

Modificación de Conducta: qué es y cómo aplicarla

Prólogo:

Al igual que sus ediciones previas, esta quinta edición de *Modificación de Conducta: qué es y cómo aplicarla*, no asume que el lector tenga de antemano conocimiento alguno sobre psicología o modificación de conducta. El que quiera saber como aplicar la modificación de conducta a sus quehaceres cotidianos –desde ayudar a los niños a aprender las habilidades necesarias para la vida, hasta resolver algunos de sus problemas personales– encontrará de utilidad este texto. Sin embargo, este libro se dirige sobre todo a dos tipos de personas:

a) los estudiantes de instituto y los universitarios que dan cursos de modificación de conducta

b) los estudiantes y profesionales de varias profesiones de asistencia (por ejemplo la educación, el asesoramiento, la psicología clínica, la medicina, la psiquiatría, la enfermería, el trabajo social, la logoterapia, la fisioterapia, y la terapia ocupacional) que están implicados directamente en mejorar varios tipos de desarrollo comportamental.

Basándonos en nuestros treinta años de experiencia enseñando a ambos tipos de personas, estamos convencidos de que se aprende mejor los principios de la conducta y su aplicación cuando se explican relacionando los principios comportamentales con las aplicaciones que de ellos se derivan. Por eso, y como implica el título, nuestro libro versa tanto sobre principios, como sobre las tácticas (es decir, las reglas y pautas para aplicaciones específicas) de la modificación de conducta.

Nuestros objetivos, y vías que hemos utilizado para lograrlos, pueden resumirse de la siguiente manera:

1. Enseñar los principios y procedimientos elementales de la modificación de conducta. Así pues, empezamos con los principios y procedimientos básicos y los ilustramos con varios ejemplos y aplicaciones, aumentando gradualmente la complejidad del material. Las preguntas de comprobación que se encuentran al final de cada capítulo, fomentan el dominio del material por parte del lector, así como la habilidad para generalizarlo a situaciones no descritas en el texto. Estas preguntas también pueden utilizarse como exámenes en cursos formales.

2. Enseñar habilidades prácticas, como observar y registrar; reconocer ejemplos de refuerzo y extinción, y sus efectos probables a largo plazo; interpretar episodios conductuales en términos de principios y procedimientos comportamentales; diseñar, aplicar y evaluar programas comportamentales. Con este fin, proporcionamos dos tipos de ejercicios:

a) ejercicios de aplicación interactivos que adiestran al lector en el análisis, la interpretación y el desarrollo de programas para el comportamiento de otras personas;

b) ejercicios de automodificación, que animan al lector a analizar, interpretar y desarrollar programas para cambiar su propia conducta. Además proporcionamos pautas para aplicaciones específicas.

3. Ofrecer una discusión y referencias avanzadas, con vistas a familiarizar al lector con algunas de las raíces empíricas y teóricas del campo. Esta materia se presenta en la sección de «Notas y ampliaciones sobre el tema», que se encuentra al final de cada capítulo. Estas secciones, que contienen varias referencias a artículos y libros relevantes, pueden omitirse sin mermar la continuidad del texto. También proponemos más preguntas de comprobación sobre las notas para

aquellos profesores que las quieran utilizar, pero también como ayuda a aquellos estudiantes que quieran mejorar su conocimiento de la modificación de conducta. La información de las secciones de discusión y ampliaciones sobre el tema también puede usarse como trampolín para otro material de lectura.

4. Presentar el material de forma que sirva como manual sencillo de utilizar para los profesionales interesados en superar las deficiencias y los excesos comportamentales en una gran variedad de poblaciones y ambientes.

El libro consta de seis partes:

I. Presenta la orientación comportamental del libro, y describe las áreas principales de aplicación de las técnicas de la modificación de conducta para mejorar una amplia gama de conductas en diversos ambientes.

II. Trata sobre los principios básicos y los procedimientos de la modificación de conducta. A excepción del número 15, cada capítulo empieza con la historia de un caso tomado de los campos de la evolución infantil, deficiencias evolutivas, el autismo infantil, la educación infantil, asesoramiento, y la adaptación normal y cotidiana del adulto. Se presentan varios ejemplos sobre cómo cada principio opera en la vida cotidiana, y sobre cómo puede operar en perjuicio de aquellas personas no familiarizadas con los mismos.

III. No trata de nuevos principios, sino que discute métodos más sofisticados para combinar y aplicar los principios y procedimientos básicos discutidos en la Parte II.

IV. Presenta pormenorizadamente procedimientos para evaluar, registrar y dibujar gráficos de conducta. También se describen métodos para realizar análisis funcionales e investigación comportamental. Muchos profesores prefieren presentar este material muy pronto en sus cursos, a veces incluso nada más comenzarlos. Por tanto, hemos escrito estos capítulos de modo que puedan leerse independientemente del resto del libro, ya que no dependen del resto del material. Recomendamos estos capítulos como requisito imprescindible para los estudiantes que quieran realizar cualquier proyecto mayor durante su curso.

V. Trata sobre cómo se incorporan los principios, procedimientos básicos, y la evaluación y técnicas de registro, a las estrategias eficaces de programación. De acuerdo con la naturaleza científica rigurosa de la modificación de conducta, hemos hecho gran hincapié en la importancia de validar empíricamente la eficacia de los programas de modificación de conducta, describimos los detalles de cómo aplicar la economía de fichas en una amplia variedad de ambientes. Los capítulos sobre el autocontrol y la autodesensibilización amplían los ejercicios de automodificación de los capítulos anteriores, y discuten aplicaciones recientes a problemas clínicos importantes.

El capítulo sobre modificación de conducta cognitiva intenta demostrar que el mismo enfoque comportamental, que resulta tan eficaz con el comportamiento manifiesto, es también aplicable al comportamiento privado (encubierto). El último de esta sección proporciona una visión de conjunto de los tratamientos de la terapia de conducta que se usan para algunos de los problemas más comunes en la práctica clínica.

VI. Amplía la perspectiva del lector en torno a la modificación de conducta. Presenta una perspectiva general de la modificación de conducta, y contiene una discusión de las cuestiones éticas referencias al campo. Aunque algunos profesores pueden pensar que estos capítulos deberían

estar al principio del libro, nosotros creemos que el lector está más preparado para apreciar este material después de haber alcanzado un dominio claro y riguroso de la modificación de conducta. No ubicamos las cuestiones éticas al final del texto, porque las consideremos menos importantes que otras cuestiones. Al contrario, enfatizamos cuestiones éticas a lo largo de todo el libro y, por tanto, el último capítulo es una reiteración y elaboración de nuestras ideas sobre este asunto crucial. Esperamos que tras leer el último capítulo, el lector sea completamente consciente de que la única justificación de la modificación de conducta es que sea útil para servir a toda la humanidad en general, y a aquellos que la reciben, en particular.

Al estudiante

Este libro se diseñó para ayudarle a aprender a hablar sobre la modificación de conducta y a aplicarla eficazmente. No hace falta que posea conocimientos previos sobre la modificación de conducta para leer y comprender, de principio a fin, este texto. Confiamos en que los estudiantes de todos los niveles (tanto introductorios como avanzados) encontrarán el texto informativo y útil.

La modificación de conducta es un campo amplio y complejo, repleto de ramificaciones. Pensando que algunos estudiantes necesitarán, o desearán, un conocimiento más profundo que otros, hemos separado la materia más elemental de la que requiere pensar y estudiar más. La primera se presenta en el cuerpo principal del texto. La última se presenta al final de cada capítulo en la sección titulada «Notas y ampliaciones sobre el tema». Cómo utilizar estas secciones depende de usted y de su profesor. Puesto que el texto principal no depende de la materia de «Notas y ampliaciones sobre el tema», las puede ignorar por completo, alcanzando, aun así, un buen conocimiento funcional de los principios y tácticas de la modificación de conducta. No obstante, opinamos que muchos estudiantes encontrarán útil esta materia a la hora de estimular la discusión en clase y obtener información adicional.

Otra manera en que hemos intentado ayudarle a aprender la materia es proporcionando pautas acerca del uso de todos los métodos de modificación de conducta discutidos en el texto. Además de ayudarle a aplicar los métodos descritos en él, estas pautas deberían resultar útiles como resúmenes de la materia.

Se presentan varias «Preguntas de comprobación» y «Ejercicios de aplicación» (incluyendo ejercicios de automodificación) en la mayoría de los capítulos. Las «Preguntas de comprobación» tienen el propósito de ayudarle a comprobar el conocimiento que posee sobre la materia cuando se prepare para oposiciones o exámenes. Los «Ejercicios de aplicación», así como los ejercicios de automodificación, se proponen ayudarle a desarrollar las habilidades prácticas que necesitará para llevar a cabo proyectos de modificación de conducta de un modo eficaz.

Para ayudarle a que sus estudios sean productivos y agradables, progresamos desde la materia intrínsecamente más sencilla e interesante, hasta la materia más difícil y compleja. Esto rige también para el estilo de escritura. Unas palabras de advertencia: **no se deje engañar por la simplicidad aparente de los primeros capítulos**. Por desgracia, los estudiantes que pretenden ser diestros modificadores de conducta después de haber aprendido unos cuantos principios de modificación, terminan haciendo válida la vieja máxima de que **«un poco de conocimiento es algo peligroso»**. Si tuviésemos que decidir cuál es el capítulo más importante de este libro, probablemente elegiríamos el Capítulo 22. Le recomendamos efusivamente que aplaque el juicio de sus habilidades como modificador de conducta hasta que haya logrado un buen dominio del Capítulo 22, junto a toda la materia primordial en la que se basa.

Con estas palabras de precaución, le deseamos mucho éxito y que disfrute de sus estudios en este campo creciente y emocionante.¹

1 Martin, Garry; Pear, Joseph (1999): “Modificación de conducta: Que es y como aplicarla”. Quinta edición. Madrid. Prentice-Hall. Páginas xvii–xxi (Extracto del Prólogo).