

# **MANUAL DE LABORATORIO TECNICAS PARA LA MODIFICACION DE LA CONDUCTA**



**NOVENO SEMESTRE 2026**

## Introducción

Dentro de las perspectivas del aprendizaje se sostiene que el desarrollo es el resultado del aprendizaje, un cambio de conducta duradero basado en la experiencia o en la adaptación al ambiente. Los teóricos del aprendizaje han contribuido a otorgar un carácter más científico al estudio del desarrollo humano. Definen sus términos con precisión, y su enfoque en los comportamientos observables, esto implica que es posible someter a prueba sus teorías en el laboratorio. Dos importantes teorías del aprendizaje son el Conductismo y la Teoría del Aprendizaje Social. Para fines del presente curso se tomará en cuenta solo la parte relacionada al comportamiento humano, desde las bases del conductismo.

### Propósitos de aplicación de las técnicas para la modificación de la conducta.

- a. Intervenir con personas de distintas edades
- b. Promover sistemas participativos
- c. Modificar pautas de comportamiento
- d. Fortalecer vínculos sociales
- e. Fomentar la autonomía, a través del autocontrol
- f. Mejorar la comunicación y colaboración en equipos de trabajo

Es importante recalcar la importancia de las observaciones a través de notas, autoregistros de las conductas, participación y ejecución de tareas guiadas.

El presente manual se realizó, con el propósito de dar a conocer y exponer las principales técnicas de Modificación conductual para reducir problemas de conducta inadaptada en personas de distintas edades, a través del análisis, seguimiento y discusión de casos que se estarán llevando a cabo con los estudiantes del Noveno Semestre de Trabajo Social.

Se busca brindar herramientas para reducir, implementar, incrementar y extinguir conductas, a través de una serie de estrategias de modificación conductual, para quienes tengan actividades con personas, a quienes se les dificultan las interacciones sociales, por conductas consideradas fuera de lo normal.

## Objetivos

Al finalizar el laboratorio el estudiante estará en la capacidad de:

- Fortalecer por medio de la práctica, lo adquirido en la teoría.
- Dar a conocer a los alumnos las diferentes técnicas de modificación de la conducta.
- Realizar las distintas técnicas conductuales por medio de las actividades planificadas dentro del curso.

## Campo de aplicación

El presente manual está dirigido a estudiantes que tengan asignado el curso de **Técnicas para la Modificación de la Conducta**, código FG499 y que pertenezcan a la carrera de **Trabajo Social**.

Este manual consta de una guía para el docente y un cuadernillo de ejercicios para el estudiante.

## Instrucciones para la práctica

Para la realización adecuada de las prácticas deberán atenderse las siguientes indicaciones:

1. Presentarse puntualmente a la hora del inicio del laboratorio y permanecer durante la duración de este.
2. Realizar las actividades y hojas de trabajo planteadas durante la práctica.
3. Participación y cuidado de cada uno de los integrantes del grupo en todo momento de la práctica.
4. Conocer la teoría, (leer el manual antes de presentarse a cada práctica).
5. **No se permite el uso de teléfono celular dentro del laboratorio**, Si tiene llamadas laborales deberá atender las mismas únicamente en el horario de receso.
6. Si sale del salón de clases sin la autorización del docente perderá el valor de la práctica.
7. No puede atender visitas durante la realización de la práctica.
8. El horario de receso es únicamente de 15 minutos.
9. **Respeto dentro del laboratorio hacia los catedráticos o compañeros (as).**

**La falta a cualquiera de los incisos anteriores será motivo de una inasistencia.**

Considere que se prohíbe terminantemente comer, beber y fumar. Éstos también serán motivos para ser retirado de la práctica.

Recuerde que para tener derecho al punteo y aprobar el curso deberá presentarse a las prácticas y realizar las evaluaciones en línea, las cuales estarán habilitadas del **25 de mayo del 2026 a las 8:00 al 29 de mayo del 2026 a las 18:00.**

## INFORME DE PRÁCTICA

Las secciones de las cuales consta un informe, el punteo de cada una y el orden en el cual deben aparecer son las siguientes:

- a) Resumen de la práctica
- b) Resultados
- c) Conclusiones

Si se encuentran dos informes parcial o totalmente parecidos se anularán automáticamente dichos reportes.

- a. **RESUMEN DE LA PRÁCTICA:** Esta sección corresponde al contenido del informe, aquello que se ha encargado realizar según las condiciones del laboratorio.
- b. **RESULTADOS:** Es la sección en la que se presentan de manera clara y objetiva los datos obtenidos a partir de la práctica realizada.
- c. **CONCLUSIONES:** Constituyen la parte más importante del informe. Son las decisiones tomadas, respuestas a interrogantes o soluciones propuestas a las actividades planteadas durante la práctica.

#### **DETALLES FÍSICOS DEL INFORME**

- El informe debe presentarse en hojas de papel bond **tamaño carta**.
- Cada sección descrita anteriormente, debe estar debidamente identificada y en el orden establecido.
- Todas las partes del informe deben estar escritas a mano **CON LETRA CLARA Y LEGIBLE**, a menos que se indique lo contrario.
- Se deben utilizar ambos lados de la hoja.
- No debe traer folder ni gancho, simplemente engrapado.

#### **IMPORTANTE:**

Los informes se entregarán al día siguiente de la realización de la práctica al entrar al laboratorio **SIN EXCEPCIONES**. Todos los implementos que se utilizarán en la práctica se tengan listos antes de entrar al laboratorio pues el tiempo es muy limitado. Todos los trabajos y reportes se deben de entregar en la semana de laboratorio no se aceptará que se entregue una semana después.

## PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES

| Práctica No. | Nombre de la Práctica                        |
|--------------|----------------------------------------------|
| 1            | ¿Qué es la conducta?                         |
| 2            | ¿Qué es la modificación de la conducta?      |
| 3            | Conductismo                                  |
| 4            | Técnicas para la modificación de la conducta |

## Material Necesario Para la Realización de las Prácticas

Los materiales serán individuales

| Práctica No. | Materiales                                                                                 |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1            | Lapicero color azul, negro, rojo                                                           |
| 2            | Lápiz y/o portaminas 0.7                                                                   |
| 3            | Hojas tamaño carta en blanco, con líneas y cuadros                                         |
| 5            | Cartulinas de colores, pegamento y calcomanías o sellos                                    |
| 4            | Crayón color rojo                                                                          |
| 5            | Cuadernillo de trabajo para estudiantes del curso Técnicas de Modificación de la conducta. |

## PRÁCTICA No. 01

### ¿Qué es la Conducta?

#### LA CONDUCTA

El primer significado de conducta es el de la acción que un individuo u organismo ejecuta. El segundo significado es el de la relación asociativa entre los elementos de una estructura funcional o campo psicológico. Estos dos sentidos han estado presentes en el lenguaje conductual o conductista desde sus inicios.

La psicología estudia la conducta del hombre a partir de la observación de su comportamiento y de sus condiciones. Porque el hombre reacciona frente a las circunstancias con actitudes corporales, gestos, acciones y lenguaje.

Dentro de los principales exponentes del conductismo están; Iván Pavlov, B. F. Skinner, Edward Thorndike, John B. Watson, Albert Bandura entre otros.

En la conducta humana existen factores influyentes, entre ellos los factores biológicos, aquí se incluyen 3 factores:

1. Sistema nervioso: la neurociencia estudia las neuronas y el comportamiento de la mente. Neuronas espejo. Ejemplo: él bebe aprende a sonreír de sus padres e imita los gestos
2. Sistema Endocrino: la segregación de hormonas que genera, o predispone a determinadas conductas, las hormonas de la felicidad, serotonina, dopamina, oxitocina y endorfina, que influyen en el estado de ánimo y por ende en la conducta.
3. La genética: parte del temperamento es heredado de los padres (gestos, aspectos físicos, otros).

Y los factores ambientales o de socialización, estos últimos refiriéndose a la influencia de la familia, los amigos y la sociedad en el comportamiento de todo individuo.

#### Formas de conductas:

Conductas instintivas o naturales: Aquellas vinculadas con los instintos; las que son esencialmente de supervivencia, no se aprenden, las traemos desde que nacemos (nadie nos enseñó, cómo llorar, comer, dormir, orinar, la conservación de la especie entre otras).

Conductas aprendidas o adquiridas. Participan en la supervivencia y en la adaptabilidad social. El lenguaje, el aprendizaje y la memoria son de vital importancia en estas conductas. Ejemplo: El miedo es una conducta aprendida.

Por otro lado, la conducta también puede estar organizada según las características individuales de la persona. Habitualmente se distinguen los siguientes tres tipos:

**Conducta pasiva.** Es aquella que prioriza los derechos de las otras personas por sobre los propios. En el afán de evitar potenciales conflictos, el sujeto resigna el derecho propio y le da la razón al otro. Sin embargo, esta actitud tiende a generar una elevada insatisfacción, y a menudo el cuerpo refleja este conflicto con actitudes corporales específicas, como permanecer cabizbajo o callado. En última instancia, hay un enfado con uno mismo por no poder expresar los sentimientos.

**Conducta agresiva.** En contraposición a la anterior, es la que prioriza el derecho propio por sobre el de los demás de manera categórica, y crea, si es necesario, una rivalidad en la que la única opinión que vale es la suya. El objetivo de una persona con este tipo de conducta no es otro que el de ganar y obtener lo que se desea, por los medios que sean necesarios. En realidad, no se gusta a sí misma, y, por lo tanto, necesita crear ese ambiente negativo a su alrededor.

**Conducta asertiva.** Podría ser el equilibrio perfecto entre las dos anteriores. La psicología ha considerado que es esta la conducta que debe buscar el ser humano, porque articula la defensa de los intereses y derechos propios con el respeto y el fomento de la buena convivencia con los demás. Siempre se está dispuesto a toda forma de diálogo y negociación, lo que significa que, aunque no se pueda evitar del todo la confrontación, en cuanto suceda se resolverá pacíficamente. Esta forma de manejarse resultará beneficiosa y armónica a largo plazo.

### **EJERCICIO #1: Enlistar conductas (Escribir 10 conductas, observables en adultos o niños)**

### **EJERCICIO #2: En grupo, anotar 2 ejemplos de los diversos tipos de conductas, referidas anteriormente por el docente.**

A continuación, se exponen tres ejemplos para diferenciar entre los tres tipos de conducta.

A. Situación: El esposo le dice a su pareja que quiere ver el fútbol en la televisión, ella también quiere ver una película que anunciaron hace un par de días y le gustaría mucho verla, pero al decirle su esposo que quiere ver el fútbol inmediatamente, ella contesta: “Está bien, entonces voy a planchar unas cosas pendientes y así ves la televisión”

B. Situación: La madre entra en la habitación de sus hijos y encuentra todo desordenado, revuelto y un tiradero de cosas en el piso. Les dice a los hijos con voz alta y gritando: “vaya habitación como está todo tirado, son unos irresponsables, sucios y muy desordenados estoy harta de ustedes”

C. Situación: Una persona está en un restaurante, en la mesa están sentadas varias personas de su círculo familiar; ordena un plato de carne y pide que le cocinen muy bien la carne. Cuando llega el mesero, le trae una carne poco cocida, incluso se puede observar con un poco de sangre. La persona le dice al mesero: “le pedí que me cocinan muy bien la carne, pero veo que a lo que me sirvieron le falta cocimiento, me gustaría que pudiese traer la misma pieza más cocida por favor, porque es así como me gusta saborearla, gracias”

## **Objetivos**

- Determinar las conductas
- Diferenciar conductas de aptitudes y pensamientos
- Conocer los tipos de conducta
- Analizar diferentes conductas en distintas situaciones

## **Materiales**

- Cuadernillo para estudiantes de trabajo social, del curso técnicas de modificación de la conducta.
- Lápiz, Lapiceros azul, rojo, negro

## **Métodos:**

- Deductivo.
- Inductivo

## **Procedimiento**

- a) Clase magistral.
- b) Trabajo individual y equipos de trabajo para análisis y resolución de casos.

## **Reportar**

- Cuadernillo individual con las actividades realizadas y hoja de reporte grupal

## PRÁCTICA No. 02

### ¿Qué es la modificación de la conducta?

La modificación de la conducta es un método de tratamiento que intenta cambiar los comportamientos negativos mediante el uso de refuerzos positivos o negativos.

Siempre que hay una conducta existen tres componentes que son: METODO

ABC UTILIZADO POR SKINNER

La "A" significa "antecedente", es decir, la acción o el estímulo que precede a un determinado comportamiento. Este antecedente puede ser la causa de un determinado comportamiento del niño.

La "B" significa "comportamiento". Se refiere al comportamiento que se produce inmediatamente después del antecedente.

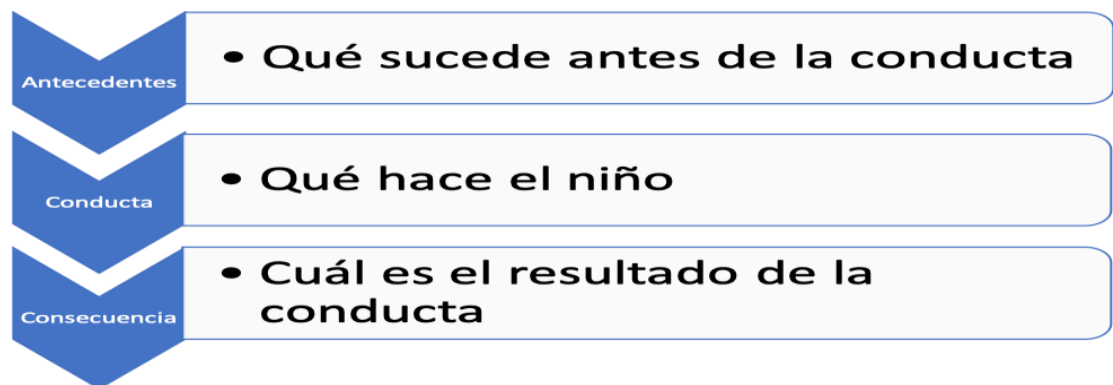
La última letra, "C", representa la "consecuencia", es decir, la acción que se produce.

Un gráfico ABC suele mostrar la fecha y la hora del comportamiento que se examina, con el fin de proporcionar documentación. Un ejemplo de un comportamiento que podría documentarse en un gráfico ABC ejemplo:

A (antecedente o estímulo): se pide a un niño que se una a la clase para realizar una actividad con sus compañeros.

B (comportamiento): el niño empieza a gritar que no quiere participar y baja la cabeza del pupitre.

C (consecuencia): el niño no se mueve ni levanta la cabeza del pupitre, por lo que el maestro va al pupitre del niño para trabajar con él para que se incorpore.



### LA MODIFICACIÓN DE CONDUCTA TIENE 4 FORMAS:

Según la finalidad de la conducta que se desea obtener, así se aplicarán las distintas técnicas de modificación conductual.

1. IMPLANTAR Y FOMENTAR UNA CONDUCTA QUE NO SE TIENE.

EJEMPLO: Mi hijo quiero que se levante temprano, ¿por qué se levanta muy tarde?

Tenemos que conocer el antecedente que conducta tiene el niño y que consecuencia tiene el ABC, implementar y fomentar una conducta que se levante temprano

## 2. INCREMENTAR Y OPTIMIZAR UNA CONDUCTA QUE ESCASAMENTE SE PRODUCE.

EJEMPLO: A veces bota la basura, a veces quiere ir por el pan a bueno y usted quiere que lo haga a diario, entonces nos centramos en una conducta deseada, implantarla o incrementarla.

## 3. DISMINUIR LA FRECUENCIA DURACIÓN E INTENSIDAD DE UNA CONDUCTA INADECUADA.

Ejemplo: Este niño llora todo rato, para cualquier cosa llora, para pedir agua, para el celular, llora por su mamá, tenemos que disminuir esta conducta, nos centramos en conducta, bueno llora por el celular cada vez que lo quiere llora vamos a tratar de, hacer un registro para ver en qué momento se le da el celular y disminuir el llanto del niño y disminuir la conducta.

## 4. EXTINGUIR O ELIMINAR UNA CONDUCTA NOCIVA O DE ALGO RIESGO.

EJEMPLO: Este niño está golpeando a otros niños esta conducta debemos extinguir, eliminar esta conducta, instalar en el niño una conducta adecuada para saber tolerar o saber manejarse en el aspecto social.

En situaciones con niños o adultos, los problemas que se originen según la conducta, no tienen la misma gravedad, podemos hablar de diferentes niveles. Ejemplos:

Nivel leve: Aquí estarían conductas como las siguientes: no hacer caso a sus padres, molestar a los hermanos, no querer recoger los juguetes.

Nivel moderado: Por ejemplo, los padres dejan de realizar determinadas actividades por los problemas de conducta del niño. Serían conductas como: discusiones con los padres más frecuentes, engañar, rabietas más frecuentes y de más intensidad, logran cambiar las decisiones de sus padres con su comportamiento negativo.

Finalmente, el nivel grave de problemas de conducta, es menos frecuente, pero puede tener lugar en las edades de 3 a 12 años. Las conductas de este nivel suelen ser: pérdida de respeto hacia los padres, los padres han perdido la autoridad respecto a sus hijos; se sienten amenazados por sus hijos; los niños tienen fuertes reacciones emocionales y desproporcionadas y pueden llegar a insultar y agredir a los padres.

### **Tipos de conductas problemáticas en niños y adolescentes:**

**1. Conducta agresiva/destruktiva:** La agresión es una conducta que implica daño físico o psicológico a otras personas, o daños o destrucción de objetos. Incluye violencia física, siendo las más frecuentes amenazar, gritar, insultar, empujar, pegar, lanzar, dar patadas, agarrar a otro por el brazo y tirarlo, arañar, zarandear, pellizcar, escupir, romper y arrojar objetos a otros. Algunos extractos de registros que se refieren a conductas agresivas.

Ejemplos:

Nelson está en el pasillo dando palmas, se abalanza sobre José arañándole la cara”.

La madre del niño: “Cuando le digo que tiene que ponerse la servilleta, se abalanza sobre mi dándome un golpe en el pecho con las manos abiertas”

**2 Autolesiones:** Son conductas que tiene como resultado el daño físico de la persona que la lleva a cabo. Las formas más comunes son golpearse la cabeza o la cara, morder, arañar o pellizcarse.

Ejemplos: Se dan cabezazos contra las paredes.” “Viene llorando, mordiéndose las manos y muy nerviosa, se hace una herida en la mano.” “Se pega en la cara, se muerde y se golpea

**3 Conductas negativas o desafiante:** Como, negarse a cooperar, robar o hurtar, desnudarse en público, mostrarse excesivamente afectivo con extraños, masturbarse en público, gritar obscenidades, fugarse, hiperactividad, andar de un lado para otro constantemente sin objetivo, acoso repetitivo, chillidos frecuentes y prolongados, risas extemporáneas, gemidos, quejas u otros ruidos, etc.

Ejemplos de otras conductas problemática:

- a. Está viendo la televisión con sus compañeros, se mete las manos dentro de los pantalones y comienza a tocarse los genitales poniéndose muy nervioso.”
- b. “Intenta constantemente escaparse de la vivienda y lo consigue, pues la puerta estaba abierta.”
- c. “Cuando llegamos por la mañana a su habitación nos encontramos que M. tenía manchada la pared, el armario y la alfombra de heces”
- d. “Intentamos que salga de su habitación, empieza a quitarse la ropa”.
- e. “Estaba solo en el vestuario, con otro chico que no es del centro.
- f. Cuando éste se descuida le saca dinero de la mochila. El otro chico nos llama para comentar lo sucedido

**EJERCICIO#3: Realizar el cuadro ABC para llevar el registro e identificar cada uno de los componentes del modelo.**

1. Varios compañeros de clase le dicen al niño que huele mal, siente rechazo, se separa del grupo.
2. Un niño más grande le quita su refacción, se siente indefenso y débil, se muestra triste.
3. A la maestra se le olvidó pegarle la pegatina por haber hecho bien la tarea, ella se frustra y pide la pegatina.

**EJERCICIO # 4: Tarea grupal, dar respuesta, según los resultados deseados o necesarios, para modificar la conducta expuesta en los ejemplos a continuación descritos.**

1. Me llamaron en el colegio porque mi hijo, le ha robado varias veces a sus compañeros de clase.
2. Mi niño no quiere lavarse los dientes hay veces que lo hace y hay otros que no lo hace.
3. Mi hija no es responsable y no cuida sus útiles escolares ni personales.

4. Mi hija por todo grita y es irritable, no se le puede pedir un favor porque se enoja y grita, me asusta

**EJERCICIO # 5: En grupo leer el siguiente caso clínico y realizar lo que se le pide al final de la hoja. (Ver el cuadernillo de laboratorio de alumno)**

QUEJA: Se presenta en el área de SALUD. la señora "María", el motivo de consulta es que su hijo "Otto", presenta bajo rendimiento escolar, lo cual es motivo de constantes conflictos entre él y su esposo

La señora "María" lleva 14 años de casada, tiene 31 años, su esposo tiene 36 años. Nivel socioeconómico medio-bajo. Estudió solamente la primaria, tiene dos hijos: "Otto" de 13 años (curso el primer año de secundaria) y; "Lily" de 14 años (segundo año de secundaria).

#### DESARROLLO DE LA PROBLEMÁTICA

La señora manifiesta que con su hija "Lily" no existe ningún problema porque ella lleva buenas calificaciones en la escuela y no tiene problemas de conducta en la casa.

Refiere que desde que "Otto" era pequeño se privaba, es decir que le hacía falta el aire cada que lloraba por no lograr lo que quería, y por lo tanto, la mayoría de las veces le daban lo que él pretendía.

La señora reporta que "Otto" ha pasado por 3 periodos de exámenes y de las 11 materias que lleva sólo ha pasado 4.

También menciona que a últimas fechas "Otto" ha tenido un comportamiento rebelde y agresivo ya que antes no le replicaba ni le respondía.

Menciona que a pesar de éste comportamiento ella es condescendiente con sus hijos "ya que no los quiere tratar como a ella la trataron".

Así mismo, reporta que a últimas fechas el niño ha tomado dinero que no le pertenece, su actitud ante esta situación fue muy agresiva ya que lo golpeo, esto lo hecho varias veces. Por otra parte, reporta que los castigos impuestos por ella son levantados por su esposo.

Cuando se entrevistó al matrimonio en conjunto, señalaron básicamente que siempre se han preocupado por atender adecuadamente a sus hijos, por ejemplo, continuamente los llevan al médico, les compran lo necesario para la escuela, o como en el caso de "Otto" lo llevan a cursos de regularización, para que vaya mejor en la escuela. A pesar de esto, se reprocha constantemente que no han sabido "ser buenos padres".

La información que "Otto" manifiesta, es que quiere cambiar y ya no ser tan flojo, "echarle ganas" y "no ser como su padre", quien es chofer.

Reporta llevarse bien con su hermana, al igual que con sus padres, sin embargo, muestra cierta preferencia hacia su padre pues con él convive más, ya que cuando puede, su papá lo lleva a trabajar con él, en cambio con su madre hay poca relación, ya que ella lo regaña más, lo apura en las tareas, lo levanta para irse a la escuela, y lo manda constantemente a hacer cosas.

Dentro de su contexto se encuentra el que viven en un sólo terreno en el cual se encuentra una familia extensa, cada uno vive en su cuarto y la relación de "Otto" con ellos no es buena ya que le reprochan el que no estudie y el que lleve bajas calificaciones.

#### ASPECTOS RELEVANTES

El esposo comparte la opinión de que lo mejor es ser condescendiente con los hijos y evitar los malos tratos. La madre no quiere tratar a sus hijos como los tratan sus familiares.

Ella le ayuda o realiza todas las actividades que le corresponden a su hijo y en ocasiones lo ha golpeado y castigado, es decir, lo ayuda y lo castiga al mismo tiempo.

Piensa que: a) no ha sabido ser buena madre (no ha sabido educar a su hijo); b) no debe dar malos tratos a sus hijos (debido quizá al trato que ella recibió durante su infancia por parte de su padre y no quiere seguir ese patrón).

Lo antes mencionado ha posibilitado la emisión de ciertas conductas inadecuadas de su hijo (bajo rendimiento escolar, desobediencia en cualquier tarea).

De esta forma, lo anterior ha traído como consecuencias que la señora se reproches a sí misma, piense que está mal lo que está haciendo y quiere cambiar.

Continuos reproches de familiares, amigos, profesores, en general, de personas que conocen la situación los cuales les dicen que no han sabido ser lo suficientemente drásticos con "O", por lo cual ella se siente mal.

**Realizar un análisis en grupo sobre:**

- Qué conductas manifiestan los padres y el niño
- Qué factores son los que intervienen en la conducta del niño.
- Realizar el cuadro de ABC, de acuerdo a la conducta del niño.

| Antecedente<br>Estímulo<br>(A) | Conducta<br>(B) | Consecuencia<br>(C) |
|--------------------------------|-----------------|---------------------|
|                                |                 |                     |
|                                |                 |                     |

- Identificar las conductas a modificar.
- ¿Qué tipo de gravedad existe en este problema de "Otto"?
- ¿Qué tipo de Conducta está presentando "Otto"?

## **Objetivos**

- Conocer un método de registro para conductas
- Aprender a llevar la secuencia lógica del método ABC.
- Analizar las conductas en los casos observados

## **Materiales y equipo**

- Computadora
- Equipo de proyección
- Manual y Cuadernillo de trabajo del curso
- Lápiz, Lapiceros azul, rojo, negro
- Regla

## **Métodos:**

- Deductivo.
- Inductivo

## **Procedimiento**

- a) Clase magistral.
- b) Trabajo individual y equipos de trabajo para análisis y resolución de casos.
- c) Introducción de una técnica de modificación de la conducta.

## **Reportar**

- . Cuadernillo individual con las actividades realizadas y hoja de reporte grupal

## PRÁCTICA No. 03

### Conductismo

El Conductismo es una teoría mecanicista que describe la conducta observada como una respuesta predecible por la experiencia. Sostenían que los seres humanos de todas las edades aprenden acerca del mundo como los demás organismos: a través de reacciones a condiciones o a aspectos del ambiente que resultan placenteros, dolorosos o amenazadores. De dichas investigaciones en relación al aprendizaje asociativo, se desprenden dos clases de aprendizaje: El condicionamiento clásico y el condicionamiento operante.

**Condicionamiento Clásico:** Una respuesta a un estímulo se evoca luego de asociarse repetidamente con el estímulo que, de ordinario, excita la respuesta.

**Condicionamiento Operante:** Aprendizaje basado en la asociación de una conducta y sus consecuencias.

Por ello, es necesario, primero, tener claros los siguientes términos:

**Reforzamiento:** Es el proceso que fortalece y estimula la repetición de una conducta deseada. El reforzamiento es más eficaz cuando sigue inmediatamente a la conducta. Si una respuesta deja de reforzarse, al cabo de cierto tiempo se extingue, es decir, vuelve a su estado original.

**Castigo:** Es el proceso que debilita y desalienta la repetición de una conducta.

**Reforzamiento positivo:** Técnica que aumenta la probabilidad de emitir una conducta mediante la presentación, tras la emisión de la misma, de un estímulo apetitivo o reforzador.

Ejemplo: “Cómo has acabado todos los deberes, vamos a ir un rato al parque”.

En este caso, nuestro objetivo es que la conducta “acabar los deberes” aumente, la reforzamos positivamente presentando, tras su emisión, un reforzador, que suele ser un estímulo gratificante o deseado por el niño. De esta forma el niño aprende que, acabando los deberes, puede obtener una consecuencia apetitiva.

**Reforzamiento negativo:** Técnica que aumenta la probabilidad de emitir una conducta mediante la retirada, tras la emisión de la misma, de un estímulo aversivo. Ejemplo: “Cómo has acabado todos los deberes, no tienes que lavar los platos”.

Aquí, también queremos que la conducta “acabar los deberes” aumente, pero, en lugar de presentar un estímulo reforzador, tras su emisión retiramos un estímulo aversivo. Así, el niño aprende que, acabando los deberes, puede “librarse” de fregar los platos, que es una actividad aversiva para él.

**Castigo positivo:** Consiste en realizar algo que disminuirá la probabilidad de que alguna conducta se produzca. Por ejemplo, si queremos que el niño no corra por la clase (conducta no deseada), le ponemos una multa o tarea extra (estímulo aversivo).

**Castigo negativo:** El castigo no solo se produce cuando emitimos un estímulo aversivo. También se considera un castigo cuando quitamos un estímulo positivo. Por ejemplo, si un niño se ha portado mal tenemos dos opciones. Por un lado, gritarle que no es lo correcto (castigo positivo) o privarle de algo que le gusta hacer (castigo negativo).

## TÉCNICAS DE LA MODIFICACIÓN DE CONDUCTA

Son las diferentes estrategias o técnicas que se utilizan con el niño o adolescente para modificar su conducta. Algunas técnicas también son aplicables con personas adultas.

### Pasos de intervención, para la modificación de la conducta

|                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PASOS PARA INCREMENTAR O DISMINUIR UNA CONDUCTA EN LOS NIÑOS O ADOLESCENTES.                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                       |
| 1. IDENTIFICAR LA CONDUCTA A TRABAJAR: la niña hace berrinche cuando no le compro lo que ella quiere, ya se identificó la conducta                                                                                                                                     |                                                                                                                                                       |
| 2. OBSERVAR LA CONDUCTA: tiene que ser vista yo quiero cambiarle la conducta de mi hijo porque se porta muy mal, eso es muy amplio, hay que identificar qué es lo que se quiere, ser muy puntual, yo quiero que mi hijo deje tendida su cama antes de irse al colegio. |                                                                                                                                                       |
| 3. MEDIR LA CONDUCTA: con qué frecuencia, cuántas veces LO HACE, porque las haces, con quienes las hace.                                                                                                                                                               | Línea base: Solo lo hace con la mamá pues es muy permisiva, entonces hay que dar un plan educacional para que ella nos ayude a modificar la conducta. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                        | Hablar con la mamá que ponga reglas y que hable con la abuelita.                                                                                      |
| 4. PLANTEARSE OBJETIVOS:<br>Dar plan educacional.<br>Que el padre deje de consentirlo.<br>Aprender a registrar las conductas.                                                                                                                                          |                                                                                                                                                       |
| 5. APLICAR LOS RECURSOS Y LAS TÉCNICAS: que son muchas, pero no todas son aplicables en todos los casos debemos estar siempre al pendiente y utilizar el más adecuado.                                                                                                 | 1. Incrementar la conducta adecuada<br>2. Disminuir la conducta inadecuada.                                                                           |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>6. EVALUAR LOS RESULTADOS: Al cabo de un tiempo evaluamos los resultados y vemos que ha cambiado la conducta, pero los padres no están conformes ven el lado negativo, siempre aparecerán nuevas conductas que siempre se van a ir modificando, en un niño normal pero ahora ya es responsable con su tarea, pero ahora me contesta. Un niño sano o regular.</p> |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

Las técnicas de modificación de conducta tienen como objetivo cambiar el comportamiento del sujeto mediante la adquisición, mantenimiento, incremento, disminución o eliminación de conductas deseadas y/o no deseadas.

Las técnicas de modificación de conducta son muchas y muy variadas, veremos un pequeño grupo de ellas que se basan en los principios de las teorías del aprendizaje.

Estas técnicas son tremendamente eficaces para la adquisición, incremento y mantenimiento de conductas deseadas, y disminución y eliminación de conductas no deseadas.

### **EJERCICIO # 6: Discusión de caso en grupo y cómo utilizar los reforzadores: (Ver el cuadernillo de laboratorio de alumno)**

Por ejemplo, supongamos un niño de unos 3 años, que entra con su padre en una tienda de juguetes, y se encapricha de un camión de bomberos. El niño, se acerca a su padre y le pide que se lo compre, a lo que éste último responde rotundamente que no. En este caso, el estímulo antecedente ha sido el camión de bomberos (estímulo antecedente externo) o el deseo de tenerlo (estímulo antecedente interno), el que ha provocado la conducta del niño de pedir a su padre que se lo compre. En este caso, la consecuencia de la conducta del niño no ha sido la esperada por él: la negativa del padre a comprárselo. Como esta estrategia no le ha funcionado, decide buscar otra para conseguir el camión de bomberos, así que se tira al suelo, empieza a patear tirando algunas de las cosas de las estanterías, mientras llora y grita con ganas. Tras intentar calmarlo y no conseguirlo, y deseoso de acabar con el escándalo, el padre le compra el camión de bomberos.

### **Objetivos**

- Dar a conocer los principios del Conductismo y sus principales exponentes.
- Reconocer la importancia que tienen las bases del aprendizaje basadas en el conductismo en la actualidad.
- Analizar y definir las conductas en los casos observados

### **Materiales y equipo**

- Computadora
- Equipo de proyección

- Manual y Cuadernillo de trabajo del curso
- Lápiz, Lapiceros azul, rojo, negro
- Regla **Métodos:**
- Deductivo.
- Inductivo

### **Procedimiento**

- d)** Clase magistral.
- e)** Trabajo individual y equipos de trabajo para análisis y resolución de casos.
- f)** Introducción de una técnica de modificación de la conducta.

### **Reportar**

- . Cuadernillo individual con las actividades realizadas y hoja de reporte grupal

## PRÁCTICA No. 04

### Técnicas de Modificación de la Conducta

A continuación, algunas técnicas de modificación de la conducta, según su finalidad:

1. Técnicas para incrementar la conducta:

Reforzamiento Positivo y Reforzamiento Negativo.

2. Técnicas para mantener y generalizar conductas modificadas:

Uno de los aspectos más difíciles de educar es conseguir que las conductas se mantengan en el tiempo. Es muy frecuente, encontrar hábitos o acciones adquiridos por los niños, que pueden sufrir un abandono posterior. Para evitar esto, podemos recurrir a la siguiente técnica:

Reforzamiento intermitente: Es reforzar conductas de vez en cuando para favorecer su conservación en el tiempo y convertirlas en hábitos. Ejemplo de refuerzo intermitente: Juan hace las tareas del colegio, a veces la mamá le deja ver la televisión.

Conducta: Hacer las tareas. Consecuencia: Ver la tele de vez en cuando.

3. Técnicas para Adquirir o desarrollar y mantener conductas:

El modelamiento: Ayuda a adquirir nuevas conductas o habilidades como serían el lenguaje, aseo, interacción social, afrontamiento del estrés y normas sociales convencionales entre otras.

Desvanecimiento: Hace referencia a un cambio gradual de la conducta. Se trata de acompañar la conducta de otra persona mediante ayudas (verbales, físicas...) para convertirla en conducta deseada. En este sentido, estas ayudas se deben ir retirando con el paso del tiempo hasta que la persona sea capaz de realizar la conducta deseada por sí misma, sin necesidad de recibir ayudas.

Economía de fichas: Es una técnica psicológica que lo que busca es aumentar, entrenar o crear conductas buenas, deseables y positivas. Asimismo, también sirve para intentar disminuir conductas que no son deseables y positivas.

Aspectos importantes para la aplicación de la técnica: Tanto si se aplica en niños como si se aplica en adultos, es importante que los castigos y los premios se establezcan teniendo en cuenta los gustos de la persona a la que está dirigida la técnica.

1. Identificar la conducta que queremos aumentar o disminuir. En otras palabras, pensar en cuál es la conducta que requiere nuestra atención
2. Ayuda externa: Si se cuenta con la ayuda de una persona de confianza la eficacia aumenta. En el caso de los niños siempre se va a necesitar una persona que entregue o quite las fichas.
3. Elementos visuales. Sobre todo, si se aplica con niños, es recomendable que las fichas y el registro se realicen con pegatinas y cartulinas. Además, también es importante que se coloque en algún lugar de la casa para que el niño o la Técnicas para Reducir o extinguir Conductas: Eliminar malos hábitos, costumbres o comportamientos en el niño o niña es otro de los retos de la educación. Los recursos que podemos usar son:

**Tiempo fuera:** Consiste en que ante un mal comportamiento o respuesta desadaptada se coloca al niño un tiempo de reflexión.

**Saciedad:** Es aplicar como respuesta a una conducta no deseada, un refuerzo relacionado con dicha conducta y que provoque saturación. Por ejemplo, al dibujar en la mesa, el alumno deberá escribir una frase 100 veces.

**Castigo:** Es presentar un estímulo aversivo o supresión de un suceso positivo como respuesta a un comportamiento disruptivo. Por ejemplo, si no haces los deberes, no irás al cine.

**Extinción:** Esta técnica de modificación de conductas consiste en suprimir las recompensas que la pequeña espera conseguir con su conducta. Por ejemplo, un niño que esté haciendo chantaje emocional a su madre para no ir a la escuela con comentarios del tipo “me llevas a la escuela para deshacerte de mí”, “¿es que no quieres que pase tiempo contigo?”, etc... En esta ocasión, aplicaremos la técnica de extinción de conductas, sustituyendo esos comentarios por algo gratificante. Una práctica adecuada, sería, por ejemplo, preguntar al pequeño sobre sus dibujos animados favoritos, ignorando el comentario que el niño había hecho anteriormente. Hacía como si no le hubiésemos escuchado y quisiéramos iniciar una conversación con él.

#### 4. Técnica para reducir o eliminar la ansiedad en niños:

**Desensibilización Sistemática:** Es una combinación de técnicas de relajación con una exposición gradual para ayudar a superar lentamente una fobia, lo que ocasiona muchas veces ansiedad en los niños.

La exposición se puede realizar de tres formas:

Usar la imaginación: el paciente imagina la exposición al estímulo fóbico. En vivo: el paciente está realmente expuesto al estímulo fóbico.

¿Cómo se aplica la desensibilización sistemática?

La desensibilización sistémica consta de tres etapas:

1. Aprender técnicas de relajación: El paciente aprende técnicas de relajación profunda y ejercicios de respiración. Por ejemplo, control de la respiración, respiración diafragmática, técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson u otras técnicas de regulación emocional.
2. Generar una lista de miedos: El paciente crea una lista de sus miedos y comienza a darle jerarquía. De los estímulos que menos ansiedad generan a los que más miedo producen. La lista es crucial, ya que proporciona un marco para la terapia.

El ir «tachando» elemento de la lista genera más adherencia al tratamiento, ya que nos permite visualizar el avance del mismo.

3. Comienza la exposición: El tratamiento comienza por los estímulos menos desagradables, practicando técnicas de relajación y cuando se está cómodo con el estímulo, se avanza a la siguiente etapa. De esta manera se va aumentando por etapas, hasta llegar a las imágenes o situaciones que más ansiedad provocan.

## DIFERENTES TÉCNICAS QUE PODEMOS USAR TAMBIÉN PARA LA MODIFICACIÓN DE CONDUCTA

**Método de autocontrol:** Es parte de un grupo de habilidades llamadas la función ejecutiva. Los niños desarrollan esas habilidades con el tiempo. Hay tres tipos de autocontrol: control de impulsos, control emocional y control del movimiento.

**Tiempo fuera positivo:** Consiste en crear un lugar especial dentro de la casa o el aula, al que el niño/a pueda recurrir para calmarse (estado emocional equilibrado) cuando se sienta alterado o fuera de control. Este lugar debe ser escogido y decorado en conjunto con el niño/a y debe contener elementos que lo inviten a relajarse y a sentir paz, como, por ejemplo: libros, música, juguetes, hojas y colores para dibujar, una pizarra, peluches, plastilina, etc.

**El semáforo:** Es una técnica efectiva para autorregular en los niños comportamientos impulsivos, arranques de ira o agresión y consiste en entrenar al pequeño para que cuando sienta que está por caer en estos comportamientos «actúe» como lo hace un semáforo. ROJO para DETENERSE; es decir, quedarse quieto tal cual lo hacen los carros en la ciudad. AMARILLO para PENSAR lo que está sucediendo y detectar posibles SOLUCIONES y VERDE para ACTUAR llevando a la práctica alguna de esas opciones.

**Soplar burbujas:** Está técnica es para lograr la calma a través del control de la respiración. Consiste en imaginar que se hacen burbujas, para lo cual es necesario controlar la respiración soplando suavemente para que las burbujas se formen.

Técnicas de desactivación emocional:

**Bola antiestrés;** Esta técnica consiste en crear, junto al niño (o él, de forma autónoma), una “bola antiestrés”, para apretar o presionar en los momentos de nerviosismo, enfado, frustración o ira. Una manera sencilla de hacerla es con un globo deshinchado, llenándolo de arroz, lentejas o garbanzos.

**Colorear mándalas:** Manejar mejor sus manos y a tener cierta destreza, dibujar y colorear mándalas puede ser una gran opción para relajarse. Con los mándalas aprenderán a concentrarse, a controlar su cuerpo, a tener paciencia y, a la vez, reducirán el estrés.

**Técnicas de relajación:**

Biodanza, musicoterapia, aromaterapia, entre muchas otras

**El bote de la calma:** Es una técnica que se ha difundido bastante en los últimos años y que es bastante efectiva para niños con rabietas. Solo vas a necesitar un bote grande de cristal, agua, colorante y purpurina de colores. Es importante que lo cierres bien para que no se salga.

**EJERCICIO # 7: En grupo, realizar actividad de Economía de Fichas, según caso de Onicofagia, u otro.**

Estudio de caso que tuvo como objetivo eliminar la onicofagia en un niño de 10 años a través de una intervención conductual. Un niño de diez años, alumno de quinto año de primaria, residente de la ciudad de



3 Fichas: Poder ver el Televisor después de cenar.

5 Fichas: Jugar en la computadora media hora después de cenar.

7 Fichas: Ir al cine el fin de semana.

Nota: El canje de fichas será el fin de semana.

**En grupo leer y utilizar la técnica de economía de fichas. (Ver el cuadernillo de laboratorio de alumno)**

Queremos conseguir que el niño se ponga el pijama solo, se cepille los dientes sin ayuda y que haga la cama por las mañanas. A cambio, si consigue realizar esas tareas, le daremos a elegir entre llevarle al parque a patinar una tarde, o ir al cine a ver la película de dibujo que tanto le gusta, o comer helado.

Pues bien, marcaremos en la tabla que, el niño debe ponerse el pijama solo el lunes, cepillarse los dientes sin ayuda el miércoles y que haga la cama el viernes.

Realizar en grupo:

1. Mencione que se quiere lograr con estas conductas: **R. Aumentar o crear nuevas conductas.**
2. ¿Cuáles son las conductas a modificar?: **R: Ponerse el pijama, cepillarse los dientes sin ayuda y hacer la cama por las mañanas.**
3. Realizar una tabla de economía de fichas de manera creativa.

| CONDUCTA                                                                                                         | LUNES | MIÉRCOLES | VIERNES |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------|---------|
| PONERSE<br><br>PIJAMA SOLO.   |       |           |         |
| CEPILLARSE LOS<br><br>DIENTES |       |           |         |

|                                                                                   |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| HACER LA CAMA                                                                     |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                     |
|  |                                                                                   |                                                                                   |                                                                                     |
| PREMIOS                                                                           |  |  |  |

5. ¿Qué utilizaremos para las fichas?:
6. ¿Cuáles son las recompensas para el niño, si logra obtener las 3 fichas?  
¿Cuándo obtendrá las fichas?
7. ¿Cuándo se le quitarán o no se le dará las fichas?:
8. ¿Cuándo se canjearán los premios?
9. ¿Quién será el responsable de llevar a cabo el registro de estas conductas en la tabla?
10. ¿Cómo debe actuar si no logra el niño obtener las tres fichas?

**EJERCICIO #8: Discusión de caso utilizando la técnica de Desensibilización sistemática (Ver el cuadernillo de laboratorio del alumno).**

### Caso de estudio: Salo y el miedo a las arañas

Hoy llega al consultorio un paciente cuyos padres le agendaron por teléfono una cita, durante la llamada comentaron que estaban buscando ayuda por el miedo que su hijo tiene a las arañas.

Llegan muy puntuales a la cita y pasan el padre, la madre y a Salomón, el niño de siete años, ellos comentan que desde hace unos meses el infante les tiene miedo a las arañas y que esto ha ido empeorando con el tiempo, pues se altera mucho y parece que ahora también tiene miedo a otros insectos.

Para empezar a analizar la situación les hacemos preguntas para conocer dónde pudo haber surgido la fobia. Los padres mencionan que antes no parecía temerles a las arañas y no están seguros en qué momento empezó todo. Comentan que ha pasado de paralizarse y señalarlas a salir corriendo de la habitación, gritar y descontrolarse, al punto de que tarda unos minutos en recuperarse. Además de esto, pareciera que ahora hay otros insectos a los que le teme como los escarabajos, las cucarachas y los ciempiés.

Les decimos a los padres que queremos escuchar al pequeño, al inicio hacemos preguntas para empatizar con él sobre qué cosas le gustan o le interesan, cómo le va en la escuela, si tiene amigos, entre otras. Después tocamos el tema de las arañas y por qué le dan miedo, al inicio decía cosas pensándolo mucho y trataba de evitar la respuesta, pero conforme le hacemos más preguntas y lo hacemos sentir cómodo, platica un poco más. Al final, descubrimos que su miedo a las arañas proviene de un evento ocurrido junto con otros niños más grandes de la colonia, a quienes les pareció gracioso aventarle a la cara una araña que encontraron. Los otros niños lo convencieron de no decir nada a sus padres, también le decían que ya no jugarían con él, que sus papás ya no lo iban a dejar salir o le decían que era un chillón y que si fuera valiente no le hubiera dado miedo, entre otros comentarios.

Salo, como le dicen en su familia, nos dice que le da miedo cuando ve arañas porque sintió muy feo cuando le cayó la araña en la cara, que sentía las pequeñas patitas moviéndose, que es algo que no puede controlar y por eso grita y corre.

Hablamos con él y le decimos que le vamos a ayudar para que ya no tenga miedo, Hablamos también con los papás sobre lo sucedido y que su miedo se ha ido extendiendo a otros insectos, porque al ver las patitas revive la sensación que tuvo al sentir las patas de la araña. Les decimos que seguiremos trabajando esto las siguientes semanas, ya que debe ser gradual para que pueda ir perdiendo el miedo a las arañas.

De este modo, nosotros empezamos a preparar un programa de intervención donde apliquemos la terapia de exposición y desensibilización sistemática, así le enseñaremos al pequeño a relajarse para mantener el control ante el estímulo, que en este caso son las arañas y los insectos, además trabajaremos con las ideas que tenga al respecto y después podremos pasar a presentarle imágenes hasta llegar al punto donde tolere estar frente a una araña viva.

**REALIZAR EN GRUPO LO SIGUIENTE: (Ver el cuadernillo de laboratorio de alumno)**

¿Qué conducta trabajaremos, que debemos hacer con esta conducta?

¿Cuáles son los síntomas que manifiesta Salo?

Hacer un cuadro de registro de conducta (ABC)

| Antecedente<br>O estímulo | Conducta | Consecuencia |
|---------------------------|----------|--------------|
|                           |          |              |
|                           |          |              |

Menciona como trabajaría los pasos de desensibilización sistemática en este caso.

**Objetivos**

- Implementar por lo menos 3 de las técnicas de modificación de la conducta, durante la práctica.
- Ilustrar algunas de las técnicas de modificación de la conducta.
- Discutir cuáles técnicas son propicias en algunos casos.

### **Materiales y equipo**

- Computadora
- Equipo de proyección
- Manual y Cuadernillo de trabajo del curso
- Lápiz, Lapiceros azul, rojo, negro
- Cartulinas, stickers, pegamento, otros
- Regla

### **Métodos:**

- Deductivo.
- Inductivo

### **Procedimiento**

- g)** Clase magistral.
- h)** Trabajo individual y equipos de trabajo para análisis y resolución de casos.
- i)** Introducción de una técnica de modificación de la conducta.

### **Reportar**

- . Cuadernillo individual con las actividades realizadas y hoja de reporte grupal

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. Técnicas de modificación de conducta. Francisco Javier Labrador Encinas. Editorial Pirámide. 2011
2. Desarrollo Humano. 13<sup>a</sup>. Edición. Diane E. Papalia, Gabriela Martorell. MacGraw Hill Global Education Holdings. 2017.
3. Técnicas de Modificación de Conducta: una guía para su puesta en práctica. Jorge Barraca Mairal. Editorial Síntesis. España. 2014.

## **INFOGRAFÍA**

1. <https://psicodiagnosis.es/areaespecializada/tecnicasdeintervencion>
2. <https://www.educapeques.com/escuela-de-padres>