

MODIFICACIÓN DE CONDUCTA: REFUERZO Y CASTIGO

¿Cuántas veces hemos oído hablar del refuerzo y del castigo? Posiblemente muchas pero, quizá, no tenemos del todo claro en qué consiste cada una de ellas.

Podemos decir que son las dos maneras básicas que existen para modificar una conducta, y que una no es mejor que la otra, sino que la aplicación de ellas dependerá de la propia conducta y de las características del sujeto que la realiza, como veremos a continuación.

El comportamiento humano está controlado por unos estímulos, que son las situaciones antecedentes, y por unas consecuencias, que son las situaciones consecuentes. Así, un estímulo determinado provoca una respuesta concreta y, a ésta, le sigue una consecuencia. Por tanto, es muy importante conocer la causa para poder intervenir en la modificación de la conducta.

ANTECEDENTES → CONDUCTA → CONSECUENTES

Por ello, debemos pensar cuáles han sido los antecedentes, es decir, tenemos que especificar los aspectos contextuales: dónde, cuándo y cómo ha ocurrido la conducta, y quién la ha llevado a cabo.

Después, debemos definir cuál ha sido la conducta, para lo que necesitamos saber que conducta o comportamiento es todo lo que hace o realiza un individuo y que tiene una serie de parámetros, que son: número, intensidad, frecuencia y duración. Estos parámetros nos van a ayudar a definir la conducta de manera concreta, ya que, a menudo, cometemos el error de caer en generalidades, lo que dificulta el fin que perseguimos, que es modificar la conducta. Por tanto, para poder aplicar refuerzos o castigos, debemos describir de manera concreta cuál es el comportamiento que se da. Por ejemplo, en vez de decir: "Lorenzo se ha portado mal", podemos decir: "Lorenzo ha roto las pinturas que estábamos utilizando, ha pegado un tortazo a una compañera y ha llenado el suelo del baño de agua".

Por último, tenemos que pensar en cuáles son las consecuencias que siguen a esa conducta concreta y que, hasta ahora, no han servido para modificarla.

De esta manera, ya estaremos preparados para pensar en diferentes alternativas que podemos llevar a cabo cuando la conducta se repita. Para ver de manera práctica y real todo esto, ponemos el siguiente ejemplo:

<u>ANTECEDENTES</u>	<u>CONDUCTA</u>	<u>CONSECUENTES</u>	<u>POSIBLES NUEVAS CONSECUENCIAS</u>
El niño está jugando en su habitación con las construcciones y el papá dice: "es hora de recoger porque la cena está preparada".	El niño sigue jugando y, cuando el papá vuelve a repetir que hay que recoger, el niño sale de la habitación sin hacerlo.	El papá, como ve que la cena se puede enfriar, recoge las construcciones.	Enseñar al niño a recogerlas ayudándole. Decir al niño que, si no recoge las construcciones, el próximo día no podrá utilizarlas.

Estas posibles nuevas consecuencias son lo que se llaman hipótesis de actuación, que serán los refuerzos o los castigos que sigan a la conducta realizada y que harán que ésta aumente en su frecuencia o se extinga.

Si la consecuencia es gratificante, aumentará la probabilidad de que esa conducta se repita posteriormente. Y, ¿qué es lo que hace que una consecuencia sea agradable?, el **refuerzo** que, como ya hemos dicho, es un evento que sigue a la conducta y la incrementa.

Vamos a hablar ahora del refuerzo positivo (R+) y del refuerzo negativo (R-).

Refuerzo positivo es sinónimo de premio o recompensa y hace que se fortalezca o consolide una determinada conducta, o también que se incorpore una nueva al repertorio que el niño ya tiene. Es importante que el refuerzo positivo sea contingente con la conducta, es decir, inmediato. Además, hay que tener en cuenta que cada niño es distinto y, por tanto, lo que para uno es un refuerzo positivo, para otro quizá no lo sea.

Por otro lado, está el refuerzo negativo, que aumenta la probabilidad de una conducta determinada porque supone la eliminación o el final de algo negativo. Es decir, con este refuerzo intentamos que el niño haga algo que no le gusta pero que consideramos importante, para que evite algo que le gusta menos.

Algunos ejemplos de refuerzo:

R+: alabanza después de permanecer sentado en la alfombra durante la asamblea o salir con la bici después de haber merendado todo.

R-: recoger los juguetes para después salir al patio o terminar de merendar para jugar con los coches.

Debemos señalar que existen diferentes tipos de refuerzo: materiales (juguetes, alimentos...), sociales (aplausos, sonrisas, elogios...), de actividad (ver la TV, dar un paseo...) y de fichas (puntos, estrellas..., que se canjean por otros reforzadores). Como ya hemos dicho, la elección de uno u otro reforzador dependerá de los gustos de cada niño.

Pasamos ahora tratar el **castigo** que, como señalamos al inicio, es otro de los recursos que existen para modificar la conducta.

Podemos decir que el castigo conlleva una consecuencia desagradable que hace que se debilita o suprima una conducta, ya que esta sensación hace que se reduzca la posibilidad de repetir un determinado comportamiento, por tanto, el castigo enseña a no hacer algo.

Al igual que en el refuerzo, en el castigo también podemos hablar de positivo y negativo.

El castigo positivo (C+) consiste en la presentación de un evento aversivo, algo que no gusta, después de la conducta. Para conseguir que sea eficaz debemos aplicarlo inmediatamente después de que se presente la conducta y no introducirlo de manera gradual, sino aplicarlo a la máxima intensidad, evitando periodos largos de castigo.

Por otro lado, el castigo negativo (C-) supone la eliminación de un reforzador positivo, es decir, de un estímulo agradable.

Ejemplos de castigo:

C+: una regañina, un azote, un comentario negativo...

C-: omisión de elogios, retirada del diálogo o de la atención...

Los castigos deben ser inmediatos, suficientes y proporcionados a la falta cometida; deben ocurrir siempre que se dé la misma conducta; deben ser anticipados y explicados; y su eficacia debe ser comprobada.

A continuación presentamos un cuadro resumen de lo tratado anteriormente.

		TIPO DE EVENTO	
		GRATIFICANTE	AVERSIVO
<u>QUÉ HAGO TRAS LA CONDUCTA</u>	INTRODUCIR	R+	C+
	ELIMINAR	C-	R-

CLAVES:

- REFORZAR: aumenta la conducta.
- CASTIGAR: disminuye la conducta.
- +: pongo algo.
- -: quito algo.

Una vez conocido el funcionamiento conductual del niño y cómo podemos intervenir para modificar la conducta, nos será más fácil conseguir el fin que perseguimos, que es incrementar o extinguir un determinado comportamiento.