

Tema 7: Técnicas operantes para reducir e eliminar condutas

O control de estímulos reforzadores emprégase con frecuencia para a redución de condutas. Estas técnicas causan efectos menos intensos e inmediatos que as técnicas aversivas, pero tamén menos respostas emocionais negativas. É moi importante alternar a súa aplicación co desenvolvemento de condutas alternativas máis axeitadas.

1. Extinción

Redúcese ou elimínase unha conduta mediante a non presentación dun reforzador positivo ante unha resposta previamente reforzada.

1. Definir a conduta que se quere eliminar.
2. Identificar os reforzadores que manteñen dita conduta.
3. Controlar que o suxeito non obteña ningún destes reforzadores cando emita a conduta.
4. Manter as condicións o tempo suficiente, implicando a tódalas persoas próximas ó paciente.
5. Combinar con reforzo de respostas alternativas.

A eficacia na redución da conduta depende da historia previa do paciente e dos reforzos que manteñen a conduta problema (o reforzo intermitente e os reforzadores moi potentes son máis difíciles de extinguir).

Algúns fenómenos relacionados coa extinción son:

- **Estalido de extinción:** Aumento da frecuencia e da intensidade da conduta problema nas primeiras fases do procedemento.
- **Recuperación espontánea:** Reaparición da conduta problema ó deter o procedemento de extinción.
- **Agresión inducida polo tratamento:** Aparición de condutas agresivas durante a aplicación do mesmo (insultos, rabietas, etc.).

Con esta técnica obtense unha redución progresiva e duradeira da conduta. Porén, só convén empregala se se pode permitir un aumento inmediato da conduta problema, e se esta non é perigosa para o paciente e para outras persoas.

2. Procedementos de reforzo diferencial (RD)

Refórzanse unha ou máis condutas distintas da que se quere eliminar. Espérase que ó aumentar a emisión destas, se reduza a emisión da conduta problema. Temos tres tipos:

- ⊙ Reforzo diferencial doutras condutas (RDO): A vantaxe é que non é necesario identificar ou controlar os reforzadores que manteñen a conduta problema; as desvantaxes, que o efecto pode ser lento e que pode seguir aparecendo a conduta problema.
 1. Definir a conduta a eliminar.
 2. Seleccionar os reforzadores.
 3. Establecer un criterio para obter reforzo: (a) emitir calquera conduta, (b) emitir condutas específicas ou (c) non emitir a conduta problema durante un determinado periodo de tempo.
 4. Nos casos b e c, establecer un intervalo temporal de aplicación.
- ⊙ Reforzo diferencial de condutas incompatibles (RDI): As vantaxes e desvantaxes son as mesmas que as do RDO.
 1. Definir a conduta problema.
 2. Seleccionar condutas incompatibles propias do paciente, ou instauralas.
 3. Seleccionar os reforzadores.
 4. Aplicar o RDI de forma continua inicialmente, e de forma intermitente máis tarde.
- ⊙ Reforzo diferencial de taxas baixas (RDTB): Trátase de reducir a emisión dunha conduta que é axeitada pero cuxa frecuencia é incorrecta.
 1. Definir a conduta a reducir.
 2. Seleccionar os reforzadores.
 3. Posibilidade de empregar estímulos discriminativos.
 4. Aplicar o RDTB de forma continua inicialmente, e de forma intermitente máis tarde. A aplicación pode levarse a cabo de dous xeitos:
 - (a) Reforzar a conduta tras ter transcorrido un tempo determinado desde a última emisión.
 - (b) Reforzar a conduta se o tempo de emisión da mesma non supera un intervalo establecido.

3. Custo de resposta

Redúcese ou elimínase unha conduta mediante a desaparición continxente dun estímulo agradable (reforzador positivo).

1. Definir a conduta a eliminar.
2. Seleccionar os reforzadores que se van eliminar (antes hai que permitir que o suxeito acumule unha reserva de reforzadores, se non a ten).
3. Establecer o custo que terá a emisión da conduta problema.
4. Retirar o reforzador positivo continxente a dita conduta.
5. Combinar con reforzo positivo de condutas alternativas.

A eficacia do tratamento dependerá da importancia que o paciente lle de ó reforzador retirado. Deben probarse primeiro as cantidades de reforzador a eliminar, para evitar a habituación. Se aínda así se produce, vólvese á liña base e selecciónase un reforzador diferente. Ademais, non se debe permitir que o paciente se quede sen ningún reforzador, xa que isto diminuíría a motivación, e en consecuencia, a eficacia do tratamento.

As vantaxes desta técnica son a redución rápida e duradeira da conduta problema e que non é necesario identificar os reforzadores que manteñen dita conduta. As desvantaxes, a posible aparición de respostas emocionais negativas ou de agresión, a necesidade de acumular reforzadores e a posible realización doutras condutas non axeitadas.

4. Tempo fóra (TF)

Retíranse as condicións do ambiente que resultan reforzantes ou alónxase ó suxeito do ambiente reforzante cando emite a conduta problema.

1. Definir a conduta a eliminar.
2. Identificar os reforzadores que manteñen dita conduta, sen necesidade de controlalos.
3. Dispoñer dunha área de illamento próxima (non aversiva).
4. Avisar ó paciente antes de iniciar a aplicación do tratamento.
5. Cando emite a conduta, levar ó paciente á área de illamento sen enfadarse con el, e deixalo alí durante un tempo suficiente (de 5 a 20 minutos). Pode levarse a cabo de tres xeitos:
 - a) Alonxando á persoa da situación para que non reciba reforzo.
 - b) Manténdoa no mesmo lugar, pero en ausencia doutras persoas e de reforzo.
 - c) Manténdoa no mesmo lugar mentres observa como outras persoas si obteñen reforzo.
6. Non finalizar o TF se o suxeito continúa emitindo a conduta problema; o TF comeza cando se detén a emisión.
7. Aplicar condutas restitutivas se o suxeito altera a área de illamento.

Mentras dura o TF, débese modificar dentro do posible o ambiente que reforza a conduta problema. Non se pode aplicar esta técnica cando o paciente realiza condutas autorreforzantes nin para escapar de situacións aversivas.

As vantaxes desta técnica son a eliminación progresiva e relativamente rápida da conduta problema e que non é necesario controlar os reforzadores que a manteñen. As desvantaxes, que a redución adoita ser temporal (posible recuperación da conduta problema ó volver ó medio habitual) e que poden aparecer respostas emocionais negativas e agresión.

5. Saciación

O reforzador que mantén a conduta problema perde o seu valor o presentalo de forma moi continuada, ou unha conduta en si mesma reforzante perde o seu valor ó realizala moi rapidamente. Os efectos desta técnica son moi inmediatos pero pouco permanentes. Non pode aplicarse a condutas perigosas.

1. Identificar a conduta reforzante ou o reforzador da conduta problema.
2. Programar sesións masivas (sen pausas nin descansos).
3. Deseñar tarefas para a casa.

As dúas variantes desta técnica son:

- **Saciación de reforzador (ou de estímulo):** Útil cando o reforzador é barato e sinxelo de administrar, pero non cando a conduta se mantén grazas a múltiples reforzadores ou se estes son sociais.
 1. Identificar o reforzador que mantén a conduta problema.
 2. Proporcionar o reforzador en cantidades excesivas.
- **Saciación de resposta (práctica negativa ou masiva):** Emitir a conduta problema de forma masiva. Se existe algún reforzador relacionado con ela, non é necesario identificalo.

6. Sobrecorrección

Tras a realización dunha conduta inaxeitada, realízase outra que remedia en exceso a consecuencias desta.

1. Identificar a consecuencia a restaurar.
2. Definir as condutas e aplicalas o tempo suficiente para producir os efectos desexados.
3. Avisar verbalmente antes de iniciar a técnica. Esta debe aplicarse de forma consistente e inmediatea, e debe suprimirse o reforzo durante a aplicación.

Existen dous tipos de sobrecorrección:

- ◇ Sobrecorrección reitutiva: Restaurar o dano ocasionado por unha conduta mellorando en exceso o estado orixinal.
- ◇ Sobrecorrección de práctica positiva: Realizar de forma repetitiva unha conduta positiva, incompatible coa conduta problema.

As vantaxes desta técnica son que ten menos consecuencias negativas que o castigo positivo, a aprendizaxe de condutas axeitadas e a redución rápida e duradeira da conduta problema. As desvantaxes, a posibilidade de unha redución máis lenta e pouco duradeira, e a aparición de posibles resistencias (rabieta, choro, etc.).