

INTERVENCION EN CONDUCTAS PROBLEMATICAS

Ricardo Canal Bedia
Universidad de Salamanca

Frecuentemente se ha dicho que la cantidad de espacio que se dedica a un tema es inversamente proporcional a la comprensión que tenemos de ese tema. Esta afirmación general cobra especial importancia en el caso particular de los problemas de comportamiento, entendidos como todas aquellas conductas peligrosas, molestas o disruptivas para el propio sujeto o para los que le rodean, que impiden o dificultan el acceso de ese sujeto a programas educativos, al empleo o a actividades ocupacionales, o a su integración en la comunidad. Por una parte, es mucho lo que se ha escrito y lo que se ha investigado sobre esta cuestión, habiendo gran cantidad de libros, artículos y revistas sobre las conductas problemáticas tales como agresiones, las autolesiones o las rabietas. Pero, por otra parte todavía es mucho lo que se desconoce y muchas las lagunas existentes, sobre todo en lo que se refiere a la manera de hacer frente a todas estas conductas inadecuadas que nos causan tantos problemas debido a que no sabemos qué es lo que tenemos que hacer para poder controlarlas y que desaparezcan. Durante muchos años, se han llevado a cabo grandes esfuerzos para solucionar todos estos problemas de comportamiento, aunque la mayoría no sólo no han tenido el éxito que se esperaba, sino que a veces han fracasado. Las razones no hay que buscarlas única y exclusivamente en el procedimiento empleado, sino que este fracaso puede ser debido a distintas causas:

- puede que los procedimientos de intervención empleados hayan sido o sean ineficaces
- puede que los procedimientos de intervención empleados sean eficaces pero demasiado costosos, no sólo en lo que se refiere a los recursos necesarios sino también al tiempo que hay que dedicar para llevarlos a cabo
- puede que los procedimientos de intervención empleados sean eficaces pero que no se hayan descrito ni difundido lo suficiente, de manera que otras personas interesadas en estos asuntos también puedan aplicarlos con garantías de éxito
- puede que los procedimientos de intervención empleados sean eficaces en unas situaciones pero no en otras, sin que se hayan podido determinar las condiciones bajo las cuales son eficaces y las condiciones bajo las que no lo son

- puede que los procedimientos de intervención empleados sean eficaces a corto plazo pero que los cambios no perduren a lo largo del tiempo y no sean estables.

La necesidad de mejorar la aplicación de los procedimientos de intervención supuso un gran reconocimiento de aquellas primeras intervenciones basadas en un cuidadoso análisis funcional de la conducta problemática. A finales de los años 70 (Carr 1977), y aún hoy en día, el concepto de análisis funcional ha ido transformándose en una tecnología práctica que sirve de guía para la elaboración de intervenciones conductuales (Bailey & Pyles, 1989; Gardner & Sovner, 1994; O'Neill, Horner, Albin, Storey, & Sprague, 1997; Reichle & Wacker, 1993). El resultado principal ha sido una difusión de las intervenciones que van más allá de la simple manipulación de las consecuencias para pasar a incluir por una parte la modificación del contexto antes que la conducta problemática suceda, y por otra parte enseñar conductas alternativas apropiadas como una estrategia eficaz para reducir esas conductas no adecuadas socialmente. El apoyo conductual no supone tanto elegir un determinado proceso de intervención, sino que más bien implica la construcción de un conjunto comprensivo de procedimientos que incluyen cambios del contexto para hacer la conducta problemática ineficaz, y la manipulación de consecuencias para asegurar que la conducta adecuada se refuerce mejor y con más frecuencia. Un apoyo conductual efectivo no se dirige solamente a reducir las conductas problemáticas, además debe enseñar conductas adecuadas socialmente, hacer que los cambios sean estables, se generalicen a todas aquellas situaciones que la persona puede encontrarse y permita mejorar la calidad de vida.

Estas son las claves del concepto de Apoyo Conductual Positivo. El Apoyo Conductual Positivo (ACP) surge como un enfoque alternativo a los planteamientos clásicos de modificación de conducta basados en el uso de técnicas aversivas y no funcionales, de manera que no es solamente un conjunto de procedimientos funcionales y no aversivos destinados a reducir o a corregir el comportamiento problemático, sino que es un enfoque que va más allá de lo que es el mero análisis conductual y hace hincapié en la modificación del contexto en el que se encuentra el problema. Por tanto, su objetivo principal no consiste sólo en reducir la conducta problemática sino también en conseguir un cambio de estilo de vida del sujeto, respetando su dignidad, potenciando sus capacidades y ampliando sus oportunidades para mejorar su calidad de vida.

La premisa fundamental de la filosofía subyacente de este enfoque es que las deficiencias que existen en el ámbito vital de un individuo y las deficiencias en su repertorio comportamental adaptativo son los factores principales responsables de la conducta problemática, y que por lo tanto, el esfuerzo se debe concentrar en identificar y modificar estas deficiencias que constituyen el contexto del problema en lugar de la conducta problemática *per se*, que se ve simplemente como un efecto de un contexto problemático (Carr, Carlson, Langdon, Magito-McLaughlin, & Yarborough, 1998).

Sus características principales son las siguientes:

- Considera a los padres o profesores no solamente como ayudantes, sino como participantes activos y personas que colaboran con los expertos.
- Pone de relieve la prevención.
- En lugar de centrarse en la eliminación o reducción de la conducta problemática y en las situaciones específicas que la provocan, trata de modificar los contextos en los cuales se encuentran los problemas, contextos que pueden ser de dos tipos: deficiencias relacionadas con las condiciones ambientales y deficiencias relacionadas con el repertorio comportamental. La conducta problemática tiene lugar por alguna razón, y no es el resultado de la discapacidad de la persona.
- Utiliza la evaluación funcional no sólo para conocer cuándo es más probable que tenga lugar la conducta problemática y qué sucesos pueden mantenerla, sino también para establecer una relación directa entre los resultados del análisis funcional y el programa de intervención.
- Trata de enseñar al sujeto formas adaptativas de alcanzar los propósitos que antes lograba mediante su comportamiento problemático
- Implica una distinción entre procedimientos de emergencia o crisis (que tratan de poner fin a una situación que puede ser peligrosa para el sujeto o para otras personas u objetos que le rodeen) y la intervención (que produce un cambio positivo y estable en el tiempo al enseñar al sujeto formas adaptativas y estables de lograr sus propósitos)
- Las características de las intervenciones de un enfoque ACP son tres: son educativas, son de orientación sistémica y son multicomponentes.

- El objetivo principal del ACP es ampliar y mejorar el estilo de vida del individuo, en lugar de reducir su comportamiento, pues se parte de la idea de que una vida significativa, interesante y normalizada constituye un contexto en el que la conducta problemática es innecesaria e irrelevante. Por lo tanto, el cambio y mejora del estilo de vida, basándose en los valores de la persona, el respeto a su dignidad, sus preferencias y sus aspiraciones, produce un efecto secundario importante, concretamente, la reducción de la conducta problemática.
- La intervención no se termina nunca, de manera que la red de apoyos de un sujeto sigue funcionando durante años e incluso durante décadas, es decir, este enfoque prefiere la planificación a largo plazo para la vida de cada persona con discapacidad en lugar del manejo de crisis a corto plazo.
- La intervención se diseña en colaboración con quienes proporcionan normalmente los apoyos para conseguir un buen ajuste contextual, es decir las exigencias del plan de apoyo deben: ser sensibles a los objetivos y valores de los miembros que forman el equipo de apoyo, hacer uso de los conocimientos y experiencias de los mismos, y c) ser compatible con las actividades y rutinas diarias que se llevan a cabo en los diferentes contextos (hogar, colegio o lugar de trabajo y comunidad). Un buen ajuste contextual se traduce en un aumento de la satisfacción de la persona, además de contribuir a la obtención de éxito a largo plazo.

Hay seis tesis fundamentales o principios básicos que hay que tener en cuenta a la hora de llevar a cabo una intervención sobre el comportamiento problemático y de poner en marcha los procedimientos del ACP. En ellos se resumen las principales ideas y la filosofía de este planteamiento. Son los siguientes:

- La Conducta Problema Generalmente Cumple un Objetivo para la Persona que la Manifiesta

Muchas veces nos referimos a la conducta problemática como "aberrante", "psicótica" o "inadaptada". Estas expresiones se han venido utilizando en décadas pasadas, hoy no es del todo apropiado hablar de conductas desajustadas, inadecuadas, perturbadoras. Las razones que sustentan este cambio de denominación se basan en el intento de encontrar un término más descriptivo de las dificultades que suponen para la persona y los profesionales este tipo de conductas y de evitar, al mismo tiempo la

descalificación de la persona. Las conductas problemáticas puede ser adaptativas, suelen servir a una función para la persona que las desempeña y precisamente por eso son tan estables y aparecen con tanta frecuencia. Toda conducta, ya sea adecuada o inadecuada, ocurre porque normalmente tiene un propósito o una finalidad para la persona que la realiza, es decir, la conducta problemática resulta útil a esa persona. Se considera que la conducta problemática es un medio (aunque un medio inadecuado) que utiliza la persona para comunicarse y para poder influir en los demás y conseguir aquello que desea, ya sea atención, afecto y objetos o realizar una actividad; así como también para evitar cosas que no desea como dolor, malestar, aburrimiento y fracaso.

- La Evaluación Funcional se Utiliza para Identificar la Finalidad de la Conducta Problema

Como la conducta problema tiene una finalidad para la persona que la realiza, no se puede cambiar con garantía de tener éxito a largo plazo, si no se sabe o si no se identifica cuál es esa finalidad. Este proceso, en términos científicos, se denomina "análisis funcional" o "evaluación funcional". Para poder intervenir de manera eficaz, el primer paso y el más difícil es realizar una buena evaluación funcional. Su objetivo es recoger información contextual, tanto general como específica, que permita identificar la función o propósito que tiene la conducta para el individuo, comprender mejor a la persona y entender los aspectos generales que pueden estar influyendo en su conducta, con el fin de poder elaborar un plan de apoyo conductual. Los instrumentos que se pueden utilizar para recoger y ordenar la información son muy variados y dependerán de las posibilidades y medios de que disponga cada equipo de apoyo. En general, los instrumentos más utilizados son las sesiones de discusión en grupo estando presentes las personas relevantes para el individuo; las entrevistas a profesionales y familiares; la revisión de informes y planes de actividades existentes; y algunos instrumentos estandarizados (especialmente para evaluar habilidades comunicativas y sociales, y otras habilidades adaptativas relevantes). Esta evaluación es un proceso continuo, ya que a lo largo de la intervención pueden producirse diversos cambios que hagan necesarias nuevas evaluaciones: pueden darse cambios en el entorno del sujeto en el sentido de que se van personas familiares o entran otras nuevas; puede haber cambios en el grupo de referencia; o en las preferencias de la persona, pueden cambiar los horarios...

- El Objetivo de la Intervención es la Educación, no Simplemente la Supresión de la Conducta

La consecuencia más importante que se deriva de la evaluación funcional es que la intervención en problemas de comportamiento implica la educación. Debido a que una conducta problemática, a menudo, cumple una finalidad para el sujeto, el objetivo principal de la intervención es algo muy claro y muy básico: enseñarle nuevas formas de influir en las otras personas, de manera que dichas conductas problemáticas ya no sean necesarias. Es decir, hay que enseñar conductas alternativas que sustituyan a la conducta problemática e inadecuada socialmente, ya que es muy difícil eliminar dicha conducta si no proporcionamos a cambio una alternativa. Los individuos pueden aprender a utilizar la comunicación para alcanzar los mismos objetivos que conseguían por medio de la conducta problemática. Pero hay que ser cuidadosos a la hora de elegir estas conductas alternativas, ya que cualquier conducta no es adecuada, sino que son adecuadas aquellas que cumplen dos requisitos básicos:

- que sean funcionalmente equivalentes a la conducta problemática, es decir que las dos conductas (adecuada e inadecuada) tengan el mismo propósito o la misma función, que sirvan para conseguir lo mismo, que produzcan los mismos efectos en los demás
- que sean específicas y realmente efectivas, es decir, que la conducta que se pretende enseñar (una forma nueva de comunicación) debe ser más eficiente que la conducta problemática en cuanto al esfuerzo que ha de realizar la persona, en cuanto a su comprensión por parte de las demás personas y en cuanto a la demora en el logro del propósito al que ha de servir, que la conducta problemática a la que sustituye.

La enseñanza de habilidades alternativas, además, contribuye a que los cambios que se logren se mantengan a lo largo del tiempo, ya que la persona podrá lograr sus propósitos sin utilizar la conducta problemática y afrontar con eficacia las situaciones problemáticas que se le presenten, siendo menos dependiente de las intervenciones de los profesionales.

Este objetivo de intervención responde a un *planteamiento educativo* que contrasta claramente con el objetivo fundamental de intervención que había hace unos años. En el pasado lo único que importaba era eliminar las conductas problema mediante castigo y/o mediante el razonamiento, es decir, explicando a la persona que realizaba esa conducta inadecuada por qué su comportamiento es problemático, sin que

en ningún caso se tratara de entender por qué ocurrían esos comportamientos ni se considerara que podían tener una función o un propósito para el individuo. Esta idea de funcionalidad de la conducta es particularmente cierta en el caso de que la conducta en cuestión ocurra con frecuencia y de modo previsible, es decir, bajo unas condiciones pero no bajo otras. En estas circunstancias ese comportamiento no puede identificarse como aleatorio, sino que más bien parece que sirve a un propósito determinado. Ahora, afortunadamente, está claro que no debemos contemplar los problemas de comportamiento de forma simple, como algo indeseable que hay que eliminar tan rápidamente como sea posible. Por el contrario, consideramos los problemas de conducta como una fuente de información esencial acerca de lo que es importante para una persona y, más aún, la existencia de problemas de comportamiento es, a veces, la única pista que tenemos para ayudarnos a descubrir lo que es importante para esa persona. Por eso, *el primer objetivo debe ser comprender la conducta problemática y no simplemente eliminarla o reducirla.*

- Los Problemas de Comportamiento Generalmente Tienen Muchas Finalidades y por tanto Requieren Muchas Intervenciones

Los problemas de comportamiento no se producen en el vacío, sino que tienen lugar en un contexto social que es la comunidad. En dicho contexto los problemas de comportamiento pueden tener muchas finalidades, y por tanto se necesitarán distintas intervenciones. Un mismo comportamiento problemático en unos casos puede tener la finalidad de obtener la atención de una persona concreta, en otros de obtener un objeto u algo que a él le agrada, y en otras situaciones diferentes puede utilizar ese mismo comportamiento problemático para evitar algo que le resulta desagradable o que no quiere hacer. Es importante tener presente que se han de enseñar tantas conductas alternativas como funciones se hayan identificado de la conducta problemática y no una para cada una, puesto que la misma conducta puede tener varias funciones y todas se habrán identificado en la evaluación funcional. La intervención no puede ser un documento sin relación con otros aspectos de la vida de la persona, implica la manipulación simultánea de muchas variables. Por ello, es erróneo pensar que, utilizando un sólo procedimiento de intervención, se pueden solucionar todos los problemas de comportamiento de un sujeto en la comunidad.

- La Intervención Implica Cambiar Sistemas Sociales, No Sujetos

Como el contexto social es tan importante, la intervención no es algo que se hace *a* la persona con discapacidad sino, más bien, es algo que se hace *con* la persona que tiene discapacidad. Esto es particularmente cierto con este modelo de intervención. Normalmente las personas que presentan alguna conducta problemática sufren, como consecuencia de ella, el distanciamiento, cuando no el aislamiento, de las demás personas. En este contexto, la intervención no consiste simplemente en aplicar procedimientos específicos para cambiar la conducta de la persona con discapacidad, sino que implica un proceso mutuo de interacción recíproca que lleva a un cambio de conducta deseable por parte de todas las personas implicadas, es decir, implica cambiar las relaciones. La forma en que las personas con o sin discapacidad interactúan entre sí, es lo que se conoce como establecer una relación positiva. La relación positiva consiste por tanto, en demostrar a la persona que estamos dispuestos a relacionarnos con ella y a hacer que se sienta mejor en aquellos lugares donde conviva, aprenda o trabaje con nosotros. De esta manera se va creando una base sobre la que construir las habilidades comunicativas que reemplazarán a la conducta problemática.

- El Objetivo Último de la Intervención es el Cambio de Estilo de Vida

El objetivo más amplio de la intervención es producir un cambio en la manera en que las personas viven su vida. No es suficiente reducir los problemas de comportamiento, en particular si el único resultado es conseguir un sujeto dócil, tranquilo, que no moleste. Frecuentemente, los problemas de comportamiento traen consigo un historial de exclusión, de segregación, de falta de control personal y estilos de vida empobrecidos. Por lo tanto, las intervenciones eficaces en estos casos deben mejorar la vida de la persona con discapacidad, para que ya no esté excluida, segregada y controlada por los demás; y deben permitirle influir en los demás sin tener que recurrir a esas conductas, así como participar directamente en la comunidad, y tener más oportunidades sociales, profesionales y de ocio, oportunidades que no tienen lugar en "enclaves especiales" exclusivos para la discapacidad, sino en el mundo más amplio de las personas sin discapacidad. Por lo tanto, los cambios en el estilo de vida abarcan desde la participación activa de los sujetos en sus barrios, escuelas, comunidades y contextos laborales, hasta unas relaciones sociales satisfactorias y significativas con la familia, los iguales y los demás miembros de la comunidad. Las intervenciones sobre el estilo de vida, al mejorar la calidad de vida de la persona, tienen un efecto preventivo y constituyen el trabajo necesario para crear un contexto favorable en el que cambiar la

conducta problemática. Conseguir este cambio en el estilo de vida no es algo fácil, pero sí es posible.

Nuestra meta debe cambiar y desplazarse desde la eliminación de comportamientos problemáticos que primaba en el pasado a la comprensión de su función, de modo que podamos elaborar una intervención diseñada para enseñar una forma nueva y adecuada de comportamiento. Todas aquellas personas que interactuamos con la persona con discapacidad, tenemos la oportunidad de cambiar esos comportamientos inadecuados, de manera que puedan adquirir comportamientos alternativos nuevos más aceptables.

El procedimiento de evaluación llevado a cabo en todos los casos se basó en el propuesto por Carr et al., en el que se siguen tres pasos fundamentales: la descripción, la categorización, y la verificación:

- la *descripción* trata de obtener, mediante la entrevista y la observación, una definición operativa de las conductas problemáticas del sujeto, así como una imagen clara y una descripción detallada de la naturaleza del problema, del contexto social en el que tiene lugar, y de la reacción que provoca en las personas presentes. La información recogida en fichas mediante este procedimiento permite generar hipótesis sobre las posibles variables que pueden mantener la conducta problemática
- la *categorización* trata de organizar o clasificar en categorías toda la información recogida en la fase de la descripción, teniendo en cuenta los distintos propósitos de la conducta: obtener atención, obtener un objeto o una actividad, o evitación. Se podría añadir una categoría más donde se incluirían las fichas que no encajan en ninguno de los propósitos anteriores porque la conducta problemática no tiene un propósito social. A través de la categorización podemos observar que las conductas problemáticas tienen propósitos diferentes para cada sujeto, que la conducta problemática está mediatizada por variables sociales en la gran mayoría de las situaciones, y que la forma de la conducta problemática no ayuda a determinar el propósito.
- la *verificación* trata de comprobar que realmente los propósitos que se han identificado son las verdaderas razones por las que un determinado sujeto realiza una determinada conducta problemática. Para ello, se manipulaban experimentalmente las variables ambientales que se consideraba mantenían la

conducta problemática. Las sesiones de verificación consisten en proporcionar incondicionalmente en dos ocasiones el refuerzo que se supone que es el responsable de la conducta y en otras dos ocasiones mantener la situación tal y como se había registrado en la ficha de observación, procurando alterar estas situaciones. Si no se verifican las hipótesis hay que pensar en la posible influencia de sucesos contextuales, que van a favorecer la aparición de la conducta problemática. La verificación es el procedimiento técnicamente más complejo, por lo que se necesita tener conocimientos de los procedimientos de análisis funcional.

Si durante el proceso de intervención surgen problemas, no hay que ignorarlos, pues el no tratar estas crisis puede dar lugar a que se vea amenazada la seguridad no sólo de la propia persona con discapacidad sino también de todos los que estén implicados en la interacción social. Hay cinco estrategias fundamentales para controlar estas crisis: proteger, inmovilizar al sujeto, ignorar, retirar, y proporcionar señales que susciten una conducta no problemática. Estos procedimientos, que no constituyen en sí mismos una intervención, tienen el modesto pero esencial objetivo de detener un comportamiento problemático que sea grave o peligroso para la persona o para quienes conviven en su entorno. Se tratan, por tanto, de procedimientos de emergencia, de estrategias reactivas destinadas a proteger al individuo o a otras personas de riesgos físicos y su objetivo es “abrir una ventana” en el repertorio conductual de la persona para que pueda iniciarse el verdadero programa de intervención, constituido por los otros tres componentes de la intervención ya mencionados.

En resumen y tal y como decía Edward Carr: “si usted interactúa con una persona con discapacidad que muestra una conducta problemática grave, tiene motivos para creer que puede cambiar esa conducta. Considerando propositiva la conducta de la persona y centrando sus esfuerzos en la educación, más que en reducir la conducta simplemente, tiene usted una excelente oportunidad de tratar con éxito el problema de conducta y ayudar a hacer que la vida de la persona con discapacidad se enriquezca y sea más feliz, y esta es la mejor recompensa para todos” (1977).

BIBLIOGRAFIA

- Barkley, R. A. (1990). *Attention-deficit hyperactivity disorder, a handbook for diagnosis and treatment*. Londres: The Guilford Press.
- Baumgart, D.; Johnson, J.; y Helmstetter, E. (1996). *Sistemas Alternativos de Comunicación para personas con discapacidad*. Alianza Psicología: Madrid.
- Buela-Casal, G. y Caballo, V. (1991). *Manual de psicología clínica aplicada*. Madrid: Siglo XXI.
- Backer et al. (1980). *Manuales. ¿Cómo enseñar a mi hijo? "Problemas de conducta"*. Vol. 4. Madrid: Ed. Pablo del Río.
- Caballo, V. (1991). *Manual de técnicas de Modificación de Conducta*. Madrid: Siglo XXI.
- Canal, R. (1998). El proceso para instaurar programas de apoyo conductual positivo en servicios residenciales. *Siglo Cero*, 179, Vol. 29 (5), pp. 11-22.
- Carr, E. y otros (1994). *Communication based interventions for problem behavior: a user's guide for producing positive change*. Estados Unidos: Paul H. Brookes (traducción española de Ricardo Canal y María Eugenia Parras: *Intervención comunicativa sobre los problemas de comportamiento*. Alianza Psicología: Madrid, 1996).
- Carr, E. (1998). Apoyo conductual positivo: Filosofía, métodos y resultados. *Siglo Cero*, 179, Vol. 29 (5), pp. 5-9.
- Carr, R. (1998). Temas emergentes en el análisis funcional del comportamiento problemático. *Siglo Cero*, 179, Vol. 29 (5), pp. 23-28.
- Hughes, J. y Hall, R. (1989). *Cognitive behavioral Psychology in the schools*. Londres: The Guilford Press.
- Kaplan, J. S. (1991). *Beyond behavior modification* (2ª Ed.). Austin. Pro-Ed.
- Kemp, D. y Carr, E. (1998). La reducción de problemas de conducta graves en el empleo en la comunidad usando una aproximación a una intervención multicomponencial y guiada por las hipótesis. *Siglo Cero*, 179, Vol. 29 (5), pp. 29-47.

- Labrador, F., Cruzado, J. y Muñoz, M. (1993). *Manual de técnicas de Modificación y Terapia de Conducta*. Madrid: Pirámide.
- Martos Pérez, J. (1984). *Los padres también educan. Guía práctica*. Madrid: Ed. APNA.
- Olivares, J.; y Méndez, F.X. (1998). *Técnicas de modificación de conducta*. De. Biblioteca Nueva: Madrid.
- Serrano, I. (1995). Modificación de conducta y discapacidad. En: M.A. Verdugo (Dir.). *Manual de Personas con Discapacidad. Perspectivas psicopedagógicas y rehabilitadoras*. Madrid: Ed. Siglo XXI.