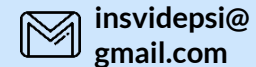


Diplomado Avanzado en Modificación de Conducta 5

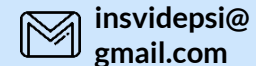


ÍNDICE

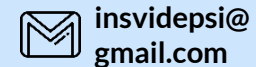
- Pautas para aplicar adecuadamente el reforzamiento positivo.
- Reforzadores condicionados.
- Ejemplos de reforzadores condicionados.
- Casos reales.
- Cómo potenciar a un niño: nutrición y herramientas que ayudan a tener mayor sinapsis.

El refuerzo positivo

La comida, una sonrisa, un mensaje verbal o la aparición de una emoción agradable, pueden ser susceptibles de ser entendido como refuerzos positivos en muchos contextos.



Pautas para aplicar adecuadamente reforzamiento positivo



Dentro de las pautas están

- Seleccionar la conducta que se quiere aumentar

El objetivo debe ser una conducta específica (como sonreír) en lugar de una categoría general (como relacionarse). Además, si es posible, hay que seleccionar un aspecto que pueda ocurrir bajo el control de reforzadores naturales después de la intervención para aumentar su frecuencia.

Dentro de las pautas están

- Selección un reforzador

Es recomendable aquellos que ya estén disponibles y puedan presentarse inmediatamente después de la conducta deseada, emplear tanto reforzadores como sea factible y cuando sea apropiado.

Otras pautas

- Aplicar reforzamiento positivo.
 1. Contarle el plan a la persona antes de empezar.
 2. Reforzar inmediatamente tras la conducta deseada.
 3. Describir la conducta deseada a la persona al otorgarle el reforzador (decirle por ejemplo: «has ordenado muy bien tu habitación»).
 4. Usar muchos elogios y contacto físico (si es apropiado y si son gratificantes para los implicados) cuando se entreguen los reforzadores.

Otras pautas

- Independizar al estudiante del programa.

Si la conducta mantiene una tasa deseable, se puede intentar eliminar gradualmente los reforzadores tangibles (como golosinas o juguetes) y mantener la conducta con reforzadores sociales. Continuar las evaluaciones periódicas después que el programa haya terminado.

LA VENTAJA PRINCIPAL QUE TIENE USAR REFORZADORES CONDICIONADOS EN UN PROGRAMA DE MODIFICACIÓN DE CONDUCTA es que por lo general pueden administrarse inmediatamente, lo cual no siempre sucede con los reforzadores de apoyo, y por tanto, ayudan a establecer la conexión entre el comportamiento deseado y la recompensa eficaz.

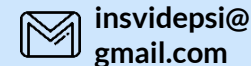
REFORZADORES NATURALES Y ARTIFICIALES

Los reforzadores Naturales son aquellos que se emplean habitualmente en el medio de la persona para reforzar la conducta en cuestión; ejemplo, premiar la conducta de estudio con alabanza y buenas notas.

Los reforzadores Artificiales son aquellos que no se emplean habitualmente en el medio de la persona para reforzar la conducta en cuestión; ejemplo, premiar la conducta lectora con partidas de parchis o paseo en bicicleta.

Modificación de Conducta

Según MARTIN Y PEAR en su libro “La modificación de conducta” implica la aparición sistemática de los principios y las técnicas de aprendizaje para evaluar y mejorar los comportamientos encubiertos y manifiestos de las personas y facilitar así un funcionamiento favorable.



REFORZADORES CONDICIONADOS

Son todos aquellos que refuerzan la conducta de un organismo, sin que este haya tenido alguna vez, una experiencia con el mismo.

Un ejemplo de esto es el agua y la comida, ya que son estímulos primarios o incondicionados.

Reforzador secundario, reforzador adquirido. En un principio carecen de valor reforzante y adquieren su capacidad de reforzante por su asociación con un reforzador incondicionado durante cierto tiempo.

Desempeñan un papel muy importante en el hombre y en los animales superiores. Como ejemplos de reforzadores condicionados tenemos el dinero, la sonrisa, una golosina.

El refuerzo

El refuerzo es un proceso de incrementación de la frecuencia o tasa de ocurrencia de una determinada conducta, por medio de un estímulo presentado poco después de su manifestación.

ERRORES EN LA APLICACIÓN DEL REFUERZO CONDICIONADO

Quienes no están familiarizados con los principios del refuerzo condicionado podrían sin querer aplicarlo inadecuadamente en varios sentidos.

Un ejemplo frecuente de práctica indebida es de los adultos que riñen a los niños por no portarse bien, pero no lo acompañan de ningún tipo de castigo de apoyo, no refuerzan ninguna conducta deseable alternativa.

No hay duda de que se pretende que el regaño sea un castigo, pero muy a menudo éste no es el caso porque de hecho, la atención que acompaña a los estímulos verbales negativos es muy reforzante, sobre todo para niños con deficiencias cognitivas que a menudo no reciben mucha atención de los adultos. Así, reprimendas y otros estímulos verbales negativos, como “¡no!”, se convierten en reforzadores condicionados y las personas se comportarán inadecuadamente para obtenerlos.

DIRECTRICES PARA UN USO ADECUADO DEL REFUERZO CONDICIONADO

1. El reforzador condicionado debiera ser un estímulo que pueda manejarse y administrarse con facilidad en las situaciones previstas.
2. En las primeras fases del establecimiento de la conexión, hay que presentar el reforzador de apoyo tan pronto como sea posible, inmediatamente después de la presentación del reforzador condicionado. Si se desea, posteriormente se puede ir aumentando la distancia entre el reforzador condicionado y el de apoyo.

3. Siempre que se pueda, hay que emplear reforzadores condicionados generalizados; es decir, es preferible emplear muchos tipos distintos de reforzadores de apoyo, ya que de esa manera en cualquier momento habrá al menos uno con la fuerza suficiente como para mantener la potencia del reforzador condicionado.

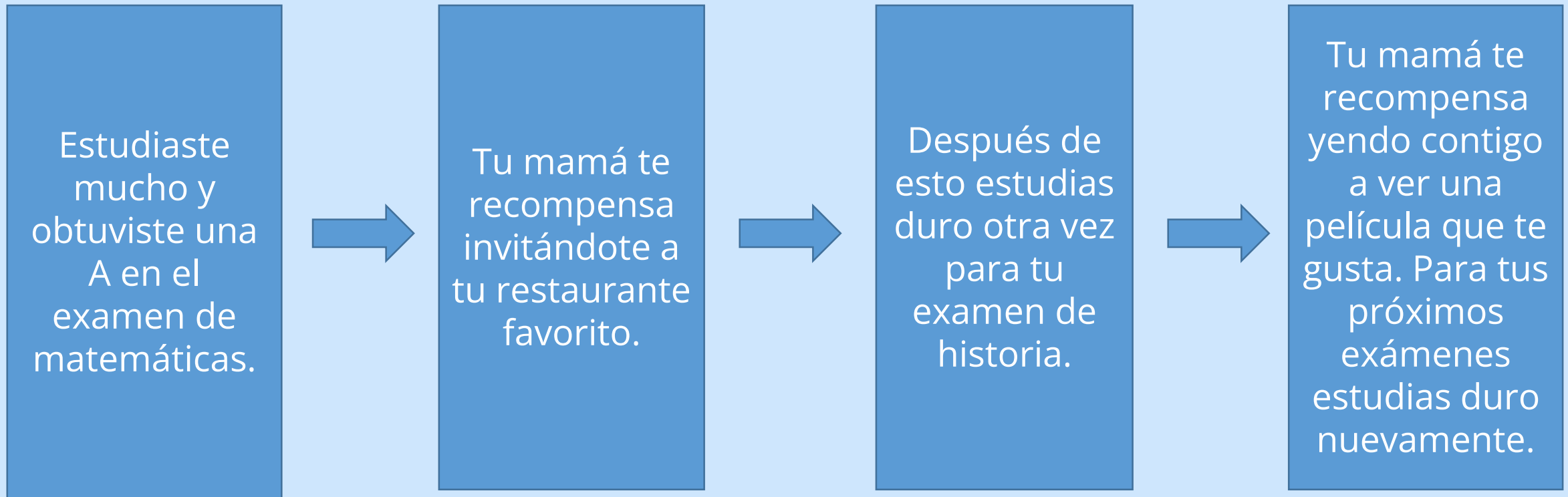
Ejemplos de reforzadores condicionados simples

- Puntos en las tarjetas de las compañías aéreas.
- Que te digan: “Su pedido está listo”; en un restaurante de comidas preparadas.
- Un cupón válido para una hamburguesa gratis.

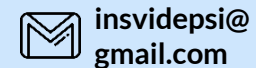
Ejemplos de reforzadores condicionados generalizados

- Dinero.
- Elogios.
- Un bono de regalo para comer y beber en un restaurante.

Ejemplos de reforzadores condicionados



Ejemplos reales de cómo aplicar reforzadores condicionados



Gloria

Gloria está aprendiendo a manejar sus tiempos de estudio para mejorar sus notas en la universidad. Su terapeuta ha introducido un reforzador condicionado: cada vez que Gloria completa su horario de estudio sin distracciones, recibe una ficha dorada. Estas fichas doradas pueden ser canjeadas por una salida especial con sus amigos cada fin de semana. La ficha dorada actúa como reforzador condicionado que motiva a Gloria a seguir su plan de estudios.

Joseph

Joseph está en un programa de entrenamiento físico y se le ha enseñado a asociar el sonido de un clic de un clicker con un pequeño premio (como una barra de proteínas). Ahora, cada vez que logra completar una serie adicional en su rutina de ejercicios, escucha el clic y sabe que ha ganado puntos que podrá canjear por equipo de gimnasio nuevo al final del mes. El sonido del clic se ha convertido en un reforzador condicionado que motiva a Joseph a esforzarse más en sus entrenamientos.

Ady

Ady está en un programa de modificación de conducta para dejar de fumar. Su terapeuta ha utilizado un sistema de puntos que Ady acumula cada día que no fuma. Estos puntos se registran en una aplicación que Ady puede ver diariamente y que están asociados a recompensas que ella valora, como tiempo extra para sus hobbies o una sesión de spa. Los puntos actúan como reforzadores condicionados que ayudan a Ady a mantenerse motivada y continuar su proceso de dejar de fumar.

Deciret

Deciret está trabajando en mejorar su puntualidad en el trabajo. Su supervisor implementó un sistema de refuerzo en el que, por cada semana que Deciret llega puntualmente, recibe una estrella en su tablero personal en la oficina. Al acumular diez estrellas, puede intercambiarlas por un día libre adicional. Las estrellas, que comenzaron como simples pegatinas, se han convertido en un reforzador condicionado que motiva a Deciret a mantener su puntualidad.

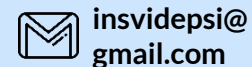
Olfí

Olfí está en un programa para mejorar sus habilidades sociales y, para reforzar los comportamientos positivos, su terapeuta usa un sistema de fichas. Cada vez que Olfí inicia una conversación o mantiene contacto visual, gana una ficha. Las fichas pueden ser canjeadas por tiempo adicional para jugar su videojuego favorito. Las fichas se han convertido en reforzadores condicionados que incentivan a Olfí a practicar sus habilidades sociales.

Servía

Servía está en un proceso de rehabilitación para aprender a gestionar sus emociones. En sus sesiones de terapia, su terapeuta le ha dado una pulsera especial que ella valora mucho. Cada vez que Servía utiliza sus técnicas de respiración para calmarse en situaciones estresantes, se le permite agregar un nuevo accesorio a su pulsera. Estos accesorios se han convertido en reforzadores condicionados que animan a Servía a practicar sus técnicas de autocontrol emocional.

Ambiente escolar: Reforzador condicionado aplicado por una maestra o psicóloga infantil a un niño

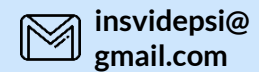


En un aula de preescolar, la maestra está trabajando con un niño llamado José, quien tiene dificultades para compartir los juguetes con sus compañeros. La psicóloga infantil introduce un reforzador condicionado: un sistema de "caritas felices" en una tabla de comportamiento.

Cada vez que José comparte un juguete o participa en actividades grupales sin conflictos, la maestra coloca una carita feliz en su tabla. Cuando José acumula cinco caritas felices, puede elegir una actividad especial, como ser el ayudante de la maestra por un día o tener tiempo extra para jugar con su juguete favorito.

Las caritas felices, que inicialmente no tenían valor para José, se convierten en reforzadores condicionados a través de la asociación con la recompensa, motivando a José a cambiar su conducta y a compartir más con los demás.

Psicóloga clínica con un paciente



Yaquelyn es una paciente adulta que sufre de ansiedad y, como parte de su tratamiento, su psicóloga ha implementado un reforzador condicionado.

Yaquelyn tiene la meta de asistir a eventos sociales como parte de su terapia de exposición. La psicóloga le ha dado una pulsera con cuentas de colores, y cada vez que Yaquelyn asiste a un evento social o realiza un acto de valentía (como iniciar una conversación o permanecer en un evento por al menos una hora), puede añadir una cuenta a su pulsera.

Cuando Yaquelyn completa un conjunto de diez cuentas, la psicóloga le permite elegir una recompensa previamente acordada, como una clase de yoga gratuita o una cena en su restaurante favorito. Las cuentas en la pulsera se convierten en reforzadores condicionados, asociados con los logros y recompensas, incentivando a Yaquelyn a enfrentarse a sus ansiedades.

Psicóloga clínica contratada para modificar la conducta desadaptativa de una persona que dice malas palabras y se enoja

Roxaida, una adolescente, ha sido referida a una psicóloga clínica porque tiene problemas con la ira y el uso frecuente de malas palabras. La psicóloga introduce un reforzador condicionado a través de un sistema de puntos.

Cada vez que Roxaida expresa sus emociones sin recurrir a malas palabras o se maneja de forma calmada en situaciones de conflicto, gana un punto que se registra en una aplicación móvil que ambos revisan al final de la semana.

Al acumular 20 puntos, Roxaida puede canjearlos por recompensas específicas que le motivan, como una salida al cine o una hora adicional para jugar videojuegos durante el fin de semana. Los puntos, que son reforzadores condicionados, ayudan a Roxaida a tener un incentivo tangible para manejar mejor su ira y su lenguaje.

Modificar la conducta de un niño que comienza a robar ciertas cosas

Olfí, una niña de 10 años, ha comenzado a llevarse objetos pequeños sin permiso, tanto en la escuela como en casa. Para modificar esta conducta, la psicóloga introduce un sistema de reforzadores condicionados.

Cada vez que Olfí pide permiso antes de tomar algo o devuelve un objeto que no le pertenece, recibe una ficha de "buen ciudadana". Estas fichas pueden ser intercambiadas por privilegios, como elegir una actividad de fin de semana o tener tiempo adicional para su juego favorito.

Las fichas actúan como reforzadores condicionados, motivando a Olfí a adoptar un comportamiento honesto y responsable.

Modificar la conducta de un niño para que ame estudiar

María Victoria, una niña de 8 años, muestra poco interés en estudiar y hace sus tareas de mala gana. Su maestra y la psicóloga infantil deciden implementar un reforzador condicionado a través de un sistema de estrellas en un mural de la clase.

Cada vez que María Victoria completa su tarea o participa activamente en clase, recibe una estrella. Al acumular un número específico de estrellas, puede canjearlas por recompensas que le gustan, como tiempo extra en el recreo, elegir una película para ver en clase o recibir un certificado de "Estrella de la Semana".

Las estrellas se convierten en reforzadores condicionados que asocian el esfuerzo académico con recompensas, ayudando a María Victoria a encontrar placer y motivación en sus estudios.

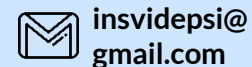
Modificar la conducta de un niño para que obedezca a sus padres

Ana Iris, una niña de 7 años, tiene dificultades para seguir las instrucciones de sus padres, especialmente en relación con rutinas diarias como recoger sus juguetes o prepararse para la cama.

Para abordar este comportamiento, sus padres, con la ayuda de una psicóloga, implementan un cuadro de recompensas en casa. Cada vez que Ana Iris obedece una instrucción sin protestar, recibe una pegatina de superhéroe.

Cuando acumula diez pegatinas, puede elegir una recompensa, como una salida al parque o una tarde de juegos en familia. Las pegatinas actúan como reforzadores condicionados, incentivando a Ana Iris a seguir las instrucciones y reforzando su conducta de obediencia con recompensas significativas para ella.

Cómo potenciar a un niño: nutrición y herramientas que ayudan a tener mayor sinapsis.



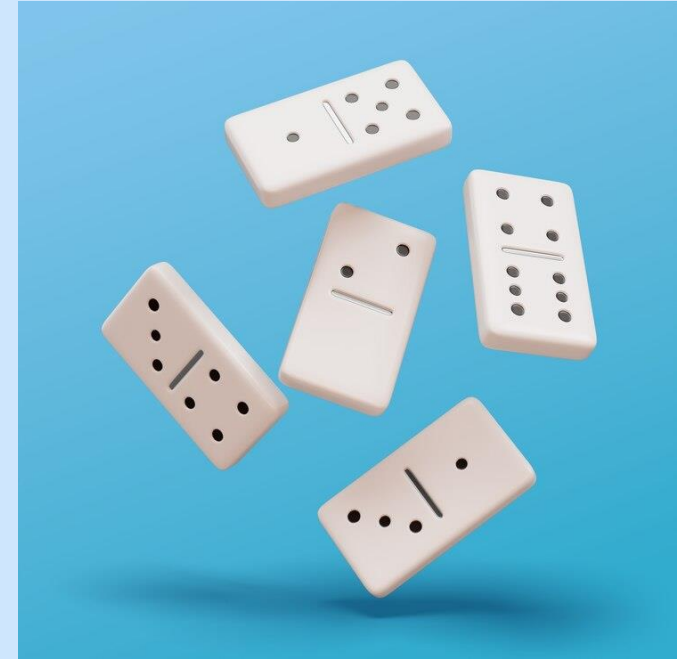
Bloques de construcción

Ayudan a desarrollar habilidades espaciales, creatividad, pensamiento lógico y coordinación mano-ojo. Armar robots, torres, y otras estructuras estimula la imaginación y la resolución de problemas.



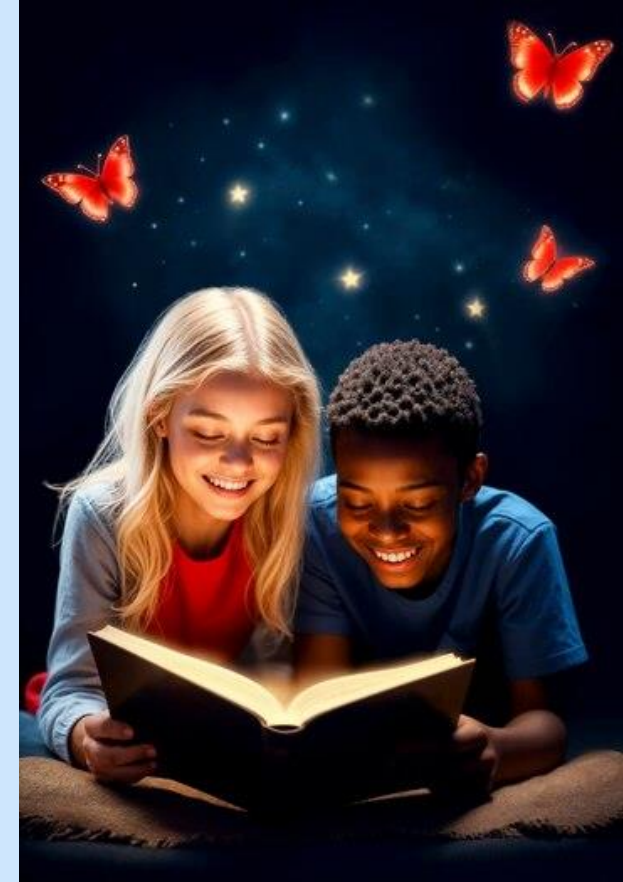
Juegos de mesa simples

Juegos como el dominó, memoria, o rompecabezas sencillos fomentan el pensamiento crítico, la concentración, y las habilidades para resolver problemas.



Libros y cuentos interactivos

Los libros con solapas, texturas, o sonidos, así como cuentos ilustrados, estimulan el lenguaje, la imaginación y la comprensión lectora. Leer en voz alta también mejora la capacidad de atención y el vocabulario.



Juguetes de apilamiento y clasificación

Ayudan a los niños a reconocer patrones, colores, formas y tamaños, desarrollando habilidades matemáticas tempranas.



Instrumentos musicales

Como tambores, xilófonos, o pequeñas guitarras, que estimulan la audición, el ritmo y la coordinación motora, además de fomentar la creatividad y la expresión emocional.



Juguetes para el juego simbólico

Cocinitas, kits de herramientas, disfraces o muñecos que permiten a los niños recrear situaciones de la vida diaria, desarrollando habilidades sociales, lenguaje, y empatía.



Juegos de encajar y rompecabezas

Estos ayudan en la resolución de problemas, habilidades motoras finas, y en el reconocimiento de formas y colores.

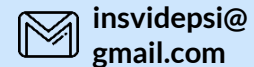


Pizarras y materiales de arte

Pizarras magnéticas, pinturas, crayones, plastilina y otros materiales artísticos fomentan la creatividad y habilidades motoras finas.

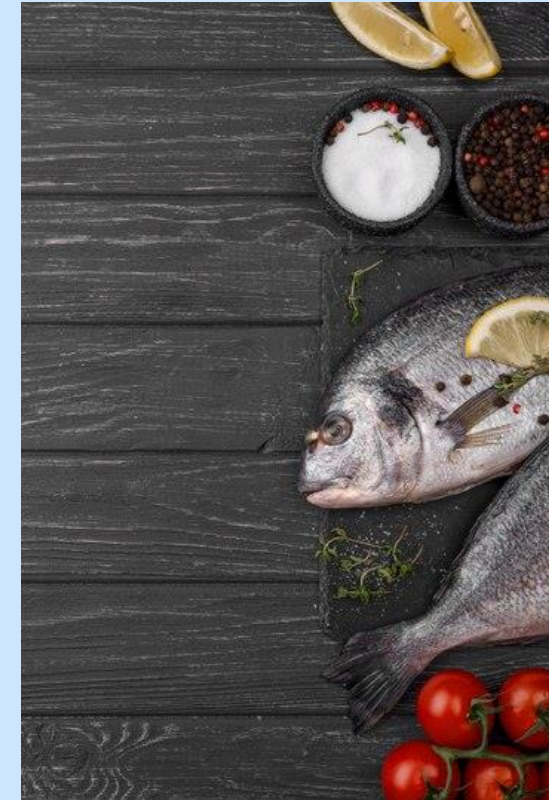


Alimentos que Potencian la Inteligencia



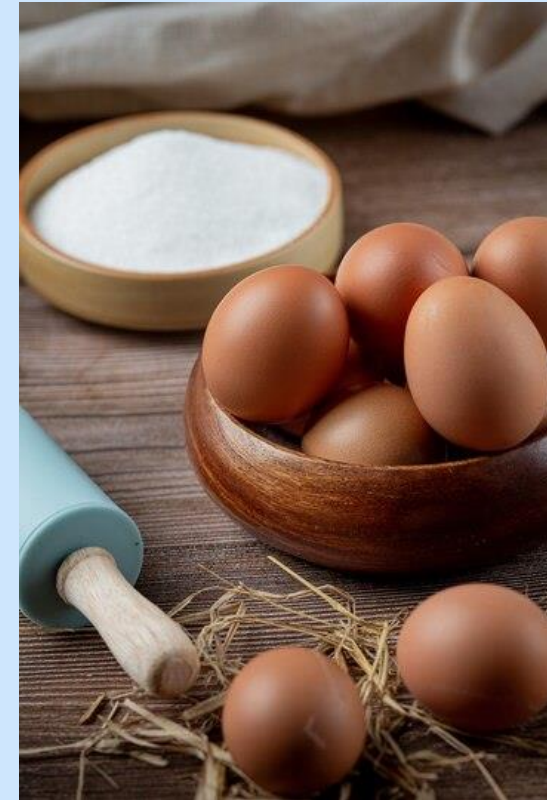
Pescados grasos

Ricos en ácidos grasos omega-3, esenciales para el desarrollo del cerebro.



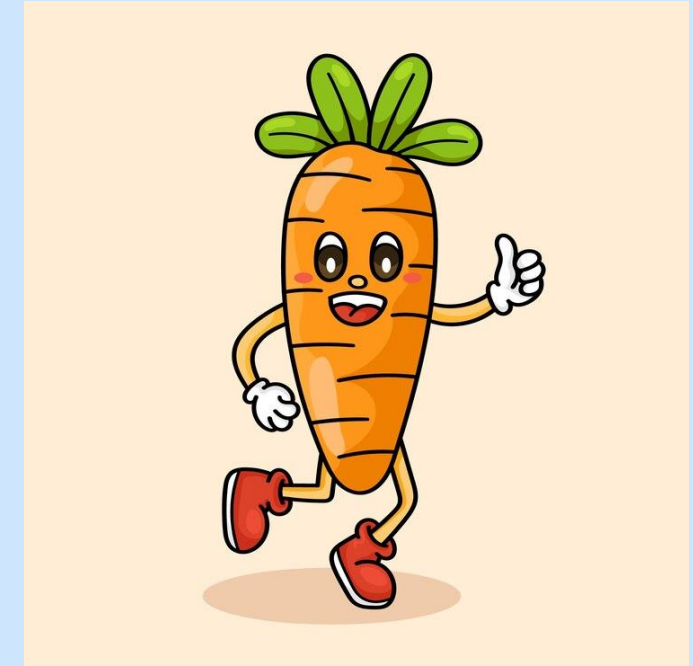
Huevos

Contienen colina, que es importante para la memoria y el desarrollo cerebral.



Frutas y verduras de colores brillantes:

Como arándanos, fresas, espinacas y zanahorias, que son ricas en antioxidantes y vitaminas, promoviendo la salud del cerebro.



Nueces y semillas

Almendras, nueces y semillas de chía son excelentes para la memoria y la concentración.



Avena y cereales integrales

Proporcionan energía constante y ayudan a mantener la concentración y la atención.



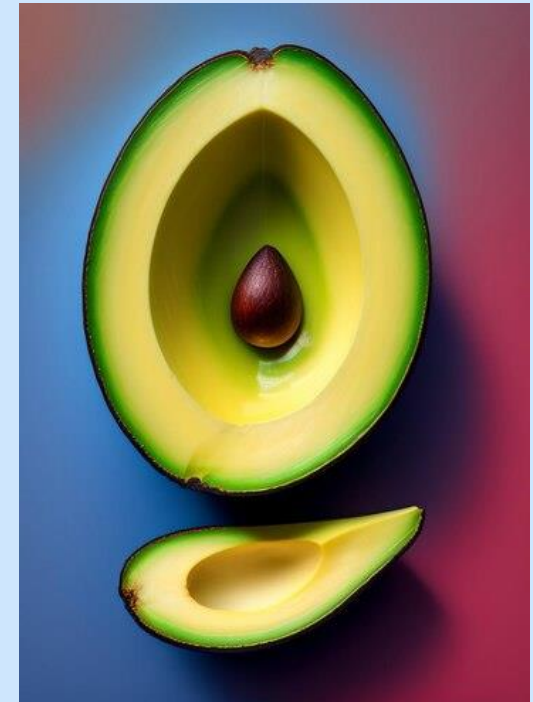
Yogur griego y productos lácteos

Ricos en proteínas y grasas saludables, necesarios para el desarrollo cerebral.



Aguacate

Contiene grasas saludables que son cruciales para el desarrollo del cerebro.



Frijoles y legumbres

Fuentes de proteínas y carbohidratos complejos que proporcionan energía sostenida y apoyan el desarrollo cognitivo.



Agua

Mantenerse bien hidratado es fundamental para la función cerebral y la concentración.



Chocolate oscuro (en pequeñas cantidades)

Rico en antioxidantes, puede mejorar el flujo sanguíneo al cerebro y aumentar la memoria y la concentración.



Bibliografía

- Crespo, L. J., & Martínez, A. R. (2021). Pautas efectivas para la aplicación del reforzamiento positivo en el aula. *Revista de Psicología Educativa*, 38(2), 215-229.
- Delgado, M. A., & Ramírez, J. S. (2019). Reforzadores condicionados: Conceptos y aplicaciones en la terapia conductual. *Psicología Clínica Contemporánea*, 12(4), 345-360.
- González, P., & Muñoz, C. (2020). Ejemplos de reforzadores condicionados en contextos educativos. *Revista de Psicopedagogía*, 45(1), 112-123.
- López, R., & García, S. (2018). Implementación de reforzamiento positivo en el manejo de conductas disruptivas. *Journal of Behavioral Interventions*, 27(3), 185-197.
- Morales, J., & Fernández, L. (2022). Reforzadores condicionados: Teoría y práctica en el refuerzo de habilidades sociales. *Manual de Psicología Conductual*, 3rd ed., 78-92.

- Pérez, C., & Rojas, D. (2021). Aplicación del reforzamiento positivo en el desarrollo infantil. *Revista Internacional de Psicología Infantil*, 33(2), 202-214.
- Quiroz, L., & Castillo, M. (2020). Pautas para el uso de reforzadores condicionados en intervenciones terapéuticas. *Psicología y Terapia Conductual*, 15(4), 299-310.
- Sánchez, N., & Ortega, P. (2019). Ejemplos prácticos de reforzadores condicionados en la modificación de conducta. *Revista de Intervención Psicológica*, 12(2), 190-205.
- Torres, E., & Hernández, A. (2021). Estrategias para la aplicación del reforzamiento positivo en el ámbito escolar. *Psicología Educativa y Escolar*, 19(1), 101-113.
- Velázquez, M., & Alonso, F. (2022). Reforzadores condicionados en la enseñanza de habilidades de vida independiente. *Revista de Psicología Aplicada*, 27(5), 345-358.