

TERAPIA Y MODIFICACION DE LA CONDUCTA EN EL GRUPO FAMILIAR¹

Rafael Navarro Cueva

Se hace una breve reseña de la evolución de la terapia comportamental. Se enfatiza el paso de un interés exclusivo por el organismo individual a grupos de organismos. Se analiza la aplicación de los principios conductuales al tratamiento del niño y cómo lo anterior llevó a utilizar, primero, a los miembros de la familia como agentes de cambio y, luego, a conceptualizar la familia como un sistema complejo de contingencias. Se revisa la concepción conductual de la familia y sus aplicaciones terapéuticas.

A brief account of the development of Behavior Therapy is done with special emphasis on the evolution from an interest centered upon one organism to a concern for groups of organisms. An analysis is made about how the application of Behavior Therapy to the treatment of children made possible the utilization of the family as a change agent and a conceptualisation of the family as a complex system of contingencies. A revision is made of this view of the family and its applications.

INTRODUCCION

El desarrollo de la Terapia y Modificación de la Conducta según el consenso general se produce a partir de las innovaciones técnicas hechas por Wolpe, Shapiro y Eysenck en la década del 60. La aplicación de los principios conductuales, aparece como una profesión de ayuda, como un acercamiento viable dirigido al cambio de los comportamientos inadaptativos: surge y se desarrolla además como una alternativa terapéutica capaz de analizar el comportamiento humano, de dilucidar qué leyes son las que rigen ese comportamiento y así poder implementar el conocimiento teórico-empírico para su modificación (Yulis, 1980). El análisis de la conducta describe lo que percibe y busca experimentalmente las relaciones funcionales entre los eventos que configuran la ecuación de la conducta. Los términos clásicos de "causa y efecto" son utilizados como relaciones entre variables: la causa representa una "variable independiente" mientras que el "efecto" corresponde a un cambio en la "variable dependiente".

Estas nociones no indican porqué una causa da lugar a un efecto, simplemente señalan que algunos eventos tienden a producirse con una cierta probabilidad y en un cierto orden. También podemos afirmar que el "análisis funcional de la conducta" se interesa por el método científico con un criterio esencialmente pragmático, como una herramienta que permite resolver

¹ El presente artículo se basa en una conferencia dictada por el autor en el Primer Symposium Interdisciplinario sobre Familia. Lima, 1983.

los problemas del comportamiento; así, Ayllon y Azrin (1968) expresan en forma similar: "El criterio último, en caso de adoptar el punto de vista del análisis funcional, consiste en elegir el método mas útil para establecer generalizaciones prácticas". El desarrollo del modelo conductual (Ullman y Krasner 1965, Kanfer 1976) que constituye el marco de referencia para analizar el comportamiento, reconoce como objeto de estudio al comportamiento de los organismos en interacción con su medio, siendo el comportamiento el único material susceptible de ser estudiado (Kantor 1969). La rápida proliferación de innovaciones tecnológicas en nuestra sociedad y consecuentemente un nuevo compromiso con el estudio de las influencias ambientales (Turkat y Fhorehand, 1980), así como el desarrollo industrial y la complejidad de la sociedad actual, han favorecido un rápido incremento en la demanda de servicios terapéuticos (Albert 1968), emergiendo de esa manera la terapia y modificación de la conducta como un acercamiento pragmático y una respuesta alternativa a estas condiciones. En adelante nos referiremos, al enfoque descrito como "terapia de la conducta". Inicialmente proliferaron investigaciones en personas individuales en relación con su entorno. Progresivamente se desarrolló el trabajo con grupos (Ayllon y Azrin 1965) de psicóticos crónicos observándose la importancia de las relaciones interpersonales en función de las contingencias de refuerzo. Al mismo tiempo se puso mucho énfasis en la modificación del comportamiento desviado del niño y su interdependencia con respecto de las conductas de los padres (Patterson 1971). De esta manera el enfoque conductual se fue acercando cada vez más a la conceptualización de la familia a través de investigaciones dirigidas hacia el área del "entrenamiento de padres".

Como Mash, Hamerlynch y Handy (1976) resaltaron: "Este énfasis se basa en la suposición que la conducta se mantiene por sucesos contemporáneos en el entorno natural y que mediante la atención a dichos sucesos es como se consigue su modificación". Esta suposición llevó directamente a la utilización de los miembros de la familia como mediadores del cambio y ha servido como base para el gran número de programas de "entrenamiento de padres" que se han desarrollado. De esta manera se alteró sistemáticamente el entorno del niño utilizando el manejo de las contingencias mediante las acciones de los padres que fueron entrenados previamente.

Los programas de modificación de conducta con énfasis en la noción de los "sistemas familiares" es reciente y se iniciaron con trabajos dirigidos hacia la modificación de la conducta de niños agresivos (Arnold, Levine y Patterson, 1975). El principal interés del grupo Patterson sigue siendo incrementar o desarrollar las habilidades de los padres, con objeto de resolver las conductas desviadas del niño, entrenar a los padres en la observación y registro de la conducta en la retirada de refuerzo como castigo de conductas no deseables y en el uso de refuerzos positivo para conductas deseables (Patterson, 1976). El desarrollo de la terapia de grupo conductual ha sido realmente sorprendente en la última década y esta técnica se integró a programas conductuales, a unidades y clínicas de terapia del comportamiento, especialmente en EE. UU. (Rosse 1977, Lazarus 1980) y en la República federal de Alemania en el tratamiento de la farmacodependencia (Felhege 1980, Kraemer y D'John 1980), en pacientes depresivos y en otros desórdenes de comportamiento (Grawe 1980). Si bien es cierto las primeras estrategias terapéuticas utilizadas en el grupo fueron las tradicionalmente conductuales, podemos

afirmar también que a partir del trabajo con grupos se percibió la necesidad de integrar los aspectos cognitivos de la relación interpersonal. Ellis (1962) sistematizó el estudio de las cogniciones en forma de concepciones o pensamientos irracionales que pueden no solamente distorsionar la relación interpersonal sino ser fuente de frustración y conflicto; al mismo tiempo, Meichenbaum (1977), Mahoney (1974) y Beck (1979) pusieron énfasis en la importancia de las autoverbalizaciones, es decir la importancia de nuestras autoafirmaciones, de la autocrítica y del autoelogio, como partes de un proceso no sólo de adquisición sino, y sobre todo, del mantenimiento de la manera de interpretar las situaciones, la realidad y la vida. Los principios del enfoque conductual-cognitivo se aplicaron también en la modificación del comportamiento en el grupo familiar, así como en la terapia marital (Ellis 1970, Liberman 1980). Finalmente, fueron importantes los aportes de la teoría del aprendizaje social (Bandura 1977). En este acercamiento, la influencia interactuante del condicionamiento clásico, operante y la medición cognitiva, son conceptualizados en una explicación comprensiva del comportamiento humano. De este modelo se han desprendido las técnicas de modelaje social, de gran importancia en la adquisición de comportamientos sociales, especialmente durante los primeros años del desarrollo de la personalidad por lo que estos principios deben tenerse en cuenta cuando tratamos de comprender la dinámica del grupo familiar.

UNA CONCEPCION CONDUCTUAL DE LA FAMILIA

El tratamiento de la familia está basado en un modelo que argumenta que el individuo no puede ser considerado como una entidad aparte del sistema social en el cual él está y se desenvuelve. Esta concepción conductual fue iniciada por terapeutas de familia no conductuales como. Bateson, Jackson, Haley y Weakland (1956), autores de la teoría del "doble vínculo" en la esquizofrenia. Ellos consideran a la familia como un sistema estructurado de comportamientos interactuantes entre sus miembros. La Estructura es tal, que el comportamiento de cualquier miembro del sistema depende del comportamiento de los otros miembros y de la interrelación entre ellos en ese grupo. Así, si un niño en el sistema es considerado desviado, una explicación de su desviación está en el comportamiento interactuante de los otros miembros de la familia; sus comportamientos contribuyen a la desviación. De esta manera, el comportamiento desviado se convierte en un feedback (retroalimentación) de apoyo. De acuerdo con esta noción de feedback (retroalimentación), el comportamiento desviado no es visto como disfuncional, más bien es visto como una respuesta apropiada a las contingencias presentadas por el sistema. Para nosotros, que intentamos construir una concepción conductual sobre la familia, tal posición no sería mas que aquella propuesta por Bateson y sus colegas, desde que la mayoría de los terapeutas conductuales están guiados por la teoría del aprendizaje social (Tharp y Wetzel 1969). El argumento de que los miembros de la familia se comportan sólo de una manera interdependiente, limita todo el problema a una cadena o a un aspecto del comportamiento responsivo. Estas interdependencias son presentadas conceptualmente en términos de reforzamiento y estímulos discriminativos provistos por varios comportamientos de los miembros de la familia. Así, el comportamiento problema del niño, es visto como que está controlado por

los reforzadores y estímulos discriminativos dispensados o proporcionados por los que cuidan al niño o por los hermanos. Sin embargo, la pregunta de quién está controlando a quién no es tan simple. Uno puede también intentar un análisis de los factores que determinan un comportamiento de los últimos estímulos proporcionados. Desde esta perspectiva el problema conductual en niños puede ser conceptualizado como eventos estímulo que parcialmente controlan las acciones de los padres o hermanos.

Las reacciones y acercamientos de los padres hacia el niño operan como patrones índice de reforzamiento, determinando los comportamientos que los niños desplegarán en el hogar. Además, desde que los comportamientos del niño funcionan también como una clave de reforzamiento para los padres, los patrones de contingencia de los padres están al menos parcialmente mantenidos por el niño. Por otro lado, cada contingencia del patrón comportamental de los padres hacia el niño está parcialmente determinado por los intercambios padre-madre.

Por ejemplo: La madre proporciona algunos estímulos señales y reforzadores al niño que pueden resultar siendo los mismos estímulos señales y reforzadores dispensados por el padre. De la misma forma, las contingencias reforzantes del padre hacia el niño pueden depender parcialmente de las interacciones de la esposa con él. Así, el comportamiento del niño puede ser visto como directamente mantenido por cada padre y el mantenimiento de los comportamientos del padre están también determinados en forma múltiple. Es claro que la suma de otros miembros de la familia puede complicar la tríada mostrada.

Sin duda esta primera explicación es preponderantemente operante, pero antes de intentar integrar los postulados del enfoque cognitivo que mostramos, intentaremos un análisis de algunos mecanismos que se producen cuando la familia considera que el comportamiento del niño está desviado. Esto puede suceder, de hecho sucede, en algún momento de su vida. El niño puede hacer cosas como: robar, fracasar en el colegio, o en otras tareas. Así, se constituye en problema para sus padres. Si embargo, de acuerdo a la teoría del aprendizaje social, el comportamiento desviado del niño es mantenido por los reforzadores que proveen otros miembros de la familia y las acciones desviadas del niño sirven para reforzar a esos miembros de la familia para incrementar sus comportamientos de apoyo. Esto es, el niño puede reforzar a los otros miembros presentándose a ellos con ciertos comportamientos pero puede reforzarlos también por la terminación de otros. Por ejemplo, frente al comportamiento inadaptativo de un niño pueden presentarse 2 procesos de reforzamiento, positivo o negativo:

— En el primer proceso uno o más miembros de la familia encuentran algunos aspectos del comportamiento del niño como reforzantes (por ejemplo el ser “pegajoso”), y entonces dan reforzadores al niño cada vez que emite tales respuestas. Grados severos de este proceso se producen cuando los miembros de la familia y la madre proporcionan reforzadores al niño quien permanece constantemente al lado de la madre de la cual recibe ayuda exagerada. Esta solicitud constante de reforzadores de parte del niño no favorece la incorporación de habilidades de autocuidado. Esta incapacidad en el niño puede continuar hasta que nuevas situaciones son impuestas a la familia como cuando el niño debe asistir al colegio. El sujeto, entonces, no

posee el tipo de comportamientos que le permitirían una entrada exitosa a este nuevo sistema y es así como los comportamientos de dependencia que fueron reforzados por la familia se tornan ahora en fuentes de castigo.

— El segundo proceso, de reforzamiento negativo, es el más común en el desarrollo de comportamientos inadaptativos. Se asume que alguno de los comportamientos del niño son aversivos. Por ejemplo: Los “chillidos”. Los padres pueden descubrir que hay maneras rápidas de terminar con este comportamiento. A menudo, la mayoría de esfuerzos de estos métodos de escape involucran dispensar reforzadores positivos al niño lo cual, hace que éste cese temporalmente sus comportamientos aversivos. Es así como los padres quedan reforzados por usar esta táctica cada vez que el niño grita. Visto así, desde la perspectiva del niño (Patterson y Reid 1970), éste está en camino de desarrollar medios coercitivos para relacionarse con los otros miembros de la familia y si estos comportamientos aversivos se vuelven característicos del niño, los miembros de la familia pueden experimentar suficientemente displacer como para considerar al niño desviado, y continuarán reforzándolo. El comportamiento agresivo es quizás el ejemplo mas obvio de los comportamientos del niño que pueden ser desarrollados a través de la paradoja del reforzamiento negativo. Tales comportamientos son a menudo aversivos para los adultos y es así como éstos pueden funcionar coercitivamente frente a un padre apurado (ejemplo: niño “chillando” en un mercado o durante una reunión social).

Podemos preguntarnos, si la familia opera como un sistema de miembros que mutuamente se refuerzan, ¿Cómo uno de sus miembros puede buscar cambios dentro del sistema? En este sentido del modelo de la familia expuesto, parece incomprensible de dónde viene la motivación de los padres para modificar el comportamiento desviado del niño.

Argumentando que, por un lado, el comportamiento desviado del niño y por otro lado el comportamiento de los miembros de la familia se apoyan mutuamente, podemos suponer también que el comportamiento desviado del primero puede dirigir a los padres a la decisión de encontrar maneras de discontinuar ese apoyo. Sin embargo esta inconsistencia es más aparente que real. En primer lugar la familia es un sistema dentro de un gran sistema que es la comunidad. Así, mientras que el niño y sus padres pueden mutuamente apoyarse, el niño puede al mismo tiempo ser castigado en otro sistema de la comunidad, por ejemplo en el colegio. Los miembros de este último sistema proporcionan entonces el grupo de contingencias necesarias para motivar a los padres hacia la búsqueda de maneras para modificar el comportamiento del niño. Parece ser que este tipo de interacción entre sistemas como la escuela, los parientes, los amigos, otras instituciones de la comunidad, etc., son los instrumentos que comunmente instigan a los padres para tomar decisiones y producir cambios dentro de la familia. Pero la motivación para el cambio en la familia puede provenir también de su propio seno. Así, el argumento de que los padres y el niño participan de un mismo patrón de comportamientos interconectados, no elude la posibilidad de emisión de nuevos comportamientos de los padres motivados *por* el niño, pero no directamente *para* el niño. Esta afirmación está mas claramente ilustrada en las situaciones paradójicas del reforzamiento negativo: mientras los padres continúan escapando de los comportamientos aversivos dando reforzadores al niño, al mis-

mo tiempo ellos pueden observar y buscar otros métodos fuera de la familia. La seriedad de tal búsqueda puede depender de cuán aversivo sea el comportamiento del niño. También pueden motivar a los padres a buscar cambios los comportamientos que esperan del niño y que dependen de sus normas personales y del sistema. Así, un comportamiento femenino en un niño se tornará aversivo para los miembros de la familia y los llevará a buscar el cambio.

En general podemos asumir que los factores de mantenimiento del comportamiento desviado del niño son situacionales y que modificándolos se podrá modificar el comportamiento del niño.

Hasta el momento hemos tratado acerca del niño y de los padres en interacción, sin integrar los conceptos operantes a otros aspectos importantes en la comprensión del grupo familiar. Estos aspectos son:

- a) *Aprendizaje vicario.*— Los padres son modelos para sus hijos y éstos imitan el comportamiento de aquellos en función de sus consecuencias. El autor considera que este paradigma de aprendizaje actúa constantemente en la dinámica familiar, de tal manera que aspectos concretos observados, tal la performance exitosa de los padres en su rol familiar, en el trabajo y en otros sistemas, asociados a su actitud reforzante, podría dirigir al niño hacia la incorporación de patrones comportamentales positivos aprendidos de las figuras paternas. Sin embargo, también pueden aprenderse los aspectos aversivos del comportamientos de los padres, los cuales podrán mantenerse de acuerdo a los principios operantes.
- b) *Aspectos cognitivos en el grupo familiar.*— Son realmente muy importantes las concepciones que cada uno de los miembros de la familia tiene sobre los demás y sobre la totalidad del sistema. Muchas perturbaciones en el grupo familiar dependen de las expectativas poco realistas de sus miembros acerca de cómo “tiene que ser” la conducta del otro. Cualquiera que sea el origen de esas premisas o concepciones irracionales, lo más importante es que el individuo usualmente no entiende claramente cuáles son, e incluso cuando lo sabe, se niega tercamente a cuestionarlas y abandonarlas. Por ejemplo según Ellis (1981), las relaciones interpersonales en la familia se perturban por la interpretación distorsionada de los comportamientos de los demás miembros y esta deformación de la realidad depende del aprendizaje cognitivo de creencias, concepciones o ideas sobrevaloradas. Por ejemplo, la actitud “machista” del padre en una familia latina: “todos deben actuar como a mí me gusta” o “todos los miembros de mi familia dependen única y exclusivamente de las determinaciones que yo asuma”, o “mis hijos deben seguir mis pasos y deberían trabajar y comportarse como yo lo hice en mi juventud”. Es obvio que con semejantes concepciones el padre experimentará constantes frustraciones y, para él inexplicablemente, encontrará que su familia no funciona como él creía.

Para terminar, cualesquiera sean las concepciones irracionales, éstas no se modifican si no se sigue los siguientes pasos:

- 1.— Ser enfrentadas plenamente para aceptar que uno mismo está comportándose irracionalmente, aun cuando se reconozca que otros miembros de la familia también puedan cometer errores.

- 2.—Reconocer con claridad que en el trasfondo de esos comportamientos problemáticos existen importantes suposiciones o ideas filosóficas irracionales y poco realistas.
- 3.—Desafiar enérgicamente esas suposiciones o concepciones irracionales examinándolas con sentido crítico y llevando a cabo acciones positivas que prueben que son infundadas.
- 4.—Tener en cuenta las dificultades intrínsecas y las frustraciones de ciertas relaciones humanas tales como las limitaciones que conlleva el matrimonio.
- 5.—Aprender el autocontrol de las verbalizaciones agresivas cuando un miembro de la familia actúa mal y optar por un enfrentamiento objetivo sin ánimo de culparle u ofenderle por sus errores y al mismo tiempo tratando de demostrarle la forma de modificarlas.
- 6.—Tener en consideración que una relación es siempre una relación, que raras veces puede continuar espontáneamente de una forma suave y atractiva y que se debe trabajar activamente para volver a crear y mantener el afecto auténtico con el que comienza casi siempre.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- ALBEE, G.; Models, Mythes and Manpower Mental Hygiene 163-180 USA. 1968.
- AYLLON, T., AZRIN, N. H.; Economía de Fichas. Ed. Trillas. México 1976.
- AYLLON, T.; AZRIN, N. H.; The Measurement and Reinforcement of Behavior of Psychotics. Journal of the Experimental Analysis of Behavior, B. 357-383. 1965.
- ARNOLD, B. in: HERSEN, MILLER. "Progress in Behavior Modification". Academic Press. Vol. 9. New York. 1980.
- BANDURA, A. y WALTERS, R.; Aprendizaje Social y Desarrollo de la Personalidad. Ed. Alianza Universal. Madrid. 1977.
- BATESON, G., JACKSON, D., HALEY, J. y WEAKLAND; citados en: GOLDSTEIN, A.; KANFER, F. H.; Generalización y Transferencia en Psicoterapia. Ed. Desclee de Brauwier. Pág. 157-175. Bilbao, 1981.
- BECK, A. T.; RUSH, A. J.; SHAW, G.; Cognitive Therapy of depression. John Wiley and sons. Chichester, New York. Brisbane Toronto 1979.
- ELLIS, A.; Razón y Emoción en Psicoterapia. Ed. Descles de Brauwier. Bilbao. 1980.

- ELLIS, A.; RUSSELL, G.; Manual de Terapia Racional Emotiva. Editorial Descles de Brauwer, S. A. Bilbao, 1981.
- FELHEGE, E. J. KRAUSTHAN, G. Verhaltenstreininsprogram zum Aufbau sozialer Kompetenz. Springer Verlag, Berlin, Heidelberg, New York, 1979.
- GRAWE, K.; Verhaltenstherapie in Gruppen. Urban und Schwarzenberg. München Wien, Baltimore. 1980.
- KANTOR, A.; in: HERSEN, EISLER, MILLER. "Progress in Behavior Modification". Academic Press. Vol 9. New York, 1980.
- KRAEMER, S., D'JOHN, R.; Therapie manual für ein verhaltenstherapeutisches Stufenprogram zur stationären Behandlung von Drogenabhängigen. Gerhard Rätter Verlag München. 1980.
- KRASNER, L., ULLMAN, L. P.; An Introduction to Research in Behavior Modification. New York: Holt, Rinehart and Winston. 1975.
- LAZARUS, A. A.; Multimodalesverhaltens therapie in gruppen. Urban Schwarzenberg. München, Wien, Baltimore. 1980.
- LIBERMAN, R. P.; EHEELER. E. G.; DE VISSER, L.; KUEHNEL, J.; KUEHNEL, T.; Handbook of Marital Therapy. Press. New York and London 1980.
- MAHONEY, M.; Cognition and Behavior Modification. Cambridge, Moss, Billinger, Press. 1974.
- MEICHENBAUM, D. B.; Cognitive Behavior, Modification: an Integrative Approach. Plenum, New York, 1977.
- PATTERSON, G. H.; TAID, E. in: Marks Isaac. Cure and Care of Neurosis. Theory an Practice of Behavioral Psychotherapy, a Wiley Intersciencie Publication. USA. 1981.
- MASH, A.; citado en HERSEN, EISLER, MILLER,; "Progress in Behavior Modification". Vol 9. 1980.
- PATTERSON, G. Families; Applications of Social Learning to Family Life. Champaign III.: Research Press. 1971.
- PATTERSON, G. H.; and HOPS, H.; Coerción a Game for Two: Intervention Strategies for Marital Conflict In: R. E. Ulrich and P. Maunjoy (Eds.) The Experimental Analysis of Social Behavior. Appleton. 424-440 New York. 1972.
- ROSSE, S. D.; Group therapy a Behavioral Approach. Prentice Hall inc. Englewood cliffs. New Jersey. 1977.

- THARP, R. G., WETZEL, R. J.; Behavioral Modification in the natural Enviroment. Academic Press. New York 1969.**
- TURKAT, I. D.; FOREHAND, R.; The future of Behavior Therapy in: Progress in Behavior Modification. Edited by Hersen, M. Eisler, R.; Miller, P. M.; Academic Press. Vol. 9. New York. 1980.**
- YULIS, C.; Citado por Ardila R. Terapia del Comportamiento. Ed. Descles de Brauwer. Bilbao 1980.**