

# Reforzando las mejoras del consultante, dentro y fuera de la sesión, en Terapia Conductual Interpersonal

Glenn M Callaghan  
*San Jose State University*

1

## Nuestros supuestos generales para Terapia Conductual Interpersonal

- La mayoría del comportamiento humano es una función de la interacción social con otras personas
  - El comportamiento humano proviene de nuestras interacciones, y continúa ahí también
- El sufrimiento humano es tanto interpersonal como intrapersonal
  - La mayoría del sufrimiento humano se origina, se mantiene por, y puede ser aliviado a través de las interacciones interpersonales y sociales
- La psicoterapia es una interacción interpersonal o social y puede utilizarse para aliviar el sufrimiento humano

2

## ■ Nuestros supuestos terapéuticos para la Terapia Conductual Interpersonal

- La evaluación funcional o Conductual es importante para comprender el comportamiento problemático y prosocial (más efectivo) del consultante
- Evaluar y tratar el sufrimiento humano incluye tanto al contexto social del consultante como otras variables
- Los consultores tienen acceso a los repertorios sociales, y pueden moldearlos, dentro de sesión y durante la consultoría
- Cuando se contempla reforzar un repertorio social, el consultor inicia con
  - La seguridad del consultante
  - Los valores del consultante
  - La comunidad reforzante a la que pertenece el consultante

3

## ■ Al iniciar la Terapia Conductual Interpersonal

- Asumimos que
  - Tienes un consultante y has sido entrenado como un consultor ético
  - Tienes conocimiento básico de los principios conductuales
  - Entiendes que el cambio del comportamiento clínico observado dentro de la sesión puede provenir del reforzamiento contingente
  - Haz conducido una evaluación funcional e identificando repertorios efectivos para modelar y ayudar a aliviar el sufrimiento del consultante
  - Y, estos repertorios son sociales y modificables a partir de las contingencias de refuerzo social

4

## La ética de la Terapia Conductual Interpersonal (y toda la psicoterapia)

- Iniciamos la psicoterapia con el consultante, sus valores, y entendimiento de su comunidad como parte fundamental de su contexto
- Buscamos trabajar para desarrollar repertorios que resulten más efectivos en la comunidad del consultante
- Nuestro propósito no es modificar el comportamiento del consultante en dirección a nuestros valores, sino ayudarles a desarrollarse en el contexto de sus valores
- Buscamos minimizar el daño y respetar los límites éticos que aseguren la seguridad del consultante

5

## Consideraciones sobre el reforzamiento social del comportamiento del consultante

- Queremos ayudar a los consultantes a desarrollar repertorios flexibles (a tener múltiples opciones de acción) y generativos (poder desarrollar nuevos comportamientos conforme sea posible) y ayudarlos a mantenerse sensibles a los consecuentes de su comportamiento
- El comportamiento del consultante es reforzado (y viceversa) en **dos contextos**
  - Dentro de sesión, con el consultor
  - Fuera de sesión, en su comunidad
- Definimos **comunidad social** como los miembros de la comunidad verbal y reforzante del consultante que a) le incitan, a actuar en dirección de, y refuerzan sus comportamientos, y b) a quienes el consultante instiga, actúa respecto a, y refuerza
  - p.ej., a hablante y escucha conductual

6

## El consultor como proveedor de reforzamiento social

- El **mecanismo de cambio** en la Terapia Conductual Interpersonal es la provisión de reforzamiento social diferencial contingente a las aproximaciones hacia repertorios efectivos que representen mejoría clínica del consultante
- ¡CLAVE! El comportamiento del consultor es, de hecho, un reforzador (funcional)
  - Evaluamos (observamos) el impacto que el reforzamiento del consultor tiene en el cambio Conductual del consultante
  - Intentamos (a groso modo) documentar el cambio conductual del comportamiento del consultante a lo largo del tiempo
  - Evitamos, y somos muy sensibles a, que las respuestas del consultor sean aversivas
    - p.ej., extinguir o castigar funcionalmente (a pesar de nuestras mejores intenciones)
- Reforzadores naturales y arbitrarios a nivel social
  - Queremos hacer uso de reforzadores que sean representativos del contexto del consultante, en vez de ser representativos de "charla de terapeuta"
    - ¡Esto puede ponerse desafiante!

7

## Un breve heurístico de IBT: Notar y Hacer

- Pedimos a los consultores Y consultantes involucrarse en dos repertorios principales: Notar y Hacer
- **Notar** la oportunidad de actuar
  - Observar el **contexto** del comportamiento y lo que deseamos que ocurra
- **Hacer** (algo – actuar)
  - Actuar en dirección a, o con los demás
- **Notar el impacto** de lo que hicimos
  - Observar (y describir) el **resultado** del comportamiento relacionado a nuestras metas
- **Intentarlo de nuevo** (lo mismo o distinto, conforme sea efectivo o necesite cambiar)
  - Considerando lo que observamos, intentarlo de nuevo hasta lograr nuestros objetivos

8

## Un pequeño heurístico para IBT y FAP

- Queremos reforzar la habilidad general de rastrear consecuentes (no el seguimiento de reglas)
  - La única "regla" que creamos es continuar rastreando los consecuentes (¡para seguir notando y haciendo!)
  - En vez de obedecer reglas prescriptivas –plys- sobre como "debería de funcionar" un comportamiento dado
- Le recordamos a los consultantes que nuestro objetivo es crear repertorios flexibles y generativos

9

## El consultor como proveedor de reforzamiento social

- Considerar la comunidad cultural del consultante
  - ¡Lo que funciona como reforzador para el consultor podría NO hacerlo así para el consultante!
- Determinar lo que es un reforzador social (y presentarlo) dependiendo de que lo sea en esa comunidad (Vandenberghe, 2008, Vandenberghe et al, 2009)
  - Lo que puede definirse como un reforzador está enraizado en la comunidad del consultante
  - Consideramos como reforzadores funcionales representativos de uso del consultor a aquellos que podrían observarse en la comunidad
    - Los valores del consultante podrían no ser los *nuestros* (blancos de intervención, etc.)
    - Los reforzadores del consultante podrían no ser *nuestros* reforzadores
  - \*Queremos definir los reforzadores sociales en referencia con la comunidad segura y cariñosa que mantiene relación social con el consultante
- Este no es un proceso perfecto (o que sea siempre sencillo) – a veces tendremos malentendidos

10

## El consultor como proveedor de reforzamiento social

- Nuestra meta principal es promover comportamientos efectivos del consultante *en su comunidad*, fuera del consultorio
- Queremos que el consultante tenga habilidades de discriminación, repertorios conductuales altruistas (prosociales) intactos, y sensibilidad a las consecuencias de su comportamiento (p.ej. evaluados por el FIAT 2)
- Estamos ayudando a los consultantes a aprender las diferencias entre la forma de responder y reforzar del consultor y la forma en que los demás lo hacen, así como a discriminar las similitudes funcionales de los resultados
  - Hay muchas formas (procesos) de lograr el mismo resultado (el consultor y la comunidad podrían reforzar de diferentes formas; p.ej., Follette & Darrow, 2012)
- Si proveemos de reforzadores sociales diferentes topográficamente, ayudamos a los consultantes a discriminarlos y desarrollar la habilidad de
  - Determinar si un consecuente (reforzador) a seguido a su comportamiento o si necesitan modificarlo
  - Notar la diferencia entre nuestro responder, el de los demás, Y sus impactos respectivos en su comportamiento
  - Mantener un comportamiento flexible a partir de esta discriminación

11

## Las obligaciones éticas del Terapeuta Conductual Interpersonal

- Los consultores IBT aceptan la jerarquía de poder inherente a la consultoría y en sus múltiples dominios (incluyendo roles sociales y variables sociopolíticas)
- Los consultores IBT se evalúan consistentemente para garantizar la seguridad de sus consultantes en múltiples dominios, particularmente aquellos que son sociales
  - Los dominios de seguridad garantizada *incluyen las interacciones con el consultor*
- Los consultores IBT reconocen que el contexto de la consultoría interpersonal puede generar oportunidades para una conexión social profunda Y
- Los consultores IBT reconocen que las relaciones socialmente conectadas, incluyendo a la relación de consultoría, pueden crear contingencias para otros tipos de intimidades donde el consultante puede ser explotado o lastimado
- Los consultores IBT evitan establecer relaciones íntimas, sexuales, u otro tipo de relaciones de explotación con sus consultantes – estas serían una violación ética y de la seguridad del consultante

12

## Los miembros de la comunidad como proveedores de reforzamiento social

- ¡Iniciamos con la seguridad!
  - ¿Existen variables del contexto o relativas a los miembros de la comunidad que sean potencialmente peligrosas o poco seguras para el consultante?
- Necesitamos evaluar los contextos específicos y las personas que
  - Tienen una mayor probabilidad de proveer de reforzamiento social al consultante
    - Particularmente para los comportamientos efectivos objetivo emergentes
  - Tienen mayor probabilidad de reforzar comportamientos problemáticos
  - Proveen de consecuencias para el comportamiento del consultante que son punitivas, peligrosas, o que son poco seguras

13

## Miembros de la comunidad reforzante y reforzamiento social: Evaluando Quién y Donde

- Evaluar: Con *quién* y *donde* recibe reforzamiento social el consultante
- Evaluar a la comunidad como persona, lugar, y tiempo donde hay mayor probabilidad de que el consultante reciba reforzamiento de su comportamiento objetivo (mejorías)
  - Estas son habilidades de discriminación de señales (antecedentes) tanto para el consultante como para el consultor
- Ayudamos a anticipar los mejores contextos para intentar los repertorios emergentes, y aquellas condiciones que señalan una menor probabilidad de reforzamiento
  - ¡Existe la posibilidad de que estos sean identificados de forma imprecisa!
- Esta evaluación es DINÁMICA – estas situaciones y las personas varían dependiendo del tiempo, situación y persona
  - NOTA: Aquellos que identificamos con una mayor probabilidad de reforzamiento podrían serlo de forma inconsistente
    - Lo que está bien, el reforzamiento intermitente se asocia a comportamientos más robustos

14

## Miembros de la comunidad reforzante y reforzamiento social: Evaluando el Qué

- Evaluar: ¿Qué es lo que el consultante desea que ocurra Y qué sucede cuando ocurre el reforzamiento social?
  - Queremos que el consultante aprenda a discriminar los resultados que busca y la variabilidad de topografías del reforzamiento social que ocurre
- En general, el consultante discrimina la situación, consideran lo que desean que suceda, y monitorean el resultado
  - ¡CLAVE! Queremos ayudar al consultante a ser sensible a los consecuentes que siguen a su comportamiento
  - Podemos ayudarles a discernir lo que le siguió y si es o no lo que esperaban
- Necesitamos ayudar al consultante a discriminar y rastrear consecuentes
- Podríamos necesitar evaluar lo que estaba controlando su comportamiento— pñance o tracking
  - ¿El consultante está generando comportamientos "por que el consultor lo dijo" o siguiendo alguna otra regla (pliance)?
  - ¿Está el consultante rastreando consecuentes que siguen su comportamiento y usando el conocimiento generado para modificar su comportamiento?

15

## Los miembros de la comunidad como proveedores de reforzamiento social

- ¡CLAVE! El reforzamiento de las mejoras del repertorio social por parte de los miembros de la comunidad es esencial para mantener y promover el cambio del consultante
  - El comportamiento de los miembros de la comunidad debe ser funcionalmente reforzante (intermitentemente, como mínimo)
  - Para determinarlo, los cambios en el comportamiento del consultante a lo largo del tiempo deben evaluarse y documentarse ideográficamente
  - Recuerde: Quiere ser sensible a las contingencias de punitivas y extintoras de la comunidad también
- Reconozca (con el consultante) la naturaleza dinámica del comportamiento de la comunidad, y que este cambiará a lo largo del tiempo (¡conforme el suyo cambia, también!)

16

## Los miembros de la comunidad como proveedores de reforzamiento social: ¡Dinámicas!

- Queremos que el consultante tenga las mismas habilidades descritas previamente
  - Una habilidad general de discriminación de persona, tiempo y lugar donde intentas nuevos comportamientos, Y sensibilidad a los consecuentes que les siguen
  - De forma que el consultante pueda continuar desarrollando repertorios sociales efectivos sin que el consultor esté presente (durante y después de la intervención)
- ¡CLAVE! La naturaleza de la evaluación de la respuesta de los miembros de la comunidad es dinámica
  - Las personas en la comunidad cambian (conforme cambia el consultante)
  - Aparecerán nuevas personas en la comunidad, y otras se irán
  - El comportamiento del consultante cambiará dependiendo de las personas con quienes interactúe (y así lo harán los miembros de la comunidad)
- ¡Recuerde! La meta es la flexibilidad y generatividad de los repertorios del consultante

17

## ¡La seguridad es primero, siempre!

- Ya que los repertorios interpersonales pueden contener vulnerabilidad (física y psicológica)
- Comience, y continúe discutiendo, y termine hablando de la seguridad, tal como lo haría en intervenciones enfocadas en problemas y poblaciones específicas
  - p.ej., entrenamientos en asertividad, violencia doméstica, sobrevivientes de alto riesgo sexual, etc.
- Reconocemos que el contexto de la conexión interpersonal con otras personas puede desarrollar oportunidades para profundizar la conexión social y que esto puede generar contingencias dañinas para el consultante
- Éticamente, ayudamos a anticipar situaciones y contactos con miembros de la comunidad que sean poco seguros para el consultante

18

## Prediciendo trampas y desafíos

- No todos los miembros de la comunidad apoyarán el desarrollo y el cambio del consultante
- El cambio de algunos consultantes puede oponerse de alguna forma a las metas, valores, creencias e intereses de los miembros de la comunidad
- Los consultores deben ayudar a anticipar respuestas aversivas y eventos extintores, y planear para generar otras oportunidades
- Los consultores deben ayudar a predecir situaciones donde el nuevo comportamiento sería seguro y efectivo, y tratar de maximizar los reforzadores y minimizar el riesgo y castigo (tanto como sea posible)
- Los consultores enfatizan la flexibilidad y generatividad
  - Intentar usar diferentes estrategias, de formas diferentes, en momentos diferentes y con miembros de la comunidad distintos, para ayudar a los consultantes a lograr sus metas

19

## Lluvia de ideas sobre la forma de evaluar los reforzadores de la comunidad

- Piense el comportamiento objetivo en IBT en términos de habilidades de contingencia
  - Antecedentes (discriminación de señales)
  - Repertorio conductual (ajuste de respuesta)
  - Sensibilidad a las consecuencias (rastreo de consecuentes)
- Note que la probabilidad de reforzamiento de los miembros de la comunidad variará de situación en situación Y con diferentes comportamientos del consultante
  - Considere los dominios A-E (del FIAT 2)

20

## Lluvia de ideas sobre la forma de evaluar los reforzadores de la comunidad

- Contemple desarrollar habilidades del FIAT 2
- Antecedentes (discriminación)
  - ¿Hay situaciones específicas donde una persona tiene mayor probabilidad de reforzar el comportamiento objetivo?
  - Pregunte por situaciones en las que el comportamiento objetivo tendría mayor probabilidad de llevar a la consecución de reforzamiento
  - Pregunte por personas específicas en comparación con otras que probablemente si reforzarían, o no reforzarían, este u otros comportamientos objetivo
- Comportamientos
  - ¿En que comportamientos se encuentra trabajando el consultante?
  - ¿Qué es lo que el consultante quiere ver suceder con otra persona?
- Consecuencias
  - ¿Cómo sabría el consultante si obtuvo lo que quería/buscaba? (¿Cómo se vería eso?)
    - Revisite la necesidad de rastrear y discriminar el impacto actual en vez de la topografía de la consecuencia
  - ¿Cómo haría el consultante saber a otras personas que han obtenido, o no, lo que necesitaban?
  - ¿Sería esto seguro con esta persona?

21

## Temas de reforzamiento social en IBT

- El consultor está reforzando comportamientos más efectivos dentro de la sesión
  - Si podemos, queremos que los reforzadores del consultor representen a los de la comunidad
  - Necesitamos evaluar para determinar si, y como, funcionan nuestros reforzadores (y su grado de impacto)
- Algunos miembros de la comunidad tendrán (con suerte) mayor probabilidad de reforzar comportamientos más efectivos del consultante
  - Necesitamos evaluar como y si la comunidad reforzante funciona como tal
- Ayudaremos al consultante a aprender a discriminar cuando y como intentar nuevos comportamientos, y luego discriminar y ser sensible a las consecuencias
- En fin, queremos generar repertorios con flexibilidad y generatividad donde el consultante se mantenga sensible a las consecuencias
- Observar, hacer, observar de nuevo, intentar otra vez
  - Discriminar, actuar, observar los consecuentes, ajustar el comportamiento o su contexto

22