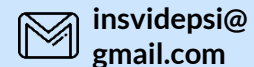


Diplomado Avanzado en Modificación de Conducta 22



Índice

- **Práctica negativa.**
- Ventajas y desventajas.
- Caso real.
- Preparación y psicoeducación.
- Contexto controlado y repetición.
- Aumento gradual de la exposición.
- Integración en situaciones reales.
- Evaluación de resultados.
- **Sobrecorrección.**
- Caso real.
- Establecer la Consecuencia (Restitución + Práctica Positiva).
- Implementación en clase.
- Seguimiento y consistencia.
- Resultados esperados.



Práctica Negativa

Esta técnica implica la repetición intencionada de la conducta no deseada en un ambiente controlado, lo cual puede reducir el impulso o necesidad de realizar dicha conducta en situaciones reales.

Aunque esta técnica es controvertida y requiere ser aplicada con precaución, especialmente en entornos clínicos, su objetivo es generar cansancio o “saciedad” de la conducta problemática para reducir su frecuencia en el futuro.

Ventajas

- Puede ser efectiva en conductas impulsivas o repetitivas, como tics o algunos hábitos indeseados.

Desventajas

- Puede ser incomodante para el paciente y es importante aplicarla bajo supervisión para evitar refuerzos accidentales de la conducta.

Caso real

Ana, una mujer de 28 años, emite un sonido de “eh” repetidamente cuando está bajo presión, como al hablar en reuniones o al ser observada de cerca. Este tic ha sido motivo de comentarios incómodos en su trabajo y le genera mucha ansiedad, llevándola a evitar situaciones sociales. Ha intentado suprimir el tic, pero esto solo parece intensificarlo.

El terapeuta y Ana deciden usar la práctica negativa para reducir el tic. El objetivo es “cansar” el impulso detrás del tic al reproducirlo intencionadamente en un ambiente controlado, lo que, con el tiempo, debería ayudar a disminuir la frecuencia y urgencia del tic en la vida diaria.

Preparación y Psicoeducación:

- El terapeuta explica a Ana cómo funciona la práctica negativa, enfatizando que se trata de un enfoque paradójico: al *intencionalmente* realizar el tic, se busca disminuir su urgencia.
- Ana comprende que el objetivo no es simplemente repetir el tic, sino hacerlo en un entorno seguro y controlado para restarle fuerza y controlarlo mejor.

Contexto Controlado y Repetición:

- Se programan sesiones de práctica en el consultorio y en casa. En el consultorio, Ana se sienta cómodamente, y se le indica que repita el sonido “eh” cada 5 segundos, en intervalos regulares, durante 10 minutos.
- Después de cada repetición, se le pide que observe cualquier cambio en su ansiedad o urgencia de hacerlo, buscando identificar momentos en los que el impulso disminuya o se vuelva más controlable.

Aumento Gradual de la Exposición:

- Después de algunas sesiones, Ana aumenta la frecuencia y duración de la práctica en casa, realizando el ejercicio durante 15 minutos al día, intencionadamente en momentos en los que no está estresada.
- Conforme aumenta su práctica, el terapeuta le pide que haga este ejercicio en ambientes ligeramente incómodos para ella, como una cafetería con poca gente, a fin de ir desensibilizándola al tic en contextos sociales.

Integración en Situaciones Reales:

- Una vez que Ana reporta una reducción en la urgencia de emitir el sonido durante las prácticas, se le indica que, en reuniones, haga una pausa mental cada vez que sienta el impulso de hacer el tic y trate de diferir el impulso unos segundos.
- Con la práctica negativa, Ana empieza a notar que el impulso de emitir el tic no es tan intenso como antes, y la frecuencia disminuye gradualmente en su vida cotidiana.

Evaluación de Resultados:

- Tras varias semanas de práctica negativa, Ana informa que su tic se ha reducido significativamente en situaciones sociales. Ahora, puede controlar mejor el impulso y, cuando aparece, ya no lo percibe como algo que deba satisfacer de inmediato.



Sobrecorrección

Esta técnica implica que, cuando alguien realiza una conducta inapropiada o no deseada, debe corregirla y además realizar un esfuerzo adicional relacionado, lo cual ayuda a reducir la probabilidad de que la conducta se repita.

Existen dos formas principales de sobrecorrección:

- 1. Restitución:** La persona debe corregir los efectos negativos de su conducta, restaurando el entorno a su estado original o incluso mejorándolo.
- 2. Práctica positiva:** La persona debe repetir una conducta alternativa y apropiada en varias ocasiones, reforzando así el comportamiento deseado.

Caso real

Imaginemos un caso en el que **Jorge, un adolescente de 16 años**, tiene el hábito de interrumpir y hacer comentarios negativos hacia sus compañeros en clase, lo que afecta el ambiente de aprendizaje. Aunque los maestros le han pedido que controle esta conducta, no han logrado cambios duraderos.

Establecer la Consecuencia (Restitución + Práctica Positiva):

Se establece que cada vez que Jorge haga un comentario negativo, deberá realizar dos tareas de sobrecorrección:

- **Restitución:** Pedir disculpas públicas a sus compañeros y a quien haya dirigido el comentario, y tomar notas de la clase durante 10 minutos adicionales como compensación por el tiempo interrumpido.
- **Práctica Positiva:** Después de pedir disculpas, deberá hacer una lista de tres comentarios constructivos o positivos sobre la clase o sus compañeros y compartirlos en el mismo día.

Implementación en clase

- Cuando Jorge hace un comentario negativo, el maestro le pide inmediatamente que cumpla con la sobrecorrección. Primero, Jorge pide disculpas a sus compañeros y se compromete a tomar notas adicionales, restituyendo su conducta disruptiva.
- Luego, en la siguiente pausa de la clase, Jorge se reúne con el maestro para revisar y expresar tres comentarios positivos sobre sus compañeros o el tema de la clase, promoviendo una mentalidad de respeto y refuerzo positivo.

Seguimiento y consistencia

- A lo largo de varias semanas, el maestro y Jorge revisan su progreso. Los comentarios negativos disminuyen, mientras que Jorge aprende a enfocarse en expresarse positivamente.
- Al notar que sus compañeros reaccionan positivamente a sus comentarios constructivos, Jorge se siente más integrado en el grupo y percibe que la sobrecorrección está mejorando sus relaciones.

Resultados esperados

A través de la sobrecorrección, Jorge no solo toma conciencia de las consecuencias de su conducta, sino que desarrolla habilidades sociales constructivas. Esta técnica le enseña que su comportamiento tiene un impacto en otros y que él tiene la capacidad de enmendarlo y transformarlo en algo positivo.

Esta técnica es efectiva para conductas que afectan a otros y tiene el potencial de reducir comportamientos problemáticos en el largo plazo. Sin embargo, como la práctica negativa, es importante aplicarla con moderación y en un ambiente supervisado para evitar que el esfuerzo adicional se convierta en una experiencia negativa en sí misma.

Bibliografía

1. Ambitions ABA. (2024). *Overcorrection in ABA therapy: Definition, implementation, and ethical considerations*. Ambitions ABA.
2. Baker, S., & LeBlanc, L. (2023). Ethical and effective use of overcorrection techniques in ABA. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 56(1), 25-41.
3. Bodrova, E., & Leong, D. (2024). *Behavioral techniques in early childhood education*. Sage Publications.
4. Colley, E. (2023). Adapting overcorrection and positive practice for skill acquisition. *International Journal of Behavioral Development*, 47(3), 145-158.
5. Daniels, K., & Lovaas, I. (2023). *Corrective feedback in autism interventions: Impact of overcorrection on behavior modification outcomes*. Psychology Press.

6. Brown, A., & Parker, L. (2022). *Applied behavior analysis: Techniques and effectiveness in reducing maladaptive behaviors*. Behavioral Interventions Journal, 38(2), 123-135.
7. Carter, E., & Gonzalez, R. (2021). *Negative practice and overcorrection in autism interventions: A comparative review*. Journal of Autism and Developmental Disorders, 51(4), 1943-1957.
8. Hayes, L., & MacLean, B. (2023). *Ethics in behavior modification: Overcorrection and punishment reconsidered*. Journal of Ethical Behavior Analysis, 45(1), 78-89.
9. Maxwell, S., & Cooper, J. (2021). *Practical applications of overcorrection in behavioral therapy: Challenges and benefits*. Advances in Behavioral Therapy, 34(3), 110-120.
10. Nolan, T., & Wright, J. (2020). *Behavior modification techniques: Overcorrection and positive practice in ABA therapy*. Behavioral Psychology Today, 26(5), 345-359.