controles ambientales apropiados
- Entrenar a todos los adultos involucrados en la implementación del sistema

## **2) Implementar**

- Mantenerse en constante comunicación con otros miembros del equipo
- Eliminar el uso de comunicación emocional al administrar consecuencias
- El lazo entre la conducta y el resultado se nubla, y se intercambia por la emoción del adulto, evitando establecer un patrón de orientación interna de centro de control

## **3) Evaluar**

- Recolectar datos en un cuadro de conducta (por ejemplo, antecedente-comportamiento-consecuencia, bitácora compartida)
- Establecer criterios para éxito o re-evaluación de estrategias

## **4) Modificar/ re-diseñar**

- Hacer modificaciones en el ambiente, personas, secuencias, o la consecuencia específica en sí
- Asegurarse de que el equipo terapéutico se mantenga al tanto por medio de un sistema de comunicación central (¿bitácora grupal?)

### **Plan de acción en caso de que el sistema de consecuencias no funcione como planeado:**

- Antes de hacer modificaciones, evaluar la capacidad de los adultos involucrados para implementar tal sistema
- solo modificar el sistema de consecuencias si todos los adultos involucrados están de acuerdo y entienden las modificaciones
- evaluar sistemas reales vs. sistemas ideales
- comprender que la mayoría de los problemas al implementar una solución surgen de la falta de entendimiento por parte del adulto, y faltas en consistencia de implementación