



CONSEJERÍA PARA NEGOCIOS Y EMPRESAS

Tutorial
Sesión 1

M en C Rogelio Velasco Salazar

**NOMBRE DE LA ASIGNATURA O UNIDAD DE APRENDIZAJE
CONSEJERÍA PARA NEGOCIOS Y EMPRESAS**

CLAVE DE LA ASIGNATURA

CBI-00

OBJETIVO(S) GENERAL(ES) DE LA ASIGNATURA:

Al final del curso, los alumnos analizarán los elementos de la comunicación y explicarán los principios básicos de este curso.

Sesión 1

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERIA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

- 1.1 Historia de la terapia conductual
- 1.2 Condicionamiento clásico
- 1.3 Condicionamiento operante
- 1.4 Consejería y Psicoterapia
- 1.5 ¿Qué es la teoría de Consejería y Terapia?
- 1.6 Teorías como idiomas

OBJETIVO:

Al final del curso, los alumnos comprenderán como evolucionaron las terapias conductuales a través de la historia y específicamente las características de la terapia del Condicionamiento clásico y operante así como el concepto de consejería Psicoterapia y porque se compara a una teoría con un idioma.

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERIA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

1.1 Historia de la terapia conductual¹

Las **terapias cognitivo-conductuales** son orientaciones de la terapia cognitiva enfocadas en la vinculación del pensamiento y la conducta, y que recogen las aportaciones de distintas corrientes dentro de la psicología científica; siendo más que una mera fusión, como aplicación clínica, de la psicología cognitiva y la psicología conductista. Suelen combinar técnicas de reestructuración cognitiva, de entrenamiento en relajación y otras estrategias de afrontamiento y de exposición.

Este modelo acepta la tesis conductista de que la conducta humana es aprendida, pero este aprendizaje no consiste en un vínculo asociativo entre estímulos y respuestas sino en la formación de relaciones de significado personales, esquemas cognitivos o reglas. Igualmente los aspectos cognitivos, afectivos y conductuales están interrelacionados, de modo que un cambio en uno de ellos afecta a los otros dos componentes. En esa relación mutua las estructuras de significado (esquemas cognitivos) tendrían un peso fundamental, pues ellas representan la organización idiosincrática que tiene cada persona sobre lo que significa su experiencia, los otros y el sí mismo.

Durante el proceso terapéutico el clínico se vale de diversas estrategias que tienen por objeto la flexibilización y modificación de los esquemas disfuncionales y los pensamientos automáticos que se desprenden de éstos. Dicho proceso está guiado por tres principios técnicos básicos: el empirismo colaborativo, el descubrimiento guiado y el diálogo socrático.

Fechas para la introducción de diversos conceptos y programas de investigación clínica dentro de las terapias cognitivo conductuales:

1897 Introducción del concepto y estudio del condicionamiento clásico, por Iván Pávlov.

1911 Introducción del concepto y estudio del condicionamiento instrumental, por Edward Thorndike.

1953 Primera ocasión del término «terapia de la conducta» en un reporte de Lindsley, Skinner y Solomon.

1958 Introducción de la terapia por desensibilización sistemática, por Joseph Wolpe.

1958 Introducción de la terapia racional emotiva conductual (en esa época denominada "terapia racional") a la literatura profesional, por Albert Ellis.

1963 Introducción del conductismo psicológico como teoría marco que unifica los esfuerzos de investigación cognitivas y conductuales, por Arthur Staats.

1963 Introducción de la terapia cognitiva para la depresión en la literatura profesional, por Aaron Beck.

1971 Introducción de la terapia de solución de problemas, de D'Zurilla y Goldfried.

¹Domjan, Michael, Ed, Los Principios de aprendizaje y la conducta, quinta edición, Belmont, CA: Thomson / Wadsworth, 2003

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERIA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

1973 Introducción del entrenamiento por inoculación del estrés, por Donald Meichenbaum.

1.2 Condicionamiento clásico²

El paradigma típico de condicionamiento clásico consiste en el emparejamiento repetidamente un estímulo no condicionado (que evoca indefectiblemente una respuesta refleja) con otro estímulo que antes era neutral (que no suele evocar la respuesta). Después del acondicionamiento, la respuesta se produce tanto para el estímulo no condicionado y para el otro estímulo, no relacionado (que ahora se conoce como el "estímulo condicionado"). La respuesta al estímulo condicionado se denomina una *respuesta condicionada*. El ejemplo clásico es Pavlov y sus perros. Polvo de carne natural hará que un perro salivar cuando se pone en la boca de un perro; salivación es una respuesta refleja a la carne en polvo. Polvo de carne es el estímulo incondicionado (EI) y la salivación es la respuesta incondicionada (RI). Luego Pavlov sonó una campana antes de presentar el polvo de carne. La primera vez Pavlov sonó la campana, el estímulo neutro, los perros no salivar, pero una vez que se puso el polvo de carne en la boca comenzaron a salivar. Después de numerosas parejas de la campana y la comida a los perros aprendieron que la campana era una señal de que la comida estaba a punto de llegar y comenzó a salivar cuando sonó el timbre. Una vez que esto se produjo, la campana se convirtió en el estímulo condicionado (CS) y la salivación a la campana se convirtió en la respuesta condicionada (CR).

Otra persona influyente en el mundo de condicionamiento clásico es John B. Watson. El trabajo de Watson era muy influyente y allanó el camino para BF Skinner conductismo radical. Conductismo de Watson (y la filosofía de la ciencia) estaban en contraste directo con Freud. Vista de Watson era ese método introspectivo de Freud era demasiado subjetiva, y que debemos limitar el estudio del desarrollo humano a comportamientos observables directamente. En 1913, Watson publicó el artículo "La psicología como las Vistas conductistas", en el que sostenía que los estudios de laboratorio deben servir mejor la psicología como una ciencia. Watson más famoso y polémico, el experimento, "pequeño Albert", donde demostró cómo los psicólogos pueden explicar el aprendizaje de las emociones a través de los principios de condicionamiento clásico. La impronta es el tipo especial de aprendizaje en el que los animales jóvenes, en particular las aves, hacen una fuerte asociación con otro individuo o, en algunos casos, un objeto. En 1935, el zoólogo austriaco Konrad Lorenz descubrió que ciertos pájaros seguirán y formar un enlace con un objeto en movimiento poco después de la eclosión. En condiciones normales, el objeto es la madre. Así impresión tiene un valor de supervivencia, ya que asegura que las aves jóvenes no van a vagar lejos de la protección de su madre.

²Miltenberger, RG "Comportamiento Modificación: Principios y Procedimientos". Thomson / Wadsworth, 2008

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERIA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

En condiciones experimentales, sin embargo, la joven cría imprimirá en apenas alrededor de cualquier objeto en movimiento (incluso los seres humanos), sobre todo si el objeto emite sonidos.

El **condicionamiento clásico**, también llamado **condicionamiento pavloviano**, **condicionamiento respondiente**, **modelo estímulo-respuesta o aprendizaje por asociaciones (E-R)**, es un tipo de aprendizaje asociativo que fue demostrado por primera vez por Iván Pávlov. La forma más simple de condicionamiento clásico recuerda lo que Aristóteles llamaría la ley de contigüidad. En esencia, el filósofo dijo "*Cuando dos cosas suelen ocurrir juntas, la aparición de una traerá la otra a la mente*". A pesar de que la ley de la contigüidad es uno de los axiomas primordiales de la teoría del condicionamiento clásico, la explicación al fenómeno dada por estos teóricos difiere radicalmente de la expuesta por Aristóteles, ya que ponen especial énfasis en no hacer alusión alguna a conceptos como "mente". Esto es, todos aquellos conceptos no medibles, cuantificables y directamente observables. Además, resulta más preciso afirmar que más que la mera contigüidad temporal, es la relación de dependencia entre la presentación entre el primero y el segundo estímulo lo que dispone las condiciones en las que ocurre el condicionamiento. El interés inicial de Pavlov era estudiar la fisiología digestiva, lo cual hizo en perros y le valió un premio Nobel en 1904. En el proceso, diseñó el esquema del condicionamiento clásico a partir de sus observaciones:

En -----> Rn

EI -----> RI

Ambas líneas del esquema muestran relaciones no condicionales o no aprendidas. La primera representa la relación entre un estímulo, que aunque evoca la respuesta típica de la especie ante él (por ejemplo orientarse hacia la fuente de un sonido), podemos considerar como neutral respecto a la respuesta que estamos intentando condicionar (por ejemplo la salivación). La segunda línea representa la relación natural, no aprendida o **incondicional** entre otro estímulo (EI = Estímulo incondicional o natural) y la respuesta a éste (RI = Respuesta incondicional). Los perros salivan (RI) naturalmente ante la presencia de comida (EI).

EC -----> RC

EI -----> RI

Sin embargo, en virtud de la relación de dependencia que se establece entre la presentación de ambos estímulos, de manera que uno funcione consistentemente como condición de la presencia de otro, es posible que otro estímulo pase a evocar también la RI, aunque antes no lo hiciera. Por ejemplo, la presencia del sonido de una campana unos segundos antes de la presentación de la comida: después de algunos pocos ensayos, el ruido de la campana evocaría confiablemente y por sí solo la respuesta de salivación, además de seguir evocando la respuesta de orientación ante el sonido. La campana funciona ahora

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERIA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

como un **estímulo condicional** que produce una **respuesta condicional**. La prueba de que el condicionamiento se ha llevado a cabo consiste en presentar sólo el estímulo condicional, sin el estímulo incondicional, observando que la respuesta condicional se produce de manera consistente, siempre y cuando se siga presentando, aunque sea de manera ocasional, la presentación del estímulo incondicional enseguida del estímulo condicional.

EC -----> RC

El original y más celebre ejemplo de condicionamiento clásico involucra el condicionamiento salivario de los perros de Pavlov. Durante sus investigaciones sobre la fisiología de la digestión en los perros, Pavlov notó que, en vez de simplemente salivar al presentarle una ración de carne en polvo (una respuesta innata al alimento que el llamaba la respuesta incondicional), los perros comenzaban a salivar en presencia del técnico de laboratorio que normalmente los alimentaba. Pavlov llamó a estas **secreciones psíquicas**. De esta observación, predijo que, si un estímulo particular estaba presente cuando al perro se le proporcionara su ración de alimento, entonces este estímulo se asociaría al alimento y provocaría salivación por si mismo. En su experimento inicial, Pavlov utilizó un metrónomo (a 100 golpes por minuto, aunque popularmente se cree que utilizó una campana) para llamar a los perros a comer, y, después de varias repeticiones, los perros comenzaron a salivar en respuesta al metrónomo (aparato que utilizan los músicos para marcar el ritmo).

1.3 Condicionamiento operante

El condicionamiento operante (o **instrumental acondicionado**) es un tipo de aprendizaje en el que el comportamiento de un individuo se ve modificada por sus antecedentes y consecuencias. Condicionamiento instrumental fue descubierto y publicado por Jerzy Konorski y también se refirió a como *Tipo II reflejos*. Los mecanismos de condicionamiento instrumental sugieren que el comportamiento puede cambiar en la forma, frecuencia, o la fuerza. Las expresiones "conducta operante" y "conducta respondiente" fueron popularizados por BF Skinner , quien trabajó en la reproducción de los experimentos de Konorski. La primera se refiere a "un elemento de comportamiento que es inicialmente espontánea, en lugar de una respuesta a un estímulo previo, pero cuyas consecuencias pueden reforzar o inhibir la recurrencia de ese comportamiento".

El condicionamiento operante se distingue de *condicionamiento clásico* (o *condicionamiento demandado*) en que las ofertas de condicionamiento operante con el refuerzo y el castigo para cambiar el comportamiento. La conducta operante opera sobre el medio ambiente y es mantenido por sus antecedentes y consecuencias, mientras que el condicionamiento clásico se mantiene por el condicionamiento de reflexivos (reflejos) comportamientos, que son provocados por condiciones antecedentes. Comportamientos acondicionado a través de un procedimiento de condicionamiento clásico no son mantenidos por las

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERIA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

consecuencias. Ambos, sin embargo, forman el núcleo del análisis de conducta y han crecido hasta convertirse en prácticas profesionales .

La ley de Thorndike del efecto

El condicionamiento operante, a veces llamado *el aprendizaje instrumental*, se estudió por primera vez ampliamente por Jerzy Konorski y al lado de Edward L. Thorndike (1874-1949), quien observó el comportamiento de los gatos que intentan escapar de cajas de rompecabezas caseros. ^[4] La primera vez constreñida en las cajas, los gatos tomó mucho tiempo para escapar. Con la experiencia, respuestas ineficaces fueron menos frecuentes y respuestas exitosas produjeron con más frecuencia, lo que permite a los gatos para escapar en menos tiempo en ensayos sucesivos. En su ley del efecto , Thorndike la teoría de que los comportamientos seguidos por consecuencias satisfactorias tienden a repetirse y las que producen consecuencias desagradables son menos propensos a ser repetida. En resumen, algunas consecuencias *fortalecieron* comportamiento y algunas consecuencias *debilitaron* comportamiento. Thorndike produjo los primeros animales conocidos curvas de aprendizaje a través de este procedimiento.

Skinner

BF Skinner (1904-1990) es la persona cuyo trabajo más a menudo se cita en relación con el condicionamiento operante. Su libro "La conducta de los organismos", publicado en 1938, inició su estudio de toda la vida de condicionamiento operante y su aplicación a la conducta humana y animal. Siguiendo las ideas de Ernst Mach , Skinner rechazó la referencia de Thorndike a los estados mentales no observables tales como la satisfacción, la construcción de su análisis en el comportamiento observable y sus consecuencias igualmente observables.

Para implementar su enfoque empírico, Skinner inventó la cámara de condicionamiento operante en la que temas como fueron aislados palomas y ratas de estímulos externos y la libertad de hacer una o dos respuestas simples y repetibles. Otro invento, el registrador acumulativo, produjo una gráfica registro de estas respuestas de la que se podría estimar las tasas de respuesta. Estos registros fueron los datos primarios que Skinner y sus colegas usaron para explorar los efectos sobre la tasa de respuesta de los diferentes programas de reforzamiento. Un programa de refuerzo puede ser definido como "cualquier procedimiento que proporciona un refuerzo a un organismo de acuerdo con algún bien definido gobernar ". Los efectos de horarios se convirtieron, a su vez, los datos experimentales básicos de los cuales Skinner desarrolló su cuenta de condicionamiento operante. También se basó en muchas menos formales observaciones de la conducta humana y animal.

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERIA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

Muchos de los escritos de Skinner se dedican a la aplicación de condicionamiento operante a la conducta humana. ^[12] En 1957, Skinner publicó *Conducta Verbal*, ^[13] que extendió los principios del condicionamiento operante con el lenguaje, una forma de conducta humana que previamente habían sido analizados de manera muy diferente por los lingüistas y otros. Skinner define nuevas relaciones funcionales, tales como "demandas" y "contactos" para captar lo esencial de la lengua, pero se introdujo ningún nuevo principio, el tratamiento de la conducta verbal como cualquier otra conducta controlada por sus consecuencias, que incluían las reacciones de la audiencia del altavoz.

El condicionamiento operante para cambiar el comportamiento humano

Los investigadores han encontrado el siguiente protocolo para ser eficaz cuando se utilizan las herramientas de condicionamiento operante para modificar la conducta humana:

1. **Meta Estado** (apunta para el estudio) Es decir, aclarar exactamente cuáles son los cambios que podrían introducirse. Por ejemplo, "reducir el peso por 30 libras."
2. **Monitorear el comportamiento** (condiciones de registro) Realizar un seguimiento de la conducta de manera que se puede ver si los efectos deseados se están produciendo. Por ejemplo, mantener una tabla de pesos diarios.
3. **Reforzar el comportamiento deseado** (dar recompensa por un comportamiento adecuado) Por ejemplo, felicitar a la persona en las pérdidas de peso. Con los seres humanos, un registro de comportamiento puede servir como refuerzo. Por ejemplo, cuando un participante ve un patrón de pérdida de peso, esto puede reforzar continuación en un programa de pérdida de peso de comportamiento. Un plan más general es la economía de fichas, un sistema de intercambio en el que las fichas se dan como recompensas por los comportamientos deseados. Tokens pueden posteriormente ser canjeados por un premio o premios como el poder, el prestigio, bienes o servicios que desee.
4. **Reducir los incentivos para llevar a cabo un comportamiento no deseado** Por ejemplo, quite dulces y grasos aperitivos de estantes de la cocina.

Variabilidad operante

Variabilidad operante es lo que permite una respuesta de adaptación a nuevas situaciones. La conducta operante se distingue de reflejos en que su **topografía respuesta** (la forma de la respuesta) está sujeto a ligeras variaciones de una interpretación a otra. Estas variaciones pueden incluir pequeñas diferencias en los

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERÍA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

movimientos específicos involucrados, las diferencias en la cantidad de fuerza aplicada, y pequeños cambios en el calendario de la respuesta. Si la historia de un sujeto de refuerzo es consistente, tales variaciones se mantienen estables porque las mismas variaciones exitosas son más propensas a ser reforzadas que las variaciones de menos éxito. Sin embargo, la variabilidad del comportamiento también puede ser alterado cuando se someten a ciertas variables de control.

1.4 Consejería y Psicoterapia³

La palabra terapia deriva de la palabra griega que significa la curación. literalmente significa psicoterapia curación de la mente o el alma. Hoy en día, más comúnmente el significado de la psicoterapia se amplía para convertirse en la curación de la mente mediante métodos psicológicos que se aplican por la formación adecuada y cualidades profesionales. Sin embargo, como se ilustra en este libro, hay diferentes enfoques de la terapia y, en consecuencia, es más exacto hablar de las psicoterapias en lugar de un método uniforme de la psicoterapia. Por otra parte, hay diferentes metas para la terapia, incluyendo hacer frente a los trastornos mentales graves de, abordar ansiedades y fobias específicas, y ayudar a la gente a encontrar significado y propósito en sus vidas. Cada uno de los diferentes enfoques terapéuticos puede ser más adecuada para alcanzar algunos de los objetivos que otros. Tiene orientación difiere de la psicoterapia? Los intentos de diferenciar entre la consejería y la psicoterapia no son totalmente exitosos. Tanto la consejería y la psicoterapia representan diversa en lugar de uniforme conocimiento de punta y actividades y ambos utilizan los mismos modelos teóricos. En 2000, la Asociación Británica de Consejería reconoció el similaridad entre país de venta y psicoterapia al convertirse en la Asociación Británica para Consejería y Psicoterapia. En Australia, la Federación de Psicoterapia y Asesoramiento de Australia existe. En su mayor parte yo uso la terapia términos, el terapeuta y el cliente. Terapia refiere tanto a la aproximación teórica y para el proceso de ayudar a los clientes. Terapeutas se refiere a los proveedores de servicios de terapia a los clientes, ya se trate de los psicoanalistas, psiquiatras, psicólogos clínicos, psicólogos, consejeros de orientación, trabajadores sociales u otras personas debidamente formados y cualificados. Cliente se refiere a los pacientes de servicios terapéuticos, ya sea dentro o fuera de los médicos.

1.5 ¿Qué es la teoría de Consejería y Terapia?

¿Qué hacen las teorías de asesoramiento y terapia? ¿Por qué son útiles? Los terapeutas no pueden evitar estar de asesoramiento y terapia teóricos. Todos hacen suposiciones acerca de cómo los clientes se vuelven y se quedan como están y el cambio. Tres de las principales funciones de las teorías de asesoramiento y terapia son: proporcionar concentraciones marcos conceptuales, proporcionando lenguas, y la generación de la investigación.

³Neurona 63: 244-253, 2009, *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 3: El artículo 13 de 2009

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERIA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

Teorías como marcos conceptuales

Los terapeutas son responsables de tomar decisiones. Ellos continuamente a tomar decisiones sobre la forma de pensar sobre el comportamiento de los clientes, cómo tratarlos, y cómo responder en una base momento a momento durante las sesiones de terapia. Las teorías proporcionan terapeutas con conceptos que les permiten pensar sistemáticamente sobre desarrollo humano y terapia. Los enfoques teóricos pueden ser vistos como procesos en cuatro dimensiones principales para que puedan ser declarado adecuadamente. En este contexto, el comportamiento incorpora tanto el comportamiento observable y comportamiento interno o pensamiento.

Las dimensiones son:

- 1 Una declaración de la conceptos básicos o suposiciones que subyacen a la teoría;
- 2 Una explicación de la adquisición de útiles y el comportamiento poco útil;
- 3 Una explicación de la mantenimiento de útiles y conductas poco útiles; y
- 4 Una explicación de la forma de ayudar a los clientes cambio su comportamiento y consolidar sus ganancias cuando termina el tratamiento.

Al leer acerca de los diferentes enfoques de asesoramiento y terapia, usted puede observar que muchos, si no la mayoría tienen lagunas importantes en sus conceptuales marcos. Son teóricos parciales en lugar de completos o integrales declaraciones. Posiblemente, algunos de los mi conceptos en las teorías están mas implícitos que explícitos. Los teóricos para seleccionar un tratamiento más a fondo esas dimensiones de una teoría que ellos consideran importante.

1.7. Teorías como idiomas

Psiquiatra suizo Carl Jung (1961) utiliza para subrayar que, dado que todos los clientes son diferentes individuos los terapeutas requieren un idioma diferente para cada cliente. Otra función de las teorías es similar a la proporcionada por los idiomas. Las lenguas son vocabularios y símbolos lingüísticos que permiten la comunicación sobre fenómenos verídicos-. Al igual que los principales idiomas que se hablan de Inglés, español y mandarín chino, los diferentes teóricos desarrollan idiomas para los fenómenos que deseen describir, por ejemplo: cognitiva, psicoanalítica o persona centrada. El lenguaje puede tanto unir y dividir. Puede fomentar la comunicación entre las personas que hablan el mismo idioma, pero desalientan la comunicación si no lo hacen. Cada posición teórica tiene conceptos descritos en una manera única y libre. Sin embargo, la singularidad de la lengua puede enmascarar elementos comunes entre las teorías, por ejemplo: el significado de valor en condiciones de personalidad terapia centrada superpone con la de super yó en psicoanalítica de Freud ter-APY , aunque usted no lo haría saber esto desde el idioma! El proceso de la terapia es una serie de conversaciones que requieren idiomas. En cualquier relación terapéutica hay por

1. INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERIA Y ENFOQUES TERAPEUTICOS

lo menos cuatro tipos de conversaciones pasando, a saber: el lenguaje interior y exterior terapeuta y el cliente. Todos los terapeutas que fuera de los marcos teóricos explícitos son propensos a hablar con ellos acerca de los clientes en el idioma de ese marco. En mayor o menor grado su práctica terapéutica coincidirá con su lengua. Los terapeutas no siempre actúan de acuerdo con su forma de pensar. Por otra parte, en diversos grados terapeutas comparten su teórica de lenguaje con los clientes. Por ejemplo, a diferencia de la terapia cognitiva, la lengua en que se expresa la teoría centrada en la persona tiende a no ser compartido con los clientes. En cambio, los terapeutas centrados en la persona tratan de reflejar y el habla externa de los clientes de los partidos. Los clientes son también los teóricos, aunque por lo general sin la sofisticación de sus terapeutas. Enfoques como la terapia cognitiva tratan activamente de influir en el lenguaje libre en el que los clientes hablan a sí mismos para que sea útil y no perjudicial. En cierto sentido el lenguaje del terapeuta se exportando a cada clientes para que mejor pueda ayudarse a sí mismos una vez que termina el tratamiento.

Fuentes de Información

a) Libros

No	Tipo	Título	Autor	Editorial	Año
1	Libro	Los Principios de aprendizaje y la conducta	Domjan, Michael	Thomson / Wadsworth	2003
2	Libro	Comportamiento Modificación: Principios y Procedimientos	Miltenberger, RG	Thomson / Wadsworth	2008
3	Revista	Frontiers in Behavioral Neuroscience	El artículo 13	Neurona 63	2009