



1
2ej
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

ESCUELA NACIONAL DE ESTUDIOS PROFESIONALES

IZTACALA

FORMACION DE REPERTORIOS BASICOS EN
PAREJAS JOVENES A TRAVES DE TECNOLOGIA
AUDIOVISUAL EN VIDEO: UNA ALTERNATIVA
COGNITIVO-CONDUCTUAL

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE

Licenciado en Psicología

P R E S E N T A N :

Erna Aguilar García

Aurea M. Fernández Rivera

Sandra M. Soto Rodríguez

LOS REYES IZTACALA,

1993.

TEJIS CON
FALLA DE CR:GEN



UNAM – Dirección General de Bibliotecas Tesis Digitales Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS © PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

I N D I C E

Página

RESUMEN

INTRODUCCION

CAPITULO 1:

Aproximaciones Teóricas 14

que explican las relaciones
de parejas.

A) Aproximación Psicoanalítica

B) Aproximación Interaccional o
Sistemática.

CAPITULO 2:

Aproximación Conductual 28

CAPITULO 3:

Tecnología Aplicada a la Educación 75

CAPITULO 4:

Video Formativo e Informativo en	115
Habilidades de Comunicación para	
Parejas Jóvenes	

CONCLUSIONES	158
---------------------	------------

BIBLIOGRAFIA	161
---------------------	------------

RESUMEN

El objetivo de este trabajo es la formación de repertorios básicos en parejas jóvenes a través de un video. En el primer capítulo se revisan algunas de las teorías que abordan el tema de las relaciones de pareja. El capítulo 2 describe la historia y características de la perspectiva cognitivo conductual y la forma en que este aborda la problemática de las parejas en nuestra sociedad; siendo esta teoría la que sustenta este trabajo. En el capítulo 3 se habla de las opciones que ofrece la tecnología en la educación y se justifica la utilización del video como un medio eficaz en la transmisión de conocimiento. Particularmente en este trabajo, se ofrece a las parejas las bases de una buena comunicación. El guión del video se presenta en el capítulo 4.

INTRODUCCION

La relación de pareja es uno de los temas que mayor interés ha generado en todas las épocas, ya que prácticamente todas las personas provienen de una relación de pareja y sostienen por lo menos una de ellas en su vida.

Sin embargo, el estado de la sociedad occidental actual ha provocado un desajuste en la estructura de la pareja tradicional, muestra de esto es la creciente tasa de divorcios; en los Estados Unidos, por ejemplo, las estadísticas indican que el 50% de los matrimonios terminan en divorcio. A todo esto también habría que añadir el número de parejas que permanecen unidas de modo insatisfactorio o incluso destructivo y aquellas otras que no legalizan nuevos cambios de situación.

Teniendo en cuenta que en la sociedad occidental las personas contraen matrimonio por amor, la crisis de la pareja resulta preocupante, ya que el divorcio es la fase final de una relación entre dos personas que; en la mayoría de los casos, comenzaron amándose y que han fracasado (Bueno 1985).

Esta crisis en la pareja, ha tenido como consecuencia que varias posturas teóricas hayan aportado explicaciones acordes al fundamento teórico del que parten para analizar el problema y proponer alternativas de solución, ya que, de acuerdo con Bouchard (1981), cada vez es mayor el número de parejas que solicitan la ayuda profesional del psicólogo.

Por ejemplo, algunas de estas posturas son: la perspectiva psicoanalítica en la que Freud resalta la importancia que tienen las relaciones familiares durante la niñez para la formación del carácter individual y la elección del objeto. El matrimonio representa una identificación con la vida de su padres, y por lo tanto, pueden perpetuar en su propio matrimonio lo que han observado de ellos; o bien, pueden hacer lo contrario de lo que hicieron sus padres. También podemos observar esta identificación en la elección inconsciente de la pareja, siendo esta elección de dos formas: 1) el hombre escoge a una mujer con características semejantes a las de su madre, y la mujer escoge a un hombre con características semejantes a las de su padre, ó 2) que tanto el hombre como la mujer seleccionen a su pareja con características contrarias a las de sus padres. De esta forma, el matrimonio puede hacerse depositario de conflictos pasados.

Los conflictos de pareja nacen de necesidades no satisfechas, estas necesidades se entienden como energía psíquica que constantemente empuja al sujeto a buscar satisfacción; por lo tanto el conflicto permanece entre necesidades y satisfacción. En una pareja sana, por lo regular se comunican sentimientos positivos y negativos; y una pareja enferma se inmovilizan exageradamente el odio o el amor (Sandoval 1985 citado en Barrios y Martínez, 1991).

Rosebaun (1970 citado en Barrios y Martínez, op. cit.) menciona que muchas parejas están tan inmaduras emocionalmente, que perciben los conflictos en una forma neurótica, y no pueden adaptarse a las necesidades que exige la vida matrimonial.

Las indicaciones de la terapia y las técnicas usadas difieren en cada pareja; aunque es alto el criterio de éxito. El psicoanálisis se ocupa principalmente de disminuir el sufrimiento neurótico individual a través de autoconocimiento.

Otro de los modelos teóricos que analizan a la pareja y sus conflictos es el interaccional o sistémico. Este modelo ofrece una nueva forma de estudiar los fenómenos (biológicos, psicológicos y sociales), a partir del concepto de sistema.

Un sistema es "... el todo unitario de una multiplicidad de variables interdependientes" (Yela 1974, citado en Bueno, op. cit.). Los sistemas sociales son abiertos al entorno con el cual mantienen intercambio de información, energía y materia.

Los conceptos básicos de esta teoría permiten entender a la pareja como un sistema cuya identidad es su límite. El sistema pareja está compuesto por dos subsistemas: hombre-mujer.

En las relaciones satisfactorias de pareja; se produce un intercambio de posiciones, roles, tipos de relación, etc., en función de los distintos momentos y necesidades de la misma. Por el contrario, en las relaciones que los mismos miembros califican como insatisfactorias, hay tendencias a la rigidez y a la restricción de los posibles cambios (Barrios y Martínez, op. cit.).

El objetivo del terapeuta sistémico es determinar el límite del sistema (pareja), con el que se va a trabajar por medio de la evaluación de su sistema normativo y de comunicación, los cuales serán corregidos para ser más congruentes con la relación de los miembros de la pareja (Anguiano 1990).

Otra de las perspectivas que han permitido vislumbrar más de cerca los problemas de la pareja es el enfoque cognitivo conductual. La aplicación de técnicas conductuales al tratamiento de los problemas de pareja es relativamente reciente. Dentro de este enfoque el amor describe un comportamiento complejo susceptible de ser practicado mediante conductas específicas de tipo cognitivo, emocional y motor.

Se dice que una pareja está enamorada cuando el intercambio de conductas que se establece entre ambos es reforzante o gratificante en algún nivel (Bueno op. cit.).

En términos generales, se sostiene que, en las relaciones de pareja, la conducta de cada uno de los miembros de la misma tiene efectos mutuamente controladores. Este control ocurre por la presencia o ausencia sistemática de conductas de ambos miembros de la pareja.

Se establece un proceso de influencia y control mutuo, recíproco y circular de conductas y consecuencias (Jacobson 1979, citado en Costa y Serrat 1987).

El modelo cognitivo conductual concibe al conflicto de pareja como un proceso de intercambios de conducta

inadecuados que se dan entre los componentes de la misma. El conflicto de la pareja está en función directa del bajo nivel de reforzadores positivos intercambiados entre las partes, sin implicación alguna acerca de como se desarrollan esas diferencias. Las parejas sin conflicto suelen registrar significativamente conductas de comunicación más positivas que los miembros de una pareja en conflicto. De igual manera, los problemas de la pareja tienen su origen, entre otras cosas, en la falta de habilidades en comunicación efectiva y resolución conjunta de problemas. Consecuentemente, la terapia cognitivo conductual propone el entrenamiento de dichas habilidades en cada uno de los miembros de la pareja, ya sea de forma individual o conjunta.

El primer paso de la terapia es explicarle a la pareja los conceptos básicos de la aproximación cognitivo conductual, con el fin de que comprendan que el comportamiento humano está en función de determinantes ambientales de todo tipo.

Un segundo e indispensable paso en la terapia de parejas es la evaluación. Esta consiste en identificar la problemática específica con el fin de implementar su adecuado tratamiento, cuyo objetivo central es lograr que la pareja se involucre activamente en la resolución de sus problemas y

adquiera una concepción operativa del amor. Una vez identificadas y planeadas las expectativas de los miembros de la pareja se procede al entrenamiento en habilidades básicas que les permitan solucionar sus diferencias. Durante el entrenamiento de dichas habilidades puede hacerse uso de cualesquiera de las técnicas de la terapia conductual; en especial del modelamiento.

Cabe resaltar que el papel del terapeuta cognitivo conductual de parejas no se centra en la resolución de problemas específicos, sino en el proceso por el que las parejas adquieren una serie de habilidades para llegar a solucionarlos, y en la modificación del comportamiento cognitivo inadecuado; ya que éste es el responsable de las valoraciones erróneas y expectativas inadecuadas que cada uno de los componentes de la pareja pueda tener respecto a sus comportamientos (generadores de conflicto) (Costa y Serrat op. cit.).

Dentro de esta perspectiva es importante destacar la influencia que las determinantes (ambientales, socioculturales y cognitivas) tienen en la relación de pareja.

Los efectos de los estímulos proporcionados por cada uno de los miembros de la pareja y por lo tanto sus valores gratificantes y aversivos, dependerán de las valoraciones cognitivas respectivas de cada uno de sus miembros y del contexto ambiental en el que se encuentran; así como también del contexto sociocultural (medio de contacto normativo).

Por lo tanto, estas tres determinantes influyen de manera decisiva, ya sea para el desarrollo o deterioro de las relaciones de pareja (Costa y Serrat op cit.).

La implementación de repertorios conductuales básicos en parejas se ha llevado a cabo por diferentes medios; en la actualidad, la tecnología relativa al proceso de enseñanza-aprendizaje, ofrece una amplia gama de posibilidades que permiten la transmisión del conocimiento.

La tecnología aplicada a la educación tiene, entre otras opciones al audiovisual, específicamente al video, ya no sólo como un auxiliar sino como un instrumento que reúne todos los medios de enseñanza; entendiendo a éste como la "... transmisión mecanizada, eléctrica o electrónica de imágenes y/c sonidos" (Decaigny 1980).

Sin embargo, la función del video no se encuentra en su organización tecnológica sino en su profunda vinculación con la sociedad contemporánea (Mallas 1979).

El video, a diferencia de otros medios usados para la formación de parejas, es más práctico y atractivo; ya que puede ser visto de manera individual o grupal en diferentes horas y lugares. Además de que resulta más llamativo presenciar un video que asistir a un taller o leer un manual. Es por ello que el objetivo del presente trabajo fue: Elaborar un video informativo y formativo en habilidades básicas de comunicación dirigido a parejas jóvenes, como una medida preventiva en el desarrollo de su relación.

CAPITULO 1
APROXIMACIONES TEORICAS QUE EXPLICAN
LAS RELACIONES DE PAREJA

El presente capítulo tiene como objetivo revisar algunas de las teorías que han abordado el tema de las relaciones de pareja, entre las que destacan la psicoanalítica y la interaccional y sistémica.

A) Aproximación Psicoanalítica

Dentro de esta perspectiva se han desarrollado diferentes corrientes que han analizado el tema de la pareja humana. Algunas de estas son: la propuesta por Melanie Klein, quien define conceptos como complejo de Edipo, sadismo, súper ego y relaciones de objeto, para explicar la forma en que el sujeto elige a la pareja (Segal, 1985); Spitz y Erickson de la escuela de Nueva York se refieren a los problemas de la infancia y sus implicaciones en los conflictos de pareja (Spanjard, 1968); por otro lado la escuela Lacaniana pretende reformular a Freud desde su lingüística y define ampliamente el concepto de amor y las relaciones de pareja (Grotjahn, 1988).

Dentro de esta perspectiva se retomarán los conceptos propuestos por Freud y Lacan con respecto a las relaciones de pareja.

Freud resaltaba la importancia que tienen las relaciones familiares durante la niñez para la formación del carácter individual. Es durante la infancia cuando el sujeto atraviesa por el complejo de Edipo y la forma como lo haga determinará sus relaciones posteriores (Bleichmar, 1987). El complejo de Edipo está formado por tres conceptos fundamentales: narcisismo, castración y elección de objeto.

Para el psicoanálisis, narcisismo alude al amor a la imagen de sí mismo, tomado del conocido mito de Narciso. El narcisismo corresponde con el primer tiempo descrito en el Edipo, en el que se produce la relación idílica madre-hijo. En esta relación todo es pleno, total y absoluto. El destino del sujeto dependerá de la posibilidad de separarse de la madre. Esta separación provoca lo que podría llamarse "la socialización del deseo" (Massola, 1982), ya que, en este corte está la posibilidad misma de poder o no desear objetos (personas para amar), fuera de la madre como objeto primordial; es decir, trascender el objeto incestuoso para poder ocupar otros objetos más allá de la madre.

La elección del objeto amoroso posterior cuya vivencia subjetiva se estudia como atracción, estará marcada por las huellas dejadas en el psiquismo durante esta relación. Huellas que tenderán a repetirse por gratificadoras, y cuya reproducción más exacta es la relación de amor.

El mantenimiento de la relación de la pareja estará determinado por las buenas defensas que se establezcan para que en la relación de amor (reproducción de la relación narcisista), las tensiones no consigan llevar al conflicto o ruptura de la relación. Sin la idealización del amor difícilmente podría la convivencia de dos seres suficientemente limitados en su personalidad (Bueno, 1985); ya que amar es sólo pretender ser amado, porque el gran problema del amor, es que lo que a uno le falta, no es lo que el otro tiene, es por esto que la exclusividad y la perdurabilidad en el amor no existen (Grajahn, op. cit.).

Lacan (1970 citado en Bueno, op. cit.) describe la castración como el segundo tiempo del complejo de Edipo.

Cuando se habla de castración, escribe Freud (1973), se trata del peligro imaginario de la pérdida del pene y de ningún otro tipo de pérdida.

Antes, cuando se hacía referencia al complejo de castración se hablaba exclusivamente de uno de los dos aspectos que lo constituyen; la castración no sólo indica la amenaza en el hombre y la envidia del pene en la mujer, sino que además marca el momento en que el sujeto queda separado de su ligazón "incestuosa" con la madre.

Esta separación se produce por el "corte" que realiza la función paterna en la citada relación (célula narcisista) (Bueno, op. cit.).

Es el padre en cuanto función de prohibición (ley) en la relación del hijo con la madre (esto es común a ambos sexos), quien realiza un doble movimiento que posibilita al niño; por un lado, a abandonar a la madre como objeto amoroso, y por otro, crea las condiciones para el pasaje a la sexualidad con el resto de los sujetos.

La aceptación de la posibilidad de castración y el descubrimiento de la diferencia de los sexos, pone fin a las dos posibilidades de satisfacción del complejo de Edipo.

Según Bleichmar (op. cit.) si la madre ha sido el objeto de amor primordial de ambos sexos (objeto debe entenderse en

el sentido psicoanalítico; es decir, que una persona es calificada de objeto en la medida en que hacia ella apuntan las pulsiones), el varón podrá conservar a la mujer como objeto genital, mientras que la niña deberá pasar del placer localizado en el clitoris al placer localizado en la vagina, además de que deberá pasar de la madre como objeto amoroso, al padre y luego al resto de los hombres como objeto de amor.

En la relación de pareja interesaría la relación de objeto propiciada por la identificación con el padre, como consecuencia del temor a la castración y como posibilidad de socialización del deseo.

La elección del objeto preedípica, precastrativa o la postedípica, marcaría específicas determinaciones sobre la elección y estabilidad futura de la pareja (Bueno, op. cit.).

Dentro de este enfoque, se señala que hay una elección inconsciente de la pareja, que puede ser de dos formas: 1) el hombre escoge a una mujer con características semejantes a las de su madre, y la mujer escoge a un hombre con características semejantes a las de su padre; ó que tanto el

hombre como la mujer seleccionan a su pareja con características contrarias a las de sus padres (Fabr , 1985 citado en Anguiano, 1990).

Los conflictos de pareja nacen de necesidades no satisfechas, estas necesidades se entienden como energía psíquica que constantemente empuja al sujeto a buscar satisfacción, por lo tanto el conflicto permanece entre necesidades y satisfacción. En una pareja sana, por lo regular se comunican sentimientos positivos y negativos, y en una pareja enferma se inmovilizan exageradamente el odio y/o el amor (Sandoval, 1985, citado en Barrios y Martínez, 1991).

Rosembaun (1970 citado en Barrios y Martínez, op cit.) menciona que muchas parejas están tan inmaduras emocionalmente que perciben los conflictos en una forma neur tica y no pueden adaptarse de manera adecuada a las necesidades que exige la vida matrimonial.

Para ambos cónyuges, el matrimonio representa una identificación con la vida de sus padres, y por lo tanto pueden perpetuar en su propio matrimonio lo que han observado de ellos, o bien, pueden hacer lo contrario a lo que hicieron sus padres. Cuanto mayores sean los conflictos no resueltos

(pasados y presentes), que uno o ambos cónyuges aporten a la unión, mayor será la posibilidad de posteriores repercusiones en el matrimonio.

Desde el psicoanálisis, cualquier sujeto presenta conflictos y patologías que sólo en la relación analítica pueden ser resueltos.

En los conflictos de pareja el psicoanálisis se ocupa principalmente de disminuir el sufrimiento neurótico individual a través del autoconocimiento (Anguiano, op. cit.).

"... la efectividad de la terapia de parejas es completamente difícil especialmente desde que hay un desacuerdo considerable en los criterios para el éxito marital, que es el objetivo de la terapia, las indicaciones y contraindicaciones de la terapia y técnicas usadas difieren en cada pareja, aunque es alto el criterio de éxito. El terapeuta y la pareja deben llegar a un consenso sobre fines y expectativas, ya que, ni los terapeutas son para un tipo de pareja, ni cada pareja es para cierto tipo de terapeuta. Existe una modalidad de empleo de terapia pero cada una da

como resultado cosas diferentes, desde una eficaz solución hasta seguir con su conflicto" (Barrios y Martínez op. cit. p. 36).

B) Aproximación Interaccional o Sistémica.

Este modelo se deriva de la Teoría General de Sistemas (T.G.S.) y específicamente de la Teoría de la Comunicación.

La T.G.S. se inició entre 1939 y 1959 en varios campos de la ciencia y se unificó en 1954 tras la creación de Sistemas Generales, dirigida por Von Bertalanffy, Boilding y Gerard.

Ackoff (1960, citado en Lilienfeld, 1981) sitúa a esta teoría en un contexto histórico consecuente con la tendencia de la ciencia contemporánea a no aislar los fenómenos en contextos estrechamente definidos, sino a abrir interacciones y examinar sectores cada vez más amplios de la naturaleza.

La T.G.S. ofrece una nueva forma de estudiar los fenómenos (biológicos, psicológicos y sociales), a partir del concepto de "sistema".

Un sistema es "el todo unitario de una multiplicidad de variables interdependientes" (Yela, 1974, citado en Bueno, op. cit.). Los sistemas sociales son abiertos al entorno, con el cual mantienen intercambios de información, energía y materia.

Algunos de los conceptos básicos de esta teoría permiten entender a la pareja como un sistema.

a) Totalidad.- un sistema es una organización independiente en el que la conducta de cada parte afecta y es afectada por la de todas las otras. El sistema es una totalidad y sus componentes sólo pueden comprenderse en función del sistema total.

b) Retroalimentación.- se denomina también homeostásis y se refiere a que el sistema se encuentra en equilibrio siempre que cada una de sus partes lo esté. En la homeostásis la información proveniente del exterior se incorpora al sistema en forma de retroalimentación en donde se autorregula.

c) Equifinalidad.- un sistema abierto puede alcanzar un estado independiente del tiempo y también de sus condiciones

iniciales y estar determinado sólo por sus parámetros. Un sistema es un conjunto complejo de transformaciones cuya finalidad es la participación de todos sus miembros en la satisfacción de sus necesidades personales (González, 1986).

El modelo interaccional o sistémico parte de la conceptualización de la pareja como un sistema.

Este enfoque señala, que la identidad de un sistema es su límite. Este límite determina una zona que posee tanto un medio externo como unos subsistemas propios que lo identifican en espacio y tiempo (bueno, op. cit.).

Se conceptualiza entonces a la pareja como un sistema compuesto por dos subsistemas: hombre-mujer. Dicks (1970, citado en Anguiano op. cit.) señala que la interacción de la pareja consiste en una acción de mutua influencia y que el medio por el cual se da la interacción es la comunicación, que se manifiesta por medio de mensajes verbales y no verbales. Cuando una persona emite un mensaje que provoca una reacción en el destinatario, reacción que se transforma, a su vez, en un mensaje que influye sobre el primero, y así sucesivamente, cada mensaje es, a la vez, estímulo, respuesta y refuerzo.

La pareja es el mejor de los grupos, y también el número mínimo de personas que se requieren para comprender la conducta de una persona, ya que, el esquema más simple para comprender la conducta de una personas debe incluir al menos, dos personas y una situación común (Laing, 1965, citado en Bueno op. cit.)

Dentro de esta teoría se han desarrollado dos grandes grupos en el tipo de interacción que tienen los miembros de la pareja:

a) Simétrica: en esta se acentúa la igualdad entre los participantes. Es una relación que tiende a ser competitiva ya que se intercambia al mismo tiempo la conducta entre ambos individuos.

b) Complementaria: en este tipo de interacción se intercambian diferentes tipos de conducta que se complementan y tienden a favorecerse mutuamente.

"En las relaciones satisfactorias de pareja, se produce un intercambio de posiciones, roles, tipos de relación, etc, en función de los distintos momentos y necesidades de la misma. Por el contrario, en las relaciones que los mismos

miembros califican como insatisfactorias, hay tendencias a la rigidez y a la restricción de los posibles y temidos cambios" (Barrios y Martínez, op. cit., p. 46)

El modelo interaccional destaca la importancia de las normas y reglas que regulan la relación de pareja.

Las normas son el conjunto de acuerdos explícitos de la pareja, se establecen abiertamente y tienden a ser estables a través del tiempo.

Las reglas son el conjunto de acuerdos implícitos que se producen dentro del sistema pareja: las reglas surgen, se establecen y se modifican a través de la interacción. Estas reglas tienen a su cargo la regulación de aspectos de la vida cotidiana de la diada.

El sistema pareja, es la unidad individual que exige por sí misma el estudio no diferenciado de sus elementos componentes.

El objetivo del terapeuta sistémico es determinar el límite del sistema con el que se va a trabajar y el medio más importantes para esto, es la evaluación de su sistema

normativo y de comunicación. Se pone énfasis en el estudio de la definición de la relación y de las pautas de interacción, a través del estudio de las reglas que regulan la comunicación e interacción entre los miembros. La corrección de los modelos de comunicación disfuncional y la dilucidación del significado de la misma es una de las partes más importantes de la labor terapéutica sistémica (Bueno, op. cit.).

"Lo importante aquí no es el contenido de la comunicación en sí, sino exactamente el contenido racional, conativo, de la comunicación humana" (Watzlawich y Cols, 1971, p. 46)

El terapeuta sistémico considera que, la forma como se comporta el sistema, está influenciado por su propio modo de tratarla y por tanto, se incluye él mismo en la unidad diagnóstica (Bueno, op. cit.).

Argyte (1978, citado en Bueno, op. cit.) señala la importancia de que la comunicación verbal y no verbal sean congruentes y que cada integrante de la diada se comunique claramente, y que además posea estrategias para negociar cualquier asunto.

En la relación de pareja, es un factor importante el sentimiento de estimación que cada uno tienen de sí mismo, junto con la forma en que lo expresa y las exigencias que le hace al otro (Satir, 1980).

De acuerdo con Barrios y Martínez (op. cit.) el modelo sistémico es el que se ha aproximado más al fenómeno transaccional que se produce en la realidad de las parejas. Sin embargo, cabe señalar que las aportaciones de este enfoque se han aplicado más a los sistemas familiares que a las parejas en sí.

CAPITULO 2

APROXIMACION CONDUCTUAL

La aparición de la modificación de conducta refleja la transición del trabajo experimental relacionado con el aprendizaje a las aplicaciones clínicas de los hallazgos de laboratorio.

El paso de la investigación de laboratorio a las aplicaciones clínicas fue gradual, aunque los conceptos y hallazgos experimentales se habían intentado aplicar a este ámbito ya desde los primeros trabajos sobre condicionamiento. Los avances en la investigación básica sobre el condicionamiento aportaron una perspectiva distinta de la conducta anormal, el cambio de personalidad y el proceso terapéutico. El uso que actualmente se hace de las técnicas de modificación de conducta en la terapia conductual comenzó con unas cuantas aplicaciones aisladas y después se fue generalizando (Kazdin, 1983).

El desarrollo de la terapia conductual en los últimos años es evidente ya que existen una serie de áreas de aplicación que eran ignoradas, como por ejemplo los problemas

de pareja. Sin embargo, antes de analizar los postulados y prácticas de la terapia conductual, es importante hablar del desarrollo de la modificación de conducta (Leitenberg 1982).

La modificación de conducta y su aplicación siguió, en un principio tres corrientes distintas: la Corriente Sudafricana de Wolpe, la Escuela Inglesa de Eysenck, Shapiro y Yates y la Escuela Skinneriana Americana.

Corriente Sudafricana

El desarrollo de la modificación de conducta en Sudáfrica procede fundamentalmente del trabajo llevado a cabo en Johannesburgo por Joseph Wolpe durante los años 40 y 50.

Wolpe se había formado dentro de la terapia psicodinámica tradicional, pero insatisfecho con los resultados del tratamiento con orientación psicoanalítica, intento encontrar otras formas de tratamiento de los problemas emocionales.

Después de sus investigaciones con gatos formuló el principio de la inhibición recíproca que puede resumirse así: "Si puede hacerse que ocurra una respuesta antagónica a la ansiedad en presencia de estímulos ansiógenos, de forma

que se consiga una supresión parcial se habrá conseguido debilitar el vínculo entre esos estímulos y las respuestas de ansiedad" (Wolpe, 1984).

Wolpe también introdujo la desensibilización sistemática como un método para poder inhibir la ansiedad. Para crear dicha técnica reformuló el procedimiento empleado por Jacobson (fisiólogo de la Universidad de Chicago). Jacobson afirmaba que la relajación podría reducir la tensión producida por diversas causas. El había logrado muy buenos resultados utilizando la relajación en el tratamiento de un gran número de trastornos. El tratamiento consistía en un entrenamiento intensivo y prolongado en relajación muscular. No obstante, el método de Jacobson exigía entre 100 y 200 sesiones de entrenamiento. Wolpe adoptó el procedimiento de forma que podía aplicarse en pocas sesiones y usando la imaginación.

El trabajo de Wolpe es importante por las siguientes razones:

- Su aportación fundamental fue la de desarrollar técnicas terapéuticas específicas basadas en el principio de la inhibición recíproca.

- Wolpe conceptualizó la formación y el tratamiento de las neurosis basándose en la teoría del aprendizaje y partiendo fundamentalmente de las teorías y de la investigación de Pavlov, Hull Mowrer, Miller, Masserman y otros.

- Complementó los conceptos del aprendizaje con hipótesis sobre los sustratos neurofisiológicos de la conducta.

- Wolpe se basó en el tratamiento de las neurosis experimentales que aplicaba a sus animales para crear técnicas terapéuticas aplicables a pacientes clínicos humanos y,

- Fomentó la investigación en Sudáfrica.

Otros investigadores que desempeñaron un papel importante en el desarrollo de la modificación y terapia de conducta en Sudáfrica fueron James G. Taylor y Leo J. Reyna, que influyeron sobre la orientación y la investigación de Wolpe, y Stanley J. Rachman y Arnold A. Lazarus, que trabajaron directamente con Wolpe después del desarrollo de la técnica de desensibilización sistemática (Barrios y Martínez, op. cit.).

Escuela Inglesa

El desarrollo de la modificación de conducta en Inglaterra comenzó de forma independiente al trabajo de Wolpe en Sudáfrica. Los iniciadores con mayor influencia han sido Hans J. Eysenck y, más indirectamente, N. B. Shapiro, ambos pertenecientes al hospital Maudsley. La Escuela Inglesa de Terapia Conductual se apegó al paradigma de condicionamiento clásico de Pavlov.

La idea de Eysenck era que el psicólogo debía ser fundamentalmente un investigador y que debía aplicar los hallazgos de la psicología general en la práctica clínica. Esta postura estaba motivada tanto por su formación científica y experimental como por su insatisfacción con las prácticas psiquiátricas tradicionales.

Eysenck también se interesó por la psicología del aprendizaje, una gran parte de su investigación se centró en una interpretación dimensional de la personalidad, y se basó en la teoría del aprendizaje especialmente en la de Hull y la de Spence. Eysenck utilizó las ideas de Hull para explicar las causas de la ansiedad (Kazdin, op. cit.).

Eysenck fue el teórico más importante de esta escuela; para él, la neurosis es una conducta inadaptativa cuya adquisición se explica en términos de condicionamiento clásico. Esta conducta puede ser inadaptativa por dos razones principales: ya sea a causa de la ansiedad vinculada directamente con una situación (fobia, impotencia, obsesión compulsiva, etc.), o a causa de la ansiedad resultante del juicio que la sociedad promulga sobre tal conducta (desviaciones sexuales, etc.). La terapia consiste fundamentalmente en romper o crear vínculos condicionales usando los principios del aprendizaje de la psicología experimental (Barrios y Martínez, op. cit.).

Uno de los defensores más destacados de las ideas de Eysenck fue M. B. Shapiro. Él pensaba que la tarea del psicólogo debía de ser la de enfocar el problema del paciente desde una perspectiva científica. Partiendo del conocimiento proporcionado por la psicología general, el psicólogo debía formular hipótesis sobre la posible ideología de la conducta y sobre tratamiento. Según Shapiro, el papel del psicólogo era determinar si la psicología general y experimental tienen algo que aportar en la explicación de los trastornos del paciente, y si esta explicación ofrece directrices para la investigación, tratamiento y disposición del paciente.

Shapiro fomentó el uso del condicionamiento y trabajó en la aplicación de técnicas conductuales en diversos problemas clínicos junto con Jones, Meyer y Yates (Kazdin, op. cit.).

La Escuela Inglesa, contrariamente a la Escuela de Wolpe, se desarrolló a partir del estudio experimental de casos individuales y colectivos que permitieron a la elaboración de un modelo teórico.

Escuela Norteamericana

La aparición de la modificación de conducta en los Estados Unidos no puede delimitarse tan fácilmente como en Sudáfrica y en Inglaterra. Antes de que la modificación de conducta se convirtiera en un campo de estudio específico en los Estados Unidos, ya se había utilizado y estudiado algunas técnicas conductuales, como por ejemplo, los trabajos de Watson, Raynet, M. C. Jones, los Mowrer, Burnham y otros. Las primeras aplicaciones de los principios del aprendizaje a los problemas clínicos, no se consideraban como un enfoque unitario ni del movimiento llamado "Modificación de Conducta".

Muchas de estas aplicaciones no eran diferentes de las técnicas que utiliza la terapia conductual actualmente, aunque se tiende a considerarlas como el estado inicial de la modificación de conducta actual.

El aumento de las aplicaciones del condicionamiento clásico de otros conceptos del aprendizaje se debió a los progresos conseguidos dentro de la teoría y la investigación del propio campo de aprendizaje. Las primeras aplicaciones sistemáticas del condicionamiento a la reflexología fueron extrapolaciones conceptuales que Pavlov y Bechterev hicieron para explicar diferentes desórdenes.

Bechterev utilizó el condicionamiento para tratar la sordera histérica y la perversión sexual, Kantorovich lo empleó en el tratamiento de alcohólicos y Rubenstein lo utilizó para eliminar la adicción a la morfina.

El condicionamiento clásico se utilizó también con otros propósitos clínicos distintos de los relacionados con el tratamiento. La adquisición y tratamiento de respuestas condicionadas se utilizó para diagnosticar desórdenes y proporcionar correlatos de distintos problemas, tales como

lesiones cerebrales, psicosis, retraso mental, sordera, alcoholismo y dolor físico y psicogénico.

Además, el condicionamiento se utilizó para evaluar diferentes tipos de intervención clínica, como la psicoterapia, el electroshock y distintas drogas (Kazdin, op. cit.)

Las aplicaciones del condicionamiento al campo terapéutico de los Estados Unidos siguieron líneas independientes. Las aplicaciones clínicas más importantes se deben a Knight Dunlap, que ideó una técnica terapéutica llamada práctica negativa, la cual consiste en la realización voluntaria de una conducta que la persona desea eliminar; Walter L. Voegtlin y Frederick Lemere, desarrollaron una terapia aversiva para tratar alcohólicos la cual consistía, en la asociación de la náusea con el alcohol según los principios de condicionamiento clásico, y Andrew Salter que creó la terapia del reflejo condicionado para tratar diversos desórdenes (Kazdin, op. cit.)

Skinner también fue muy explícito sobre el tema de la generalidad de los principios operantes y su relevancia con respecto a la conducta humana compleja.

Se debe a Skinner y sus colaboradores (Lindsley, Salomón citados en Ladoucer, 1981) el término "Terapia Conductual" y el grupo que en América se refiere a los trabajos de Skinner habla más bien de "Modificación de Conducta". Así, para este grupo, toda conducta humana es aprendida por un mismo mecanismo: el condicionamiento operante.

Para Skinner cualquier conducta está controlada por sus consecuencias en el ambiente. Los cambios o la ausencia de cambios en el ambiente que siguen inmediatamente a una conducta hacen que esta aumente en frecuencia, disminuya o permanezca estable. Para comprender una conducta hay que hacer un análisis funcional de los vínculos entre ésta y el ambiente en el que es emitida. Tiene importancia precisar los estímulos que la preceden, la conducta en sí misma y las consecuencias o modificaciones del ambiente que le suceden inmediatamente. Cuando se quiere modificar una conducta, inadaptable o adaptable, el procedimiento es idéntico: análisis funcional, definición de la modificación deseada (siempre en términos conductuales y precisos; es decir, descriptivos, objetivos y claros), reestructuración del ambiente en términos de modificación de consecuencias de la conducta a crear o eliminar y evaluación continua de los

resultados de la modificación aportada a la conducta (Barrios y Martínez, op. cit.).

Las investigaciones sobre condicionamiento y su aplicación al campo terapéutico en Norteamérica siguieron líneas diferentes, así mientras Skinner y Linsley investigaron los métodos operantes con pacientes psicóticos, Sidney W. Bijou estudiaba el condicionamiento operante en niños y los procesos conductuales básicos que ya habían sido objeto de estudio en la investigación animal como la adquisición, extinción, la discriminación y la diferenciación. La investigación tuvo varias vertientes como el estudio de niños normales y retrasados y la influencia de distintos programas de reforzamiento sobre la conducta.

El trabajo de Bijou es importante porque aplicó el condicionamiento operante a los niños y por que desarrolló y probó un método experimental que permitiera la manipulación de una serie de contingencias.

Las primeras aplicaciones del condicionamiento operante a pacientes psicóticos y a niños normales y retrasados estuvieron motivados por la búsqueda de una metodología para estudiar la conducta humana. Se utilizaron respuestas

operantes libres; los estímulos discriminativos y las consecuencias de las respuestas se presentaron automáticamente, la conducta también se registraba automáticamente. El método operante, que había demostrado ser eficaz en el estudio de la conducta animal en el laboratorio, demostró ser igualmente útil en el estudio de la actividad humana. Y a su vez la investigación de laboratorio había predicho que las consecuencias de la respuesta podrían efectuar fácilmente al comportamiento humano. Este hallazgo tuvo implicaciones obvias para el tratamiento que se empezaría a poner en práctica poco después (Kazdin, op. cit.).

De hecho actualmente, la terapia conductual evoluciona como sigue: laboratorio y principios teóricos, aplicaciones clínicas, elaboración de nuevas técnicas vuelta a poner en cuestión los principios teóricos, retorno al laboratorio y a la reflexión sin precedente del desarrollo teórico y técnico de esta aproximación.

Uno de los primeros postulados explícitos de la orientación conductual es el de suponer que la conducta esta sometida a leyes. Esto ciertamente no difiere de las teorías de Freud, que ha insistido reiterativamente en el

determinismo de las conductas humanas. La diferencia reside en el método de análisis. Los terapeutas con orientación conductual insisten en la necesidad de un análisis funcional de la conducta; es decir, de un estudio en términos de relaciones causa efecto en las que las causas son incluso observables.

Según Skinner (Citado en Ladoucer y Cols., op. cit.), tal análisis es posible sin que sea necesario recurrir a los mecanismos que ocurren en el interior del organismo.

Contrariamente a Watson (Citado en Ladoucer, y Cols., op. cit.) que fundaba su teoría en una negación ontológica de los eventos privados, tales como el pensamiento, la imagen mental o la ansiedad, Skinner propone simplemente una negación metodológica.

El punto de vista de Skinner sobre los eventos privados, ha sido, sin embargo, frecuentemente mal interpretado:

"No se debe negar ninguna entidad o proceso que tenga alguna fuerza explicativa útil con base en que es subjetiva. Los datos que le han hecho importante se deben, sin embargo, estudiar y formular de manera efectiva. La tarea se enmarca

también dentro de los objetivos de un análisis experimental de la conducta" (Skinner, 1963, p. 958 citado en Mahoney 1983).

De acuerdo con lo anterior estos fenómenos existen, pero sólo su manifestación externa es accesible al análisis. Así, Skinner afirma que no es preciso rechazar procesos o entidades de carácter explicativo. Sin embargo, los datos en los que se fundan estos procesos deben ser estudiados y formulados de manera productiva.

También afirma que es particularmente importante para una ciencia de la conducta abordar la cuestión de la interioridad. Para ser adecuada una ciencia de la conducta deben explicar los acontecimientos no observables y considerarlos como parte integrante de la misma conducta. Está claro que el análisis de tales entidades cognitivas debe llevarse a cabo según una aproximación objetiva.

Sin embargo, la evitación de los fenómenos "mentalistas", dentro del marco de la modificación de conducta es muy frecuente en algunos conductistas. Frases tan comunes como "tengo en mente" y "se me fue de la mente" fueron traducidos como "se presenta en mi repertorio de conductas posibles" y

"salíó de mi repertorio conductual". Las deformaciones semánticas extremas usadas algunas veces para evitar términos encubiertos o mentales, sugieren, sin embargo una "psicofobia" un tanto severa (Mahoney op. cit.).

Por otro lado Kranfer (Citado en Laudoucer y Cols., op. cit.), dice que incluso si la conducta del hombre está determinada por mediaciones internas como el pensamiento, la ansiedad o el conocimiento profundo, estos eventos están manipulados por los estímulos externos que; en definitiva determinan nuestra conducta. En consecuencia, la conducta normal y la patológica deben explicarse y controlarse exclusivamente por la manipulación del ambiente.

Esta posición epistemológica no ha sido aceptada íntegramente por todos los psicólogos con orientación conductual contemporáneos. Algunos autores (Bandura, 1969, Lazarus, 1971, Mahoney, 1974, Mischel, 1973; citados en Laudoucer y Cols., op. cit.) se caracterizan por una orientación cognitivo-conductual cuyo desarrollo es reciente.

En 1969 aparece el libro clásico de Bandura, Principios de Modificación de la Conducta, el cual resume la literatura rápidamente creciente dirigida hacia la mediación

cognoscitiva de la conducta, cuyo principio fundamental es que un individuo responde no sólo a determinado ambiente real, sino a un ambiente percibido. Desde entonces, la investigación en esta área ha tenido un crecimiento vertiginoso. Los dos últimos años han sido testigos del incremento en el número de artículos que describen intentos progresivamente más ambiciosos por identificar y controlar conductas mediadoras significativas.

De esta manera, el argumento no cognoscitivo a diferencia de la modificación de la conducta, ha perdido su credibilidad. Los investigadores de la conducta han examinado empíricamente una amplia gama de eventos privados significativos. Más aún, se está creando rápidamente una tecnología para la modificación de las conductas cognoscitivas.

El surgimiento de esta tendencia cognoscitiva ha cuestionado, sin embargo, si el término conductista puede aplicarse apropiadamente al paradigma actual.

Los representantes de la aproximación cognitivo conductual están en conformidad con la definición metodológica propuesta anteriormente, y proponen establecer

un modelo explicativo, basado en un método científico independientemente de que el modelo sea mediacional (Mahoney, op. cit.).

a) Aproximación Cognitivo-Conductual.

Al enfoque cognitivo conductual también se la ha dado el nombre de interaccionismo. El término interaccionista se refiere a la posición intermedia que presenta una crítica ante el situacionismo reconociendo las dificultades de la posición personalista (el término personalismo se refiere a la psicología de los rasgos y de las disposiciones intrapsíquicas).

Por otro lado a diferencia del enfoque conductual toma en cuenta los eventos privados. A este respecto Mahoney (op. cit.), sugiere, que la perspectiva cognitivo-conductual presenta amplias posibilidades clínicas ya que los procesos cognitivos son factores permanentes que también influyen en la actualidad del sujeto.

Edler y Magnusson (citado en Ladoucer y Cois., op. cit.) señalan cuatro características principales de este enfoque:

1.- La conducta es función de un proceso continuo de retroalimentación entre el individuo y la situación que encuentra.

2.- En este proceso de interacción el individuo es un agente activo.

3.- En cuanto a los aspectos de la persona en la interacción, parece que los factores cognitivos se constituyen también como factores relevantes en la explicación del comportamiento.

4.- En cuanto a la situación, resulta que la significación psicológica de la situación para el individuo constituye otro factor causal importante.

Dos aspectos importantes que caracterizan el desarrollo de la perspectiva cognitivo conductual son, en primer lugar, que los modelos situacionistas y personalistas no pueden explicar los datos empíricos recientes y la perspectiva interaccionista parece más adecuada. En segundo lugar, el desarrollo de la posición interaccionista se acompaña de un cambio mayor en el tipo de teorías utilizadas. Así, los

constructos teóricos propuestos son de naturaleza mediacional y cognitiva más bien que mediacional y mecanicista.

Varios teóricos importantes, en particular de la psicología del aprendizaje, concuerdan en reconocer que la psicología científica contemporánea a entrado en una era cognitiva. De este modo, los procesos considerados anteriormente con reservas (cogniciones, imagen mental, informes subjetivos, hipnosis, etc.), vuelven a atraer la atención de muchos investigadores, lo que representa un cambio de dirección muy general en las orientaciones psicológicas. El interés de los psicólogos contemporáneos no es saber si las cogniciones afectan a la conducta, sino más bien como y en que condiciones se manifiesta esta influencia (Barrios y Martínez, op. cit.).

Por otro lado; Mischel (1973, citado en Anguiano, op. cit.), propone un análisis de los factores ligados a la personas en base a cinco variables cognitivas: competencia, estrategias de tratamiento de la información, expectativas, valor subjetivo de los estímulos, sistemas de planificación y de autorregulación.

Es importante mencionar aspectos de la cognición que ha sido estudiados por los modificadores de conducta cognoscitiva. Estos son:

1.- Procesamiento de información.- que incluye aspectos como adquisición, atención, percepción, lenguaje y memoria.

2.- Creencias y sistemas de creencias.- que son las ideas, actitudes y las expectativas de sí mismo y de otros.

3.- Autorreporte.- que son los monólogos privados, los cuales influyen en la conducta y en los sentimientos.

4.- Solución de problemas y habilidades de afrontamiento.- que es el procesamiento conceptual, simbólico que incluye una respuesta efectiva para afrontar situaciones problemáticas.

Bandura (1982), señala que las cogniciones pueden ser vistas como mediadores de conducta las cuales actúan como una representación simbólica de dicha conducta que sirve para mediar entre estímulos antecedentes previamente condicionados y respuestas pasadas, las cuales pueden tener profundos efectos en la determinación de la conducta actual.

Por otra parte, la alteración de la cogniciones del paciente ha sido el interés fundamental de varios terapeutas; el más conocido es Albert Ellis, fundador de la terapia racional emotiva (TRE) (Anguiano, op. cit.).

Para concluir, se puede observar, que en este enfoque los procesos que anteriormente eran aceptados (cogniciones, imagen mental, informes subjetivos, etc.) atraen nuevamente la atención de los investigadores, lo que significa un cambio de dirección en orientaciones psicológicas. Los psicólogos de esta corriente, se preocupan por saber cómo y en que condiciones los eventos cognitivos afectan la conducta (Anguiano, op. cit.). Para lograrlo, Ballesteros y Carrobles (1979), han propuesto un modelo llamado Secuencial Integrativo cuya característica principal es integrar lo cognitivo con lo radicalmente conductista, en donde los antecedentes y consecuentes de las conductas de interés no se reduce a variables ambientales, sino que el análisis funcional se dirige también a eventos internos que cumplen un papel importante en la conducta.

Este modelo toma en cuenta algunas variables importantes (ambientales, conductuales y organísmicas) que permiten un

análisis funcional de la conducta. A continuación se explicará más ampliamente este modelo.

b) Modelo Secuencial Integrativo: Alternativa Cognitivo Conductual.

Este modelo fue propuesto por Fernández y Carrobles en 1984 está conformado a partir de modelos anteriores en evaluación conductual, como los propuestos por Skinner (1984), Lindsley (1964), Goldfrid y Sprafkin (1979) y el de Kanfer y Phillips (1980) (citados en Fernández y Carrobles, 1984).

El modelo secuencial integrativo es un modelo de evaluación en el que, se mantiene la secuencia de la formulación funcional y al mismo tiempo integra el mayor número de variables posibles. Su objetivo es clasificar algunos de los aspectos más relevantes del organismo, ordenando e integrando los distintos grupos de elementos requeridos para realizar una evaluación conductual.

El modelo secuencial integrativo contempla los siguientes elementos:

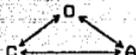
A - R - C

A= Antecedentes: involucra variables internas y externas funcionalmente relacionadas con la conducta problema (variables antecedentes o variables independientes). Las variables externas pueden ser físicas o sociales; las variables internas se refieren a los elementos cognitivos tales como atribuciones, auto-instrucciones, estrategias cognitivas y expectativas. O bien pueden ser variables internas psicofisiológicas.

R= Respuesta: en esta parte se consideran las variables organísmicas que se refieren a las condiciones biológicas del organismo, así como las capacidades que éste ha generado en el transcurso de su vida y que se manifiestan a través de respuestas cognitivas, motoras y fisiológicas que constituyen las variables relevantes de la conducta problema (variables dependientes), o pueden ser variables contaminadoras que afectarán el tratamiento.

C= Consecuencias: las consecuencias son aquellos eventos que se producen después de ocurrir la conducta problema y pueden ser externas (físicos y/o sociales) o internas (fisiológicas y/o cognitivas) y constituyen variables independientes susceptibles de ser modificadas.

Para la elaboración del modelo, los autores partieron de la formulación teórica, procedente del aprendizaje social, en la que tanto las variables orgánicas (o personales) como ambientales y la propia conducta, interactúan entre sí de la siguiente manera:



y no forman una secuencia

lineal y discreta.

Resulta sumamente importante tener en cuenta que el análisis de cualquier comportamiento supone una abstracción por lo que esa interacción entre los tres grupos de variables (conducta, organismo y ambiente) ha de ser separada para su análisis en segmentos. Además, la conducta a analizar es precedida y seguida de las variables ambientales y orgánicas. Esto indica que se pueden descomponer las variables en el análisis, según éstas sean antecedentes o consecuentes a la conducta que se analice. Se hace esta separación con fines de análisis y no porque se niegue la interacción recíproca entre lo personal, lo ambiental y lo conductual.

Para poder decir que elementos pertenecen a que función del modelo (excepto las variables orgánicas), es necesario saber donde y cuando sucede el evento conductual. Por otra

parte, el modelo es aplicable, tan sólo, al estudio actual de la conducta problema y no se pueden hacer transposiciones o reconstrucciones en el pasado, ya que las consecuencias pasadas de una respuesta pueden haberse convertido en sus antecedentes actuales. Sin embargo, también es útil tener en cuenta la historia del sujeto ya que en el pasado pudo haber adquirido (mediante el aprendizaje) formas de comportamiento que están relacionadas con la conducta de interés actual (Kazdin, op. cit.).

Las principales características del modelo son:

1) En el modelo se puede integrar lo cognitivo con lo conductual, elementos que intervienen tanto en las consecuencias como en los antecedentes. En las conductas no sólo intervienen variables ambientales, sino que el análisis funcional ha de tomar en cuenta los eventos internos (pensamientos, atribuciones, respuestas fisiológicas, etc.) que representan un papel importante en el mantenimiento actual de la conducta.

2) En el modelo secuencial integrativo, también se acepta que las conductas de interés puedan consistir en actividades representadas por tres modalidades; conductas o respuestas

motoras, cognitivas y fisiológicas que se dan en distintos grados y que por lo regular se presentan en la mayoría de los problemas psicológicos.

3) El modelo incluye a D junto con R, a diferencia de los otros modelos que los separan porque parten de la idea de que la conducta es R, el organismo D y el ambiente E o C pero en opinión de los autores que han elaborado el presente modelo, cuando se evalúa D, los psicólogos lo hacen a través de sus respuestas actuales o de la reconstrucción de las pasadas.

A continuación se describirá cada elemento del modelo:

A) Variables antecedentes: son las variables que anteceden temporalmente a la conducta (elemento principal del análisis). Estos antecedentes pueden ser externos o ambientales e internos.

- Antecedentes ambientales.- es toda aquella situación física y social que presenta relaciones funcionales con la conducta. En ocasiones los estímulos reforzantes o neutros que fueron consecuencias de una conducta, pueden adquirir propiedades discriminativas y pasar en el momento actual a ser estímulos antecedentes. Lo importante es determinar

cuales son los estímulos ambientales discriminativos que proporcionan información sobre la probabilidad de una conducta.

- Antecedentes internos.- dentro de los antecedentes internos se pueden considerar dos grupos fundamentales, según su relación con la respuesta, variables internas cognitivas y fisiológicas:

a) Variables internas cognitivas.- estas variables guardan una relación funcional con las conductas problema, y en ocasiones se requiere modificarlas.

Las variables cognitivas que se presentan con más frecuencia y actúan como antecedentes de la conducta problema son las siguientes:

1. Atribuciones: se refiere a la percepción que tiene el sujeto sobre el mundo y su conducta, o la forma en que califica las situaciones.

2. Autoinstrucciones: es lo que el sujeto dice a sí mismo. El diálogo interno del sujeto frente a los estímulos ambientales puede determinar la conducta problema.

3. Estrategias cognitivas: son similares a las autoinstrucciones sólo que éstas últimas necesitan de un orden para la solución de la tarea cognitiva.

4. Expectativas: las consecuencias externas (en el pasado) de una conducta determinada, al tener una función informativa, en la actualidad, puede ser una fuente de motivación del comportamiento. La conducta de interés puede verse mantenida por sus consecuencias anticipadas que por las externas actuales. De ahí la importancia de evaluar las expectativas del sujeto sobre las conductas a analizar.

b) Variables psicofisiológicas.- frecuentemente, los estímulos discriminativos han fijado, durante la historia de aprendizaje del sujeto una secuencia de respuestas internas, relacionadas principalmente con el sistema autónomo que, en el momento de realizar la evaluación conductual, puede constituirse en la principal variable de tratamiento.

B) Organismo-Respuesta: se considera a O y a R juntas porque, O, se presenta en forma de R conductas. R, presenta distintas modalidades: motora, cognitiva y fisiológica, además se han planteado las necesidades de considerar las condiciones biológicas del organismo, así como las

habilidades que éste ha generado en el transcurso de su vida. Su manifestación se produce a través de respuestas cognitivas, motoras y fisiológicas y aunque constituyen la variable dependiente, pueden constituirse en contaminadoras de las variables de tratamiento.

Una vez establecidas las variables internas o externas que determinan o mantienen la conducta problema, se pasa a la elección del tratamiento que se considera más adecuado.

C) Consecuentes: las consecuencias se refieren a los eventos que se producen después de ocurrir la conducta problema. La probabilidad de una respuesta está en relación directa con sus consecuencias inmediatas.

Tres son los sistemas que regulan las consecuencias de la conducta problema: los refuerzos externos, el refuerzo vicario y los autoreforzos. Al igual que los antecedentes, los consecuentes presentan variables internas y externas.

Las consecuencias externas son aquellos cambios ambientales (físicos y/o sociales) que modifican la probabilidad de aparición de una respuesta.

Las consecuencias observadas son fundamentales para la comprensión de la conducta. El refuerzo vicario es muy importante en éste sentido. Es también necesario obtener en las consecuentes actuales, las consecuencias negativas o positivas observadas por el sujeto en otros.

Por último, es importante considerar el suministro de los autorrefuerzos, que están en relación con la historia de aprendizaje del sujeto y que pueden ser positivos y negativos. En ocasiones, estos procesos pueden ser la única razón del mantenimiento de una conducta inadecuada (Fernández y Carrolles, op. cit.).

Una vez descritas las características y partes del modelo secuencial integrativo es posible observar que la conducta de un individuo mantiene una regularidad en la interacción con su ambiente.

La moderna teoría del aprendizaje social, construida a partir de observaciones y medidas cuidadosas, es uno de los soportes teóricos más importantes de ésta ciencia. Esta teoría sostiene que la mayor parte de los determinantes de la conducta humana pueden localizarse en la relación dialéctica y continúa que existe entre el individuo y su entorno.

Al decir determinantes no se pretende inferir una relación causal entre fenómenos sino simplemente describir la relación funcional entre algunas propiedades de un fenómeno determinado (frecuencia, latencia, intensidad) y las de ciertos fenómenos antecedentes.

A continuación se explicarán los tres tipos de determinantes de la conducta.

c) Determinantes Socioculturales

La conducta del ser humano está determinada no sólo por las propiedades físicas del ambiente sino también, y principalmente, ante las propiedades que socialmente por convención se asignan a los objetos de estímulo y a los eventos ambientales; es decir, que el individuo atribuye propiedades a los eventos con base en las convenciones sociales.

Según Kantor (1978) y Bayes (1980, citados en Costa Serrat, 1987) una relación de pareja se da en un marco normativo que matiza significativamente el punto de contacto donde se da la relación.

Las matizaciones que el contexto sociocultural introduce en una relación de pareja son:

- Accesibilidad de alternativas: el contexto sociocultural introduce matizaciones en la relación de una pareja y en el comportamiento de cada uno de sus miembros. El contexto sociocultural, medio de contacto donde tiene lugar la relación, condiciona el comportamiento y futuro de la misma.

- Modificación del intercambio cultural: el medio de contacto social introduce también matizaciones en el intercambio conductual que mantiene la pareja. El nivel de satisfacción de reforzamiento recíproco dependerá de aspectos tales como la disponibilidad del tiempo libre, los recursos económicos, etc. En otros casos, la falta de recursos económicos puede ocasionar situaciones de estrés y conflictos que contribuyen de modo significativo a elevar la tasa de intercambios aversivos.

El entorno donde tiene lugar el intercambio conductual de la pareja, puede también estar limitado por la existencia de enfermedades crónicas en algún familiar, inaccesibilidad de recursos sociales (comer fuera, paseos, etc.) que pueden

interferir en el incremento de intercambios positivos o reducción de aspectos aversivos de la relación, ambos componentes objetivos esenciales en cualquier intervención.

d) Determinantes Ambientales

Cualquier tipo de conducta tiene lugar en un contexto ambiental en el que hay circunstancias y sucesos que la anteceden y la siguen. El concepto que se utiliza para definir éstos se llama situación estímulo. Las situaciones estímulo pueden ser antecedentes y consecuentes, según precedan o sigan a la conducta en cuestión. Los dos tipos de situaciones estímulo tienen una influencia controladora sobre la conducta.

Las situaciones estímulo que preceden a una conducta adquieren el valor de señales discriminativas, ya que en el pasado estuvieron asociadas repetidamente con la conducta a la que anteceden. De este modo, dicha conducta tiende a ser producida ante dichas señales (Costa y Serrat, op. cit.).

La mayoría de las personas hemos notado como determinados lugares despiertan ciertas emociones positivas porque en el pasado los hemos visitado realizando alguna actividad o

tratando con personas que nos resultaban muy placenteras. Por el efecto de estas señales discriminativas, puede ocurrir también, que una pareja que trata de conversar para alcanzar una solución a algún problema planteado termine discutiendo si lo hace en un contexto estimular donde habitualmente discute. Por el contrario, si eligen otro lugar donde esto no suele ocurrir es probable que la discusión no aparezca y se facilite así el diálogo (Costa y Serrat, op. cit.).

En muchas ocasiones los estímulos ambientales parecen poco importantes; sin embargo, pueden fomentar conductas problema o conductas funcionales, según sea la historia de aprendizaje.

La descripción de cualquier conducta plantea una serie de interrogantes acerca del contexto (antecedentes) en que tiene lugar (cuándo, dónde) y de lo que sigue a su ejecución (consecuencias). El conocimiento de los antecedentes y las consecuencias, así como de sus efectos sobre el comportamiento, permite establecer control y predictibilidad sobre el mismo.

Existe también otro aspecto del aprendizaje o de influencia con poder de control sobre la conducta humana. Esta influencia proviene de observar lo que otros hablan, piensan y sienten. La gente aprende a comportarse a través de modelos significativos en su vida, como por ejemplo: los padres, amigos, profesores, hermanos e incluso la propia pareja.

Se ha demostrado que muchas conductas verbales, emocionales y motoras, se aprenden, conservan, evocan, inhiben y modifican, por lo menos en parte, debido a sugerencias en el modelo observado (Bandura y Walters, 1974, citados en Costa y Serrat, op. cit.).

En las relaciones interpersonales y en particular en las de pareja, la conducta de cada uno de los miembros de la misma tiene efectos mutuamente controladores. Este control ocurre por la presencia o ausencia sistemática de conductas de ambos miembros de la pareja gratificantes o aversivas. Se establece así un proceso de influencia y control, recíproco y circular de conductas y consecuencias (Jacobson, 1979, citado en Costa y Serrat, op. cit.).

e) Determinantes Cognitivas

Según Mahoney (1974, citado en Costa y Serrat, op. cit.) en individuo no responde al mundo real sino al mundo percibido.

Existen procesos mediacionales (expectativas, procesos atencionales y perceptivos, valores en función de la experiencia previa) que matizan e incluso distorsionan el entorno y la relación y que como ya se vió, son considerados por el modelo secuencial integrativo.

La satisfacción de ambos miembros de la pareja está muy en relación con la valoración e interpretación que ambos hacen del otro.

Los procesos cognitivo-mediacionales condicionan y matizan el nivel de satisfacción y el comportamiento de los miembros de la pareja en base, fundamentalmente, a tres factores:

a) Hábitos perceptivo-cognitivos. La valoración y la estimación que cada cónyuge hace de la conducta del otro puede estar matizada por hábitos cognitivos erróneos (Beck,

1979, citado en Costa y Serrat, op. cit.), ya adquiridos por uno o ambos miembros de la pareja. Estos errores cognitivos facilitan el desarrollo de suposiciones inadecuadas que no solo interfieren la relación y la comunicación, sino que además dan lugar a estados de ansiedad y/o depresión en cada uno de los componentes de la misma.

b) Expectativas y experiencia de la relación percibida. El nivel de expectativas, al igual que el resto de las variables mediacionales, matizan el valor reforzante del intercambio conductual de la pareja.

Unas expectativas excesivas o exclusivas y por tanto no satisfechas conducen a disminuir el valor de las gratificaciones del otro y de la vida de la relación en general y reducen el umbral de tolerancia a las frustraciones y a la estimulación aversiva que toda relación interpersonal en algún grado conlleva. Es muy común encontrar la expectativa de mantener un alto nivel de sucesos positivos sin realizar ningún esfuerzo para lograrlo.

Por otra parte, el nivel de tolerancia a la estimulación aversiva que puede generar la relación puede estar en función del balance o de la experiencia percibida de la misma. Si el

balance es positivo, es muy probable que el umbral sea mayor que si es negativo. En este último caso, uno de sus o ambos se convierten en un estímulo aversivo tan relevante, que el otro se muestra incapaz de reconocer conductas o mensajes positivos.

c) Percepción de alternativas. Ambos miembros de una pareja comparan el resultado de su relación con alternativas pasadas, presentes o futuras. Cuando un individuo percibe opciones atractivas (trabajo, viajes, amantes, etc.), fuera de su relación, demandarán condiciones más positivas para continuar en ellas. Por el contrario, una relación que es mínimamente reforzante puede no obstante ser completamente estable y persistente si los participantes perciben que las alternativas son limitadas o restringidas, o no igual de satisfactorias (Jacobson, 1979, citado en Costa y Serrat, op. cit.).

Una vez descritos los tipos de determinantes que tienen relación con la conducta se expone a continuación su influencia en la relación de pareja.

f) Influencia de las Determinantes en la Relación de Pareja

El modelo conductual acepta la premisa de que las consecuencias proporcionadas por los miembros de la pareja serán los determinantes fundamentales de la conducta del otro (Jacobson y Margolin, 1979, citados en Costa y Serrat, op. cit.).

Ambos miembros de la pareja actúan como emisor y receptor simultáneamente, estableciendo un proceso de secuencias circulares y recíprocas de conductas y consecuencias. En dicho proceso de causalidad recíproca, los miembros de parejas en conflicto se refuerzan uno a otro mucho menos frecuentemente que las parejas sin conflicto.

La otra premisa es que los efectos de los estímulos proporcionados por cada uno de los cónyuges, y por tanto, sus valores gratificantes y aversivos, dependerán de las valoraciones cognitivas respectivas de cada miembro de la pareja y de la percepción relativa de los miembros en función de la existencia o no de alternativas. El contexto sociocultural (medio de contacto normativo) introduce también matizaciones pertinentes en el desarrollo del deterioro de la relación.

Jacobson (1979, citado en Costa y Serrat, op. cit.) enumera una serie de factores que son determinantes tanto en la atracción mutua de una pareja como en el desarrollo del conflicto.

- Atracción inicial mutua. En el comienzo de una relación (Noviazgo) suele existir atracción debido a una elevada tasa de interacciones reforzantes. Este tipo de intercambios constituyen la base de la persistencia y la profundización de la futura relación. El amor no es otra cosa que un intercambio complejo de conductas gratificantes tanto en sus dimensiones motoras como cognitivas y emocionales. Puede inferirse que el amor estará ciertamente ausente si el refuerzo potencial de uno de ellos llega a ser mínimo. La tasa elevada de gratificaciones en el momento de una relación viene facilitada por las características de la misma que, entre otras son:

a) Caracter restrictivo de la relación. Lo habitual es que la pareja al comienzo de su relación, sólo intercambie conductas en un marco restrictivo.

b) Ausencia de toma de decisiones. Por el carácter restrictivo de la misma relación, los miembros de la pareja

se ven libres de tomar decisiones importantes, financieras o de otro tipo, habituales en una vida de pareja estable. No se ven expuestos al temor o consecuencias aversivas que se pueden derivar de esa toma de decisiones y, por tanto, se minimiza el intercambio de conductas aversivas o de castigo.

c) Novedad de la comunicación sexual. la novedad de esta comunicación viene a ser otro elemento gratificante que se asocia al intercambio conductual y facilita la elevada tasa de intercambios reforzantes.

d) Expectativas idealizadas. Los proyectos idealizados son elementos adicionales de un intercambio conductual gratificante característico del comienzo de la relación.

El desarrollo del conflicto de la pareja comienza cuando estos tienen ocasión de tomar decisiones importantes o de afrontar problemas conjuntamente. Surge entonces el choque entre expectativas y la realidad. Cuando este choque es significativo, comienzan a intercambiarse conductas negativas y los intercambios de conductas agradables disminuyen. Es así como se generan los primeros puntos para el desarrollo del conflicto. Este avanzará o no dependiendo de otra serie de características que son:

a) Falta de habilidades; ya sea de comunicación, de resolución de problemas, sexuales, etc.

b) Deficiencias en el control de estímulos. Elementos estimulares adicionales no previstos en la relación de pareja pueden ser motivo de un incremento en el intercambio de conductas aversivas.

c) Cambios en el ambiente. Algunos cambios introducen efectos muy significativos en el deterioro de la relación.

d) Preferencias discrepantes en cuanto al grado de intimidad deseada. Los individuos tienen diferentes necesidades acerca de la soledad y el grado de la relación, y estos suelen cambiar con el desarrollo de la vida. Cuando la cantidad de espacio emocional deseado por cada uno de los miembros de una pareja difiere, las irritaciones y frustraciones derivadas de la saciación y deprivación puede llegar al abandono (Lieberman, 1980, citado en Costa y Serrat, op. cit.).

En una pareja dichosa, un miembro de la misma o ambos, por las razones señaladas anteriormente, recibe pocas

gratificaciones del otro, o el costo por recibirlos es excesivamente alto. En tales casos los miembros de la pareja recurren a uno de dos patrones de comportamiento en relación con el otro (Stuart, 1969, citado en Costa y Serrat, op. cit.): algunas parejas recurren a la coerción (regaños, amenazas, etc.) para obtener la conducta deseada; otros llegan al abandono.

En estos casos, uno o ambos miembros de la pareja abandonan emocional o físicamente a la pareja, eliminando una tasa de estimulación aversiva elevada, buscando otras fuentes de reforzamiento como pueden ser un hijo, un amante, etc.

Se han establecido así las bases del conflicto para cuya solución habrá que evaluar de modo preciso que factores son los determinantes e intervenir discriminativamente en consecuencia usando las técnicas aportadas por la aproximación cognitivo-conductual.

g) Aproximación Cognitivo-Conductual Enfocada a la Relación de Pareja.

La aplicación de técnicas conductuales al tratamiento de los problemas de pareja es relativamente reciente. Sin

embargo, ha resultado necesaria y útil debido a los cambios experimentados por la sociedad en años recientes. La participación de la mujer en el medio laboral y social ha provocado alteraciones en la dinámica de pareja que antes imperaba (Costa y Serrat, op. cit.).

Los principales representantes de la aplicación de este enfoque a los problemas de pareja son: Costa y Serrat, Azrin, Naster y Jones, Patterson, Hops y Weiss, Stuart y Liberman; que se basan en este modelo mediacional que va más allá de los esquemas de condicionamiento clásico y operante, ya que introduce elementos que el conductismo por sí solo no tomaba en consideración. Como por ejemplo, los elementos conceptuales de la Teoría de la Comunicación y el Modelo de Campo, tomando en cuenta el medio de contacto normativo que interviene en el intercambio conductual de una pareja, así como también la influencia de los procesos cognitivos en la conducta (Anguiano, op. cit.).

En términos generales, los problemas de la pareja tienen su origen en la falta de habilidades en comunicación efectiva y resolución conjunta de problemas. El objetivo básico de este enfoque es el entrenamiento de dichas habilidades con el fin de que las parejas resuelvan, de modo autónomo, no sólo

sus problemas actuales, sino también aquellos que en un futuro pudieran surgir.

El primer paso de la terapia será explicar a la pareja los conceptos básicos de la aproximación cognitivo-conductual, con el fin de que comprendan que el comportamiento humano está en función de determinantes socioculturales, ambientales y cognitivas. Es importante hacer hincapié en el modo en que operan los estímulos reforzantes y el castigo en la conducta, así como la forma en que sus consecuencias incrementan o decrementan la conducta.

La ciencia del comportamiento sostiene que los conflictos de pareja están en relación directa con un bajo nivel de reforzadores positivos intercambiados entre las partes, sin importar o implicar el por qué de dicha situación.

La comprensión del modelo cognitivo-conductual permitirá entender a la pareja que lo que cada uno haga tendrá un efecto sobre el otro (reciprocidad), asimismo, entenderán que las habilidades en comunicación y resolución de problemas pueden ser modificados y adquiridos.

Un segundo e indispensable paso en la terapia de pareja es la evaluación. Esta consiste en identificar la problemática específica de cada pareja con el fin de implementar su adecuado tratamiento. La evaluación se lleva a cabo mediante entrevistas, autoregistros, cuestionarios, etc. Dichos instrumentos pueden ser empleados para obtener una información amplia o dirigirse a una área en particular que revista especial importancia. La evaluación es un proceso continuo que permite no sólo el planteamiento de un programa de intervención sino "calificar" la eficacia del mismo a lo largo y al final de la terapia.

Una vez concluida la evaluación inicial, se realiza la descripción y análisis del problema. Cabe agregar que es adecuado que el o los terapeutas observen de manera directa el modo en que la pareja se comunica (verbal y no verbalmente), y soluciona sus problemas.

El objetivo central de la intervención cognitivo-conductual es lograr que la pareja se involucre activamente en la resolución de sus problemas y adquiera una concepción operativa del amor.

Específicamente, se pretende que la pareja tome conciencia de la reciprocidad y así decremente la tasa de interacciones aversiva y aprendan a comunicarse y a resolver sus problemas.

De manera general, se instruye a cada miembro de la pareja para que defina claramente cuáles son los cambios que esperan de su pareja y de él mismo. Una vez identificadas y planteadas sus expectativas se procede al entrenamiento en habilidades básicas que les permitan solucionar sus diferencias.

Durante el entrenamiento de dichas habilidades puede hacerse uso de cualesquiera de las técnicas de la terapia conductual, en especial, del modelamiento; el cual consiste en que el terapeuta "actúe" o realice la conducta deseada en forma adecuada con el fin de que el paciente; en este caso, los miembros de la pareja, la imiten.

Por último, conviene resaltar que el papel del terapeuta es entrenar a la pareja para que enfrente sus propios problemas y los resuelvan de la manera más adecuada (Costa y Serrat, op. cit.).

CAPITULO 3

TECNOLOGIA APLICADA A LA EDUCACION

La implementación de repertorios conductuales básicos en parejas, se ha llevado a cabo por diferentes medios; en la actualidad, la tecnología relativa la proceso de enseñanza-aprendizaje, ofrece una amplia gama de posibilidades que permiten la transmisión del conocimiento.

El uso de la tecnología en la enseñanza surge a partir de que en 1960 se agrava la crisis mundial de la educación. Tanto en los países desarrollados como en los subdesarrollados, había una creciente demanda de presupuestos económicos escolares, de profesores, de especialistas y de instituciones docentes. Había que enseñar a más gente, más cosas, más rápidamente y con mejor calidad.

Los expertos en ciencias de la educación siempre han buscado soluciones; y, además de las metodologías clásicas, se depositaron mayores esperanzas en el enorme poder de la tecnología aplicada a la enseñanza.

En realidad, nunca la docencia había tenido a su disposición tantos y tan poderosos medios: proyectores de sonido, televisión, etc. (Mallas, 1979).

Ferrandez (1980) clasifica el material didáctico en cinco grupos:

- 1.- Textos impresos
- 2.- Material audiovisual
- 3.- Tableros didácticos
- 4.- Simuladores y
- 5.- Equipos experimentales

Todos estos medios no son de uso exclusivo de los profesores sino que han sido ya utilizados por diferentes profesionales en el proceso de enseñanza-aprendizaje. El psicólogo, por ejemplo, los ha empleado, entre otras cosas, en el entrenamiento de diferentes habilidades.

En el caso del entrenamiento de repertorios conductuales básicos en parejas, se han empleado ya algunos de los materiales ya mencionados, como por ejemplo, manuales de estudio y algunos otros textos impresos (folletos). Sin embargo, el video, a diferencia de otros medios usados para

la formación de habilidades en parejas, es más práctico y atractivo; ya que puede ser visto de manera individual y grupal, en diferentes horas y lugares. Además de que resulta más atractivo y novedoso, en la actualidad, presenciar un video (como complemento educativo), que asistir a un taller o leer un manual.

La evolución del audiovisual según Decaigny (1980) ha tenido diferentes etapas.

Durante largo tiempo los medios audiovisuales solo fueron utilizados en la enseñanza de manera marginal. Algunos los emplean como recompensa; otros, recurrían a él para llenar algunos minutos al finalizar el curso a manera de descanso cultural.

Agregado a la enseñanza tradicional, desprovisto de una función pedagógica real y un seguimiento apropiado, el audiovisual permanecía como algo ajeno, de lo que se habría podido prescindir en el transcurso de la lección.

Los educadores, los instructores y/o asesores psicológicos más sagaces, se esforzaban por extraer el mejor partido posible de aporte cuantitativo de los diferentes

medios con que contaban. Los concebían como extensión del pizarrón y los explotaban para amplificar los conceptos del profesor, instructor o psicólogo, o para agrandar una imagen.

Esta explotación del aporte cuantitativo sigue siendo válida. Sin embargo, no representa más que una de las múltiples posibilidades ofrecidas por el audiovisual.

Posteriormente, el interés se centró, en su mayor parte, en las ventajas y la eficacia técnicas de los aparatos.

Se procuraba mejorar el sonido del magnetófono o la luminosidad de la imagen proyectada.

Como los aparatos comenzaban a utilizarse en las escuelas indiscriminadamente su uso no fue el adecuado.

En forma progresiva se advirtió la necesidad de un uso más coherente y ordenado de esos medios. En ese momento aparece la preocupación por adoptar una metodología del audiovisual o más bien, una metodología de cada aparato en particular.

Debido a los grandes progresos de la técnica y al actual movimiento de renovación pedagógica, han llegado a ser indispensables algunas modificaciones. La búsqueda de la eficacia pedagógica exige una ampliación en sus metodologías.

Por una parte, debe procurarse erigir no ya un medio didáctico, sino una verdadera comunicación pedagógica. Por otra parte, se hace necesario plantear los problemas de la escuela y de su organización y ya no únicamente en la clase.

Esta nueva dimensión transforma la metodología de los diferentes medios: de simples recomendaciones para el empleo de un aparato de clase, se convierten en verdaderas metodologías: tecnología del filme, circuito cerrado, de retroproyector, etc.

Esto implica una explotación integrada y planificada en función de objetivos claramente definidos.

El video surge a partir de los grandes avances tecnológicos. Es con la rotativa de imprenta, la radio y la fotografía que se dan los primeros grandes pasos. Una combinación de la rotativa de imprenta y la fotografía han hecho posible la aparición de los llamados medios

**ESTA TESIS NO DEBE
SALIR DE LA BIBLIOTECA**

taxivisuales (texto e ilustración; como por ejemplo: un libro ilustrado). La radio y la fotografía han contribuido a la creación de los llamados medios audiovisuales. (imagen y sonido; por ejemplo, una proyección de diapositivas con banda sonora incorporada) (Bonet y Dols, 1980).

Los materiales audiovisuales han estado durante muchos años entre los recursos didácticos de diferentes profesionales, pero generalmente se han considerado como de segunda categoría (Gaubeca, 1976).

Los audiovisuales cobraron importancia en el desarrollo de la película de 16 ml., en un principio silenciosa y posteriormente sonora, durante los años veinte y final de los treinta (Wittich, 1985).

Sin embargo, en gran medida, las películas educativas de 16 ml. junto con las diapositivas, grabaciones, filminas, videos y otros materiales audiovisuales clásicos, han permanecido solamente como auxiliares de la enseñanza. No han alcanzado el rango de amplia aceptación y cuidadosa integración en el proceso didáctico actual.

El escaso uso de este tipo de materiales se debe a las siguientes causas:

- La mayoría de los maestros e instructores no entienden o no aceptan el valor didáctico de los recursos audiovisuales. Muchos creen que si no están frente a la clase; hablando, demostrando o actuando, el aprendizaje no se realiza. Otros son renuentes al uso de la imagen ya que de una u otra forma la considera una degradación de la dignidad académica, dignidad que desde su punto de vista, sólo puede mantenerse por la comunicación oral y la lectura.

- El uso de auxiliares audiovisuales tuvo sus dificultades en el pasado. Tanto el material como el equipo, debían ser solicitados con mucha anticipación. Las máquinas eran difíciles de transportar y operar; era necesario oscurecer completamente las aulas, etc. Por estas y semejantes razones no valía la pena usar frecuentemente películas, diapositivas o videos.

- El contenido de los materiales comerciales, frecuentemente dejaba mucho que desear en relación a las necesidades concretas de los maestros, instructores o

asesores psicológicos, en un determinado momento o circunstancia.

- Finalmente, la propaganda demasiado entusiasta y prematura de los materiales audiovisuales hecha por algunos vendedores, sin haber realizado una cuidadosa evaluación y experimentación, ha producido efectos adversos en la aceptación y uso posterior de estos recursos.

No ha sido sino hasta fechas recientes que las perspectivas en la educación han cambiado considerablemente. Ya no necesita el maestro, instructor o asesor psicológico estar frente a un grupo presentando información verbalmente. La mera información puede presentarse con mayor eficacia a través de medios más apropiados, ya sea para proporcionarse a grandes grupos o para que cada alumno la amplíe por sí mismo, o bien emplearse en pequeños grupos de discusión.

Actualmente los maestros, instructores y asesores psicológicos, como guías de aprendizaje, son capaces de determinar metas claras y objetivos específicos eligiendo los recursos más adecuados para alcanzar dichas metas y los medios idóneos para poder evaluar los resultados.

La tendencia actual de la educación y asesoría psicológica se dirige principalmente a la individualización de la instrucción, adaptándola a las capacidades y necesidades del alumno y/o paciente; y responsabilizándolo de su propio aprendizaje, dentro de sus condiciones específicas y ritmo de trabajo, para lo cual, dispone de muchos recursos audiovisuales.

Desde el punto de vista conductual, la instrucción y asesoría psicológica se enfoca a la planeación de situaciones ambientales que establezcan las condiciones de aprendizaje o cambios relativamente permanentes como resultado de la experiencia (Eneas, 1979).

En suma, se toma en consideración todos los tipos de personas, aparatos y procedimientos disponibles, a fin de hallarse en condiciones de detectar los que mejor servirán a los objetivos, con consideración del presupuesto, de las condiciones materiales y de cuidado por la individualización. Individualizar es, sin duda, tener en cuenta el ritmo de aprendizaje y el volumen de materia por asimilar para cada alumno y/o paciente en particular, tal como lo hace la enseñanza programada; pero significa, asimismo, tomar en consideración las diferencias individuales en cuanto a la

naturaleza de las motivaciones, la forma del aprendizaje y la necesidad de relaciones interpersonales en el proceso de enseñanza-aprendizaje (Decaigny, op, cit.).

Como una prueba de la eficacia de los materiales audiovisuales, muchas investigaciones han demostrado un aumento en el aprendizaje cuando se añadía la exhibición de una película a la información verbalística del maestro, instructor o asesor psicológico. También demostraron su eficacia durante la Segunda Guerra Mundial. Sobre la base de estas y otras contribuciones de las películas para mejorar la enseñanza, muchas compañías han producido una gran cantidad de películas educativas para usarse en el aula o ámbitos similares. Muchas de estas películas son excelentes tanto por lo artístico de su diseño como para la función que desempeñan al proporcionar a personas de todas las edades experiencias visuales en otra forma inalcanzables (Gaubeca, op. cit.).

Antes de continuar es importante aclarar a qué se refiere el término video. Varios autores lo han definido de acuerdo, ya sea a su uso o a la tecnología que se emplea al realizarlo y/o transmitirlo.

La definición que se empleará para hacer referencia a la tecnología utilizada en este trabajo es la propuesta por Decaigny (op. cit.) quien define que hay video cuando existe transmisión (en este caso de información), mecanizada, eléctrica o electrónica de imágenes y/o sonidos.

Una vez definido el concepto de video se hablará a continuación de los diferentes tipos y características de éste.

Bonet y Dols (op. cit.) presentan diferentes tipos de video y los caracterizan de distinta forma:

- Video: sistema de comunicación audiovisual magnético, de potencial televisivo, pero ajeno a cualquier tipo de T.V.
- Señal video: todo aquello que corresponde a la imagen en una transmisión televisiva.
- Televisión: capacidad de hacer que se vean imágenes (y se oigan los correspondientes sonidos) a distancia.
- T.V.: entidad empresarial que se dedica al aprovechamiento comercial-ideológico del medio televisivo,

pueden ser estatales o comerciales y recurrir al cable (C.T.V.) o a las ondas hertzianas.

- Video-registro: cualquier aparato apto para registrar y/o reproducir electrónicamente imágenes y sonidos, al mismo tiempo y empleando un único soporte, no importa cual sea éste (cinta, disco, película, etc.).

- Video-tape: tipo de video registro, que emplea la cinta magnética como soporte de registro.

- Trabajos-video: todos cuantos emplean el video, sea para producir obra (cintas, discos, etc.), instalaciones, circuitos o montajes, o incluso dar pie a acciones, etc.

Otra de las clasificaciones que propone el mismo autor está dividida en tres grandes grupos:

1. Los video-circuitos o instalaciones de circuito cerrado, generalmente fijas (hardware) en las que el programa vehiculado en una información lineal software sostenida por una cámara y su correspondiente monitor. Ejemplo: la comunicación permanente entre las entradas del túnel del metro y la cabina del jefe de estación.

2. Los video registros o grabación-producción en cinta magnética. Es la obtención de un producto audiovisual acabado mediante la utilización de una tecnología simple o compleja (hardware), pero que en todos los casos está supeditada a la ideación generalmente no lineal, de un programa (software). Ejemplo: Es el registro de un programa televisivo mediante la utilización de un magnetoscopio autoprogramado de uso doméstico; la elaboración compleja de una cinta mediante el uso de computadoras y sintetizadores.

3. Los video-objetos o instalaciones en las que la tecnología video es potenciada por ser independientemente del programa (software), que a su vez puede adquirir o no relevancia con respecto a los aparatos (hardware). Ejemplo: el escaparate de una tienda de electrodomésticos en el que se ve a través de uno o varios monitores un programa televisivo grabado previamente.

Estos tres grandes grupos son puramente indicativos y su clasificación en ningún caso pretende ser excluyente. En la práctica, cualquier instalación o propuesta video no responde únicamente a uno de estos tipos, sino que es una combinación de ellos, una interrelación hardware/software. Sin embargo el presente trabajo se apega al segundo tipo de la

clasificación propuesta por Bonet y Dols (op. cit.) Los video-registros o grabación/producción en cinta magnética).

Dieuzede (citado en Decaigny, op. cit.) dice que las características de la transmisión del video son:

- La mecanización de la presentación,
- La fugacidad del mensaje,
- El carácter apremiante y la presentación del mensaje,
- Los efectos psicológicos de las modalidades de recepción.

Otra de las características del video señaladas por Ferrandez (op. cit.) son en primer lugar que su empleo acabará de romper el mito del docente como único depositario de todo el saber, al suplirlo con ventaja en situaciones puramente informativas; y en segundo lugar, su amplia presencia y difusión en la vida diaria.

Las características que señala Wittich (op. cit.) son que el video es un medio de registrar el ambiente social y natural del hombre de modo que posteriormente pueda ser reproducido para crear situaciones de enseñanza realistas y vivas que simulen con mucha exactitud el original.

El video eficaz permite a las personas el máximo de identificación personal con la situación registrada en sonido y movimiento.

Según Tickton (1984) se han realizado diferentes estudios acerca de la influencia y ventajas pedagógicas del video y se llegó a las siguientes conclusiones:

- 1) El video es un gran factor educativo.
- 2) Las personas retienen gran cantidad de los hechos contenidos en el video y los recuerdan durante mucho tiempo.
- 3) Las actitudes respecto a los problemas sociales son cambiadas enormemente por el video.
- 4) Los videos estimulan las emociones.
- 5) Ejerce una influencia poderosa sobre la conducta.

Además de estas ventajas, el video significa una economía de tiempo. En muchos conocimientos controlados, los estudiantes aprenden los hechos en una tercera o cuarta parte del tiempo requerido, según la capacidad del alumno y su tipo de inteligencia.

Esta misma economía del tiempo, hizo sospechar otra ventaja del video como medio didáctico cuando se emplea en la educación de personas retardadas.

El video educativo tiene un vasto objeto. En principio, todas las materias de enseñanza caben dentro de sus dominios. Las ciencias y las técnicas, las artes, la historia, las prácticas cívicas, etc., todo ello, puede ser representado en el video educativo.

Por otra parte Gaubeca (op. cit.) señala algunas ventajas del video educativo:

1.- Son útiles con grupos de todos los tipos y para estudios individual.

2.- Son particularmente útiles para describir movimientos, mostrar interrelaciones o dar impacto a un tema.

3.- Pueden utilizarse técnicas especiales para tratar ciertos contenidos.

4.- Resultan un material terminado y aseguran una presentación consistente.

En cuanto a las desventajas, el mismo autor propone las siguientes:

1.- Puede resultar costosa su preparación, por el tiempo, equipo y materiales que exige.

2.- Requieren una cuidadosa planificación y habilidades específicas.

3.- El video esta evolucionando rápidamente, por lo que muchos materiales pronto resultarán obsoletos.

Ferrandez (op. cit.) insiste en las amplias ventajas; las que pueden resumirse en los siguientes puntos:

1.- el video favorece el aprendizaje renovando la capacidad de atención, actuando con papel de "catalizador" en el proceso y captando la personalidad de manera proyectiva.

2.- El empleo del video favorece de manera especial a los alumnos medios y mediocres, lo que significa una posibilidad de disminuir las diferencias intelectuales personales.

3.- El video posee una gran versatilidad de aplicación al permitir multioles combinaciones, y hace muchas veces innecesaria la presencia del profesor; esto último significa una gran posibilidad para la formación permanente.

Ajzen (1980), propone las diferentes aplicaciones y no aplicaciones del video, así como algunas sugerencias para su óptima utilización.

El video tiene muchas aplicaciones en el esfuerzo por aclarar los significados.

Por ejemplo, pueden emplearse como:

- a) Introducción a una lección.
- b) Desarrollo de una lección.
- c) Interpretación de una lección.
- d) Resumen o aplicaciones de una lección.
- e) Correlación de las partes de la información.
- f) Autoidentificación con una situación.
- g) Transferencia a situaciones de la vida real.
- h) Motivación y despertar de interés.
- i) Terapia individual y de grupo.

El video debe emplearse siempre que:

1.- Pueda facilitar la comprensión de la palabra escrita o hablada.

2.- Cuando sea deseable incluir experiencias particulares en terminos de su propósito debido a que tal vez los miembros de un grupo no hayan tenido tales experiencias.

3.- Cuando puedan ser hallados o creados los videos apropiados para promover estas experiencias particulares. Esto involucra conocimiento de la escala de materiales y voluntad de buscar con diligencia.

Se debe evitar usar el video si los propósitos son los siguientes:

1. Solamente para estar al día en los métodos. Si el grupo esta dispuesto y ansioso para la discusión de un problema actual no se deben frustrar mostrándoles un video de otro grupo de discusión.

2. Sólo para divertir (a menos que el único propósito sea divertir).

3. Nada más para mantener ocupado al grupo.
4. Únicamente porque su título suena relacionado con el tema.
5. Únicamente para dar expresión a una afición personal como la fotografía o la grabación.

De todo lo anteriormente expuesto, resulta obvio que varios tipos de video tienen utilidad potencial para muchos propósitos distintos. La realización de estas posibilidades dependerá de un número de factores entre los que destacan:

- Hallar videos apropiados recordando que: la búsqueda misma que puede ser una experiencia de aprendizaje importante, cuando se les pide a los receptores, niño o adulto, que intervengan en su proceso.

- Cuidar la calidad evitando al elegir, cintas y grabaciones que presente técnicas novecosas por que el exceso de efectos ópticos y de sonido tienden a confundir a los espectadores.

- Cuidar la credibilidad en el material evitando el abuso de la credulidad del público no mostrándoles películas inferiores a su nivel en cuanto a desarrollo dramático o personas que se supone se están dirigiendo al grupo desde la pantalla y que resultan igualmente irritantes.

Posteriormente se debe tener en cuenta lo siguiente:

1. Que los espectadores se hayan identificado con el material, su trama o sus personajes, reflejándose en ellos, lo cual se puede lograr buscando materiales que representen con bastante amplitud a personalidades respetadas por su grupo, con lo que también logrará que lo respeten.

2. De su calidad estética evitando el material estentoso con marcada debilidad técnica.

3. Que tendrá tiempo para utilizarlo adecuadamente.

4. Que vale lo que cuesta, comparándolo con los gastos de diferentes materiales en relación al presupuesto de su grupo.

5. De introducir todo nuevo término que se le haya a presentar para unificar lenguaje y código.

6. Describir, antes de la presentación, las actividades posteriores que se piense realizar, incluyendo en estas pruebas auscultatorias cualquier trabajo que el mismo auditorio puede hacer para complementario.

Por último se debe presentar los materiales en forma lúcida sin interrupciones innecesarias ni comentarios inoportunos, vigilando constantemente los equipos para corregir de inmediato cualquier falla que pudiera presentarse y observando las reacciones de auditorio anotándolas de ser posible.

Como ya se ha visto, el video ha demostrado ser una herramienta eficaz para la enseñanza: ofrece movimiento, color, sonido, es accesible y permite la creación.

La definición de cada uno de estos conceptos es la siguiente:

Movimiento. La imagen puede registrar y animar desde la acción en vivo de una persona hasta las vibraciones microscópicas de un paramecio. Puede recurrirse al video para descomponer una maniobra complicada y volverla comprensible mediante la cámara lenta o los dibujos animados.

Permite "atrapar" al estudiante y mantener su atención por medio de un escenario que cambia constantemente. El video es el modo por excelencia de presentar sugerencias visuales.

Color. En el video se presentan las escenas en color, lo que para el estudiante significa un realismo mucho mayor. Además, la importancia de los colores varia desde el simple refuerzo de la excitación visual de la imagen hasta la diferenciación crucial del color que se observa en un experimento filmado del laboratorio.

Sonido. Gracias a su banda sonora propia, el video puede transformarse en una unidad de enseñanza autosuficiente que presenta al estudiante instrucciones visuales y verbales completas acerca de una tarea manual complicada.

Flexibilidad. Según como se proyecte el mismo video puede ser visto por un público de cincuenta personas o en forma individual.

El video puede ser utilizado en cualquier lugar: el aula, el salón de actos, la sala de proyección de una biblioteca, la sala de estudios, la casa, etc.

Universalidad. Los diferentes tipos de video son los mismos en todo el mundo. Esta es una de las razones por la cual las principales redes de televisión escogieron los videos como medio fundamental de distribución en sus programas, también en los Estados Unidos como en otros países.

Fácil acceso. Si un aula cuenta con una videocassettera, un monitor, y una videoteca, al docente le resultará fácil utilizar los videos como recurso de aprendizaje. Además, puede proyectar un video cuando lo considera conveniente para la enseñanza y no en el momento prefijado por los horarios. Tiene también la opción de repetir el video para todos los alumnos o para parte de ellos.

Posibilidad de creación. Al igual que un docente puede escribir un poema original para un curso de lenguaje o sugerir un nuevo análisis de los acontecimientos actuales para un curso de ciencia políticas, hoy puede también producir un video para mostrar un experimento de laboratorio o los resultados de una excursión o, incluso las actividades escolares de sus alumnos (Sidney, 1984).

Ahora cabe señalar las reglas más inherentes y valiosas del video en su composición técnica:

1. Expone visualmente. Gran parte de los materiales estudiados en la enseñanza requieren ser examinados, manipulados y vistos para ser comprendidos. El video eficaz muestra visualmente, de modo completo y comprensible, el tema a que se refiere: por medio de la fotografía. También lo expone visualmente por medio de mapas, diagramas y animación, si son necesarias estas técnicas para las explicaciones claras y comprensibles.

2. Emplea el movimiento. Las cosas que se mueven o en las que la acción es una característica identificadora constituyen técnicas para videos apropiados.

Los videos eficaces exponen objetos y procesos por medio de la descripción, el movimiento y la acción.

3. Incluye sonidos del ambiente. El video eficaz registra el color, la forma y la acción, pero también documenta todo lo posible sobre el ambiente natural y original.

4. Emplea el color cuando es de utilidad. El video eficaz registra lo que existe realmente. Si el color ayuda a impartir comprensión, captación estética, evidentemente es deseable.

5. Emplea la narración. el auxilio de la narración explicativa que acompaña al video es útil para guiar la atención del espectador y establecer su comprensión de las relaciones presentadas visualmente. Esa narración esta inherentemente relacionada con el contenido visual, no es simplemente una "conferencia" que acompaña a la acción del video (Witich, op. cit.).

Antes de pasar a explicar el aspecto técnico del video es importante señalar que el video que complementa este trabajo será filmado con una sólo cámara en lugares en donde se da frecuentemente la relación de pareja. Las parejas filmadas actuaron de acuerdo a un guión previamente elaborado.

Con respecto al guión, éste es como un mapa que señala las direcciones definitivas para la elección de imágenes y secuencias (Kemp, 1973).

Se trata éste de una exposición descriptiva del tema, considerada exclusivamente desde el punto de vista de la imagen y los sonidos.

El guión es una labor que se realiza en varias etapas. Es un proceso de progresivo perfeccionamiento en el que las ideas volcadas en el papel se van alterando de continuo hasta llegarse al material definitivamente aceptado. Es un trabajo de creación pura en donde la originalidad para armar el relato se entrelaza con los recursos del lenguaje fílmico. Por lo general, son varias las versiones que se preparan de un guión hasta conseguir un desarrollo pulido y ajustado. Es por este procedimiento que se llega a la concepción de un buen video.

El guión se puede dividir en dos etapas: el guión técnico. El guión literario es el primero que se prepara para luego de aprobada la sinopsis y, como ya se dijo, requiere múltiples ajustes antes de obtenerse la versión final. Se trata de una simple sucesión de frases que ilustran de forma clara y vívida lo que debe mostrar la película. Cada frase puede corresponder a uno o más planos. Y cada escena tiene en algunos casos una previa aclaración

del lugar y ambiente donde se desarrollan los hechos. La información contenida en el texto que describe las imágenes deber ser concisa, destacando solamente aquello que importa para más fácil visualización.

El sistema más conocido de presentar un guión literario, consiste en preparar el texto a dos columnas, ubicando a la derecha las imágenes y a la izquierda el comentario, los diálogos o efectos sonoros. Este método ha sido utilizado en todo tipo de películas y es adecuado para aquellas que tienen el comentario íntimamente relacionado con la imagen, como se da con frecuencia en ciertos documentales o películas de instrucción.

Los guiones a doble columna son efectivos para ciertos trabajos, pero presentan inconvenientes para otros. El más serio es, que obligan al lector a subdividir de continuo su atención durante el desarrollo del texto. Y cuando el mismo incluye informaciones diversas o extensos diálogos, la dificultad de interpretación se acentúa.

Cuando el guión literario ha sido aprobado y cuando se está de acuerdo con la estructura del tema, y su continuidad, se elabora el guión técnico. Este será el plano maestro que

permitirá la confección del video. Ahí serán anotados todos los datos técnicos requeridos en el momento de la grabación. La primera característica que ofrece el guión técnico es que la acción se subdivide en planos, los cuales definen el campo cubierto y las dimensiones de los sujetos en la pantalla. Otros aspectos destacables son la numeración de la toma y la escena o secuencia, para permitir una fácil identificación de los sectores del tema en los que se trabaja (Souto, 1983).

La narración no es solamente importante por su papel auditivo dentro del video, debe hacer énfasis sobre ciertas imágenes, indicar las relaciones, centrar la atención a determinados momentos, etc. También hay que cuidar que la narración esté estrechamente ligada a la imagen y sirva de recurso; y no, por el contrario estorbe el aprendizaje.

El contenido de un mensaje en video es afectado por el tiempo que se necesita para su presentación; por lo tanto, y desde el comienzo, es necesario hacer un cálculo por lo menos aproximado de lo que durará dicha presentación (escena). Las escenas en video varían entre 2 y 30 seg., con un promedio de 7 seg. Sin embargo no hay una regla fija para decir cuándo la presentación de un material es muy larga, muy corta o

correcta. No debe darse demasiado tiempo porque se perdería el interés; un video que trata de dar orientaciones generales requerirá de 15 a 20 min. (Kemp, op. cit.)

Los videos deben exhibirse siempre sobre la base de un guión elaborado de tal manera, que pueda ser perfectamente válido para el aprendizaje aún sin el apoyo de imágenes y sonidos (Mallas, op. cit.).

Algunos consejos básicos para la elaboración del guión son los siguientes:

- Preparar el guión de manera que la historia a ser expuesta mediante imágenes y comentarios tenga una continuidad lógica, basada fundamentalmente en el concepto de: principio - desarrollo - culminación. De esta forma se logrará fluidez y coherencia en el relato, normas básicas para interesar a la audiencia.

- Elegir para la realización de cada toma la imagen que más se ajuste a la temática a ser expuesta y seleccionada con el concepto primario de su funcionalidad.

- El comentario o narración debe ser un complemento de la imagen y no un sustituto de ésta. Es importante recordar que el 75% de la sensibilización de nuestra mente se origina por la vista y sólo el 13% nos llega por los oídos. La preparación del comentario debe someterse a las siguientes premisas:

- . No hablar sobre aquello que la imagen no muestre.
- . Evitar la retórica y usar frases cortas de construcción simple.
- . Concebir el texto para que se encuentre estrechamente relacionado con la imagen.
- . No dividir la atención de la audiencia.
- . Limitar a un máximo el uso de adjetivos.
- . La palabra hablada debe ser preponderante sobre la escrita.
- . Evitar las frases hechas, los costumbrismos, los términos peyorativos.
- . No contar lo que la imagen exhibe sino ilustrar o complementar lo que la audiencia visualiza.
- . No olvidar hacer pausas para dejar lugar a otros efectos sonoros.
- . Usar la locución solamente cuando la imagen lo requiera.

Limitar la locución a no más de 6 seg. por escena.
No abusar de las posibilidades del medio
audiovisual concibiendo obras que por su extensa
duración cansen a la audiencia pese a sus virtudes
pictóricas o de temática (Souto, 1979).

Una vez elaborado el guión, y particularmente en este trabajo, se procedió a instruir a las parejas en lo que debían actuar y posteriormente a filmar las escenas. Una vez concluida la filmación se llevó a cabo la ordenación, la secuencia y la sincronización de las escenas. Durante este proceso es necesario tener muy en cuenta el no perder la continuidad. Esta, también designada con el nombre de "racord", es aquella característica específica del video, según la cual las escenas que están grabadas separadamente, una vez ordenadas en su justa secuencia, deben presentar en los puntos de juntura una perfecta uniformidad, o sea, una coherencia de contenido formal y narrativo. Los errores de continuidad en que es posible caer pueden ser numerosos y de diversos géneros, y dar lugar a incongruencias, a situaciones anormales y a menudo absurdas, que, aunque duren pocos segundos sobre la pantalla destruyen con frecuencia el efecto que se desea obtener (Menotti, 1980).

Aparte de la imagen como medio para dar información, el video cuenta con el sonido como un poderoso instrumento para sugerir importantes variaciones en el desarrollo del relato. El sonido no es sólo un efectivo contrapunto de la imagen sino que, mediante su inteligente aplicación, puede servir para efectuar enlaces de secuencias (Manotti, 1980).

Con las cámaras actuales es posible grabar al mismo tiempo imagen y sonido y sólo se hace necesario realizar la edición del video, después de la ordenación y revisión de la continuidad de las escenas.

El aspecto auditivo de un video o de una película puede estar compuesta por uno o varios de los siguientes compuestos sonoros:

1. Comentario
2. Voces o diálogos sincronizados
3. Música
4. Efectos sonoros y ambientales

Cada componente requiere una especial atención y un máximo de detalle en el guión de sonido.

Si bien no hay reglas fijas a seguir para el mejor aprovechamiento de la banda sonora de un video, dado que las normas varían para cada tipo de producción, hay ciertos conceptos que son el resultado de la experiencia de más de cuarenta años de cine sonoro. Se explicarán a continuación lo que son el comentario y la música que son los dos únicos elementos que se emplearán en el presente trabajo:

- Comentario. Como ya se había mencionado, este es una exposición verbal que tiene el cometido de explicar aquello que la imagen por sí sola no puede aclarar al espectador. Si bien se trata de un eficaz complemento del relato visual, siempre deber ser este último quien desarrolle la historia. Los principales atributos del comentario son:

a) Proporcionar datos o informaciones que ayuden a hacer comprensible el desarrollo del video.

b) Lograr un clima apropiado para introducir o culminar una temática.

c) Guiar la atención del público para que éste vea aquello que se interesa destacar.

d) Servir como recurso de transición entre diferentes aspectos temáticos del video.

Son muchos los videos que requieren el apoyo de un narrador para ampliar conceptos informativos u orientar temas difíciles de exponer por el sólo uso de imágenes. En todos estos casos, el texto del comentario se suele preparar esquemáticamente durante la elaboración del libreto. Luego, durante la etapa del montaje, una vez que las imágenes han sido empalmadas en continuidad, se comienza a pulir y ajustar este texto para ligarlo en forma perfecta con la exposición visual.

La técnica de concebir un comentario está basada en una serie de condicionantes que impone el medio utilizado.

He aquí algunas de ellas:

- Uso de frases cortas y de sencilla construcción;
- ausencia total de terminología retórica;
- empleo de palabras de fácil comprensión;
- exposición concisa pero ilustrativa;
- texto siempre relacionado con la imagen;
- preponderancia de la palabra hablada sobre la escrita;

- uso de sinónimos luego de emplear inevitables términos técnicos;
- cuatro palabras por cada 30 cm. de video y no más.

Quizá las recomendaciones de lo que no hay que hacer sean exactamente lo contrario a lo anterior y que ha sido expuesto en lo referente a la elaboración del guión.

Aparte del texto, la efectividad del comentario del video está también relacionado con la técnica adoptada por el narrador al realizarse la grabación. No sólo es importante la obtención de una voz bien modulada, libre de acentos, inteligible y sin manierismos expresivos, sino que, además, la voz debe adaptarse al estilo del video. El narrador debe estar familiarizado con el tema que se expone para imprimir un sentido de convicción a sus palabras y transmitir la sensación de que sabe lo que dice. El tipo de voz y la técnica de enunciación debe ser adecuada al terreno específico al que pertenece el video, ya sea éste educativo, noticioso o publicitario. Las diferentes categorías dentro de los cuales puede clasificarse una obra pueden requerir voces que correspondan a estos terrenos específicos. Así, por ejemplo, un video educativo impone un estilo que denote autoridad y expresividad didáctica, y un video publicitario,

por su parte, exige una voz más melosa, adecuada para una sugerencia convincente.

En muchas producciones se suele recurrir a más de un narrador para lograr un comentario ágil e interesante. En algunos casos se utiliza una voz que representa al protagonista o autor de la historia, y otra que sirve para atenuar los acontecimientos generales. Otras veces el comentario está repartido entre dos personas que se alternan adecuadamente en la exposición. En ambas situaciones, es fundamental que los narradores del video posean características de enunciación lo bastante diferentes entre sí para contrastarse y así proporcionar interés y variedad a la locución.

- Música. La música es un extraordinario medio para ser asociado a la imagen del video, pues presenta variados atributos que acentúan la apreciación de la obra por parte del espectador. Por un lado le ayuda a identificarse con la trama expuesta, pues es un excelente vehículo para lograr un clima adecuado. Su intervención permite hacer más fluido el desarrollo de los acontecimientos, y su combinación con el narrador constituye la fórmula clásica para ayudar a expresar un comentario. Pero la música, además, permite exponer

situaciones sin explicación verbal, es muy eficaz para introducir o culminar una exposición y puede aplicarse también para puntualizar una acción o como recurso de transición.

Al prepararse el guión de sonido, el compositor o adaptador musical debe ir marcando aquellos pasajes del video en los cuales la música tiene un importante papel. Para ello hay que seleccionar el estilo adecuado de música: pastoral para escenas paisajísticas o temas románticos; movimientos ligeros para secuencias generales, descripción de productos o actividad normal; movimientos pesados para mostrar una actividad industrial impresionante u operación de grandes máquinas, con efecto dramático para aquellas escenas que puedan impresionar como incendios, tragedias producidas por la guerra, derrumbamientos, inundaciones; con efecto misterioso cuando la temática impone un clima de suspenso, etc.

La elaboración de un acompañamiento musical varía considerablemente según los casos, pero depende de una serie de técnicas que suelen ser utilizadas cuando se conciben o adaptan composiciones musicales para reforzar un video. He aquí algunas de ellas:

1. Todo video suele ser introducido mediante un efecto musical que prepara mentalmente al público para la temática que le será expuesta. La música de presentación puede consistir en una serie de acordes de apertura o en el prólogo del tema que será luego desarrollado.

2. De igual forma que la música de presentación, el epílogo de un video se refuerza también con efectos musicales que dan la tónica de la culminación de un relato. Aquí este complemento desempeña un importante papel, pues la imagen no siempre puede por sí sola dar la sensación de que una historia está concluyendo.

3. Los temas deben ofrecer variaciones en notas o instrumentos y los ritmos deben ser adecuados a las imágenes que complementan.

4. El acompañamiento musical no está subordinado al plano de la imagen, sino de lo que ésta contenga. Puede por lo tanto, acompañar cualquier combinación de planos siempre que estos mantengan una unidad visual. Las transiciones de la música de la misma manera que la imagen, se hacen por encadenamiento de temas esfumados, o combinación con otros efectos sonoros.

5. La música electrónica está teniendo en la actualidad una gran aceptación para la aplicación en el video. Conviene tenerla en cuenta al prepara el guión de sonido, pues dado sus particulares características y su infinita variedad de matices, su presencia puede dar vigor a muchas escenas difíciles (Souto, 1983).

A pesar de lo expuesto, el video puede ser elaborado de diferente forma según los intereses, objetivos y recursos del que lo elabore.

En el siguiente capítulo se presenta el guión del video que ofrece el presente trabajo.

CAPITULO 4

TEXTO

IMAGENES

Narrador (N): Este video está pensado y diseñado especialmente para ustedes, parejas jóvenes recién formadas con deseos de mantener una buena relación.

Aquí encontrarán sugerencias que les permitirán tener buena comunicación entre sí; ya que ésta nos permite relacionarnos con la gente que nos rodea y expresarles nuestros sentimientos, emociones e ideas.

PARTE I

Ni Cuando nos comunicamos no lo hacemos sólo verbalmente sino que hay muchos otros factores que acompañan a nuestras palabras como son; el volumen y el tono de la voz, así como los movimientos, postura y gesticulaciones de nuestro cuerpo. A esto se le ha denominado comunicación no verbal.

El volumen de la voz debe estar de acuerdo a la situación en la que nos encontramos, por ejemplo: si queremos hablar en público, es conveniente utilizar un volumen alto:

ESCENA 1

Mujer (M): Oigan, oigan,
oye Erna bajale tantito al
volumen ¿no?. Oigan
muchachos, muchachos le
quiero agradecer, hay
dejame hablar Patricia,
les quiero agradecer, pues
que me hayan apoyado en
que me haya vo titulado.
muchas gracias.

Lugar: Sala de una casa.

Escena: Grupo de personas
conviviendo en una
fiesta.



N: En cambio, si queremos tratar algún tema íntimo con nuestra pareja, el volumen más adecuado será bajo:

ESCENA 2

M: Hola cómo estas mi amor.

Hombre (H): Hola, bien, bien ¿qué paso, cómo estas?

M: Bien

H: ¿De dónde vienes?

M: De la escuela.

H: A si, y ¿cómo te fue?

M: Pues hay más o menos ya ves como es pura flojera, no hacemos nada, pero estoy contenta.

H: A si, ha que bueno se te ve, se te ve.

Lugar: Sala de una casa

Escena: Pareja sentada frente a frente en un sillón platicando.

M: Si ¿te acuerdas de los
análisis que me fui a
hacer la otra vez?.

H: A sí, qué paso.

M: Que crees que salió.

H: No, pues no se.

M: Adivina, adivina.

H: No, no dime, dime,
dime, andale.

M: ¿Te digo?

H: Sí

M: Estoy embarazada

H: ¿De veras?

M: Sí



N: También es recomendable que cuando la pareja se encuentre conversando se miren frecuentemente a los ojos, ya que esto demuestra que se está prestando atención e interés; mientras que si desviamos la mira a otro lugar constantemente, nuestra pareja puede pensar que no se le está prestando la atención debida. A este aspecto de la comunicación no verbal se le denomina: contacto visual. Otros aspectos importantes de la comunicación no verbal son la forma como estamos colocados con

respecto a nuestra pareja, es decir, la postura del cuerpo. Así con los gestos, que son movimientos que realizamos con cara y manos. Los gestos nos ayudan a enfatizar lo que se está diciendo y también son indicativos de atención e interés hacia nuestra pareja.

ESCENA 3

H: Mónica

M: Mande

H: Esta sonando el teléfono, ¿no lo puedes contestar?.

M: Voy

H: Mónica

M: Voy

H: Esta sonando

Lugar: Cantina

Escena: El hombre está encerrando la cantina.

Ella llega a contestar el teléfono (no hay contacto visual) y se sienta en uno de los bancos. Después de colgar el teléfono ella se para y se va a la cocina.

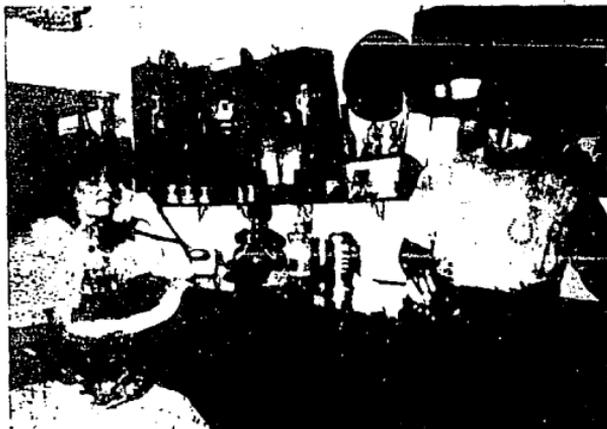
M: Que ya vengo. Bueno,
hola hermana, bien y
tú; que onda, a bailar,
a dónde, al mocambo,
hijole quien va a ir,
hay el Eduardo, a ver
dejame le digo a Daniel
¿no?, esperame tantito.
Oye Daniel que si vamos
a bailar.

H: A ver.

M: Ay hermana, pues a
ver, si para variar a
ver, esperame tantito
¿he?. Oye Daniel que
si vamos a bailar.

H: Ya te dije que a ver.

M: Bueno, pues no hermana,
no se, este pues, no,
yo te llamo después
¿no?. Sale vale, orale,
adiós.



N: Veamos ahora la forma
correcta de usar el
lenguaje no verbal:

ESCENA 4

H: Momy

M: Mande

H: No podrías contestar el teléfono por favor, es que tengo las manos llenas de aceite.

M: Si, hay voy. Bueno hola hermana, bien ¿y tú?

H: ¿Quién es?

M: Aurea. ¿Qué hermana? a bailar.

H: ¿A dónde?

M: ¿A dónde?, al mocambo, ¿cuándo? el viernes en la noche.

H: ¿Con quién?

M: ¿Con quién?. A ver esperame, ¿he?, va a ir Paty, Eduardo, César, Aurea, Alma y Carlos.

Lugar: Igual.

Escena: Igual (hay contacto visual, postura y gestos adecuados).

Oye ¿cuánto? ¿he?

¡gratis! (se ríe). Hay
hermana sí, sí, ¿el
viernes? sale vale, en
la C.T.M., a ver
esperame, esperame.

H: ¿Dónde?

M: ¿En la C.T.M., nos
vemos?

H: Sí

M: Sí, hermana en la
C.T.M., sale hermana,
orale, bye.



PARTE II

N: Al comunicarnos debemos tratar de usar palabras que expresen claramente lo que queremos decir.

Es conveniente que estas palabras tengan el mismo significado para ambos miembros de la pareja; ya que si se emplean palabras que sean entendidas de diferente manera se pueden provocar malos entendidos o discusiones innecesarias. A esta parte de la comunicación le llamamos utilización de un vocabulario común. Veamos la siguiente escena:

ESCENA 5

M: Ten, oye a ver si ya me das dinero ¿eh?, porque el que me diste ya se me acaba.

H: Luego, luego, luego.

M: Dyme todo te vale ¿que te crees he? que soy tu tonta o ¿qué?.

H: Estás loca, siempre me sales con lo mismo.

M: Lo que pasa es que nada te interesa y mucho menos yo, que esos modales qué he. Dime ¿que quieres? ¿qué piensas, he?

Lugar: Cocina

Escena: El está sentado desayunando y resolviendo un crucigrama. Ella está parada a un lado de la mesa.



ESCENA 6

M: Oye, amor.

¿Qué es lo que tienes?

No se, desde hace mucho
tiempo te noto distante

¿qué ya no me quieres?,
ya no me acaricias, ya

Lugar: Recámara

Escena: Ella está
acostada en la cama, él
viendo hacia afuera por
la ventana. Después se
sienta en la orilla de la

nada ¿qué tienes?

¿tienes mucho trabajo?

o que.

H: Lo que pasa es que hay muchos problemas en la oficina mi amor y estoy un poco tenso.

M: Si, si pero el trabajo, o sea, yo soy importante ¿no?

¿que es más importante tú trabajo o yo?, me tienes abandonada, ya casi no te veo.

H: Te prometo que voy a cambiar.

M: De veras.

H: Si, de veras.

cama y quedan los dos sentados frente a frente.



N: Otro punto importante
que debemos tomar en
cuenta al comunicarnos
con nuestra pareja, es
que resulta más
agradable pedir las

cosas de manera
positiva que negativa.
Una expresión negativa
es la siguiente:

ESCENA 7

M: ¿Oye, qué te pasa, por
qué la tiras?

H: Ay, siempre me haces lo
mismo y ya quitate por
favor.

M: Siempre me haces lo
mismo. ¿Porqué la
tiras, oye?

H: Por favor dame permiso.

M: No, me voy a quitar
¿qué te pasa?

H: Siempre me haces lo
mismo.

M: Y tú me desquicias con
tu manera de ser.

Lugar: Recámara

Escena: El está acostado

en la cama viendo la T.V.

Ella junto a la cama

recogiendo unas cosas,

discuten y ella le

avienta una cobija en la

cara y sale de la

habitación.

N: Veamos ahora una
expresión positiva.

ESCENA 8

M: Oye, no te quieres
comer la mitad de mi
sandwich?

H: bueno, sí, la mitad sí.
Yo también me estoy
empezando a sentir
lleno, lo que pasa es
que yo comí menos que
tú, pero comí más
fruta.

M: Oye y si nos vamos a
caminar.

H: ¿Ahorita ya?

M: Pues cuando acabemos de
desayunar.

H: Y quién va a recoger
aquí.

M: Yo recojo, y tú lavas.

Lugar: Comedor

Escena: Los dos están
sentados desayunando (hay
contacto visual, postura
y gestos adecuados.



H: Al revés, mejor ¿no? yo recojo y tú lavas.

M: Bueno, yo recojo y tú secas los trastes.

H: ¿Por qué no mejor al revés?

M: Hay es que no me gusta lavar. Bueno mañana lavo yo, ¿no?

H: Y yo recojo y limpio mañana.

M: Sí.

H: Bueno, esta bien.



PARTE III

N: También es necesario que aprendamos a expresarle a nuestra pareja sentimientos tanto positivos como negativos en forma adecuada; ya que muchas veces damos por hecho que nuestra pareja sabe lo que nos agrada, siendo que con mucha frecuencia esto no es así.

En cuanto a los sentimientos positivos, es recomendable expresarle abiertamente nuestras emociones, reconocer explícitamente los aspectos agradables de nuestra pareja y pedir

claramente lo que
deseamos.

Al expresar
sentimientos
negativos debemos
especificarle a nuestra
pareja que de lo que ha
hecho no nos agrada,
aclarando que no es
porque esa conducta sea
mala, sino simplemente
que no nos es grata.

Una vez aclaradas las
conductas que nos
agradan de nuestra
pareja, podemos pedirle
que sustituya esas
conductas por otras que
sean convenientes para
ambos.

Igualmente importante
es "reforzar" a nuestra
pareja; es decir,

comunicarle que es bueno que no haya escuchado y que está dispuesto a cambiar. A continuación veremos algunas escenas que ejemplifican lo que se acaba de explicar. Lo que sigue es una expresión inadecuada:

ESCENA 9

H: Ya está desocupado.
M: Oye ven acá.
H: Sí.
M: Ya viste siempre es lo mismo dejas todo tu reguero, ¿qué crees que soy que o que ha?. Me quieres decir con que me voy a secar, ve toda húmeda.
¡Hay eres un cerdo!

Lugar: Baño
Escena: El está en el baño mirándose al espejo, luego sale. Ella entra y ve todo. Ella entra y le llama. El regresa y quedan parados junto a la puerta.
El le da su toalla a ella y sale.



N: En este caso, lo conveniente es que ella describa la conducta que le desagrada de él.

ESCENA 10

H: Esta desocupado el baño.

M: Oye amor puedes venir un momento por favor.

H: Si, ¿qué pasa?

M: Mira siempre dejas el baño todo tirado, ¿por qué no lo recoges? he andale ¿si?.

H: Sí.

M: Para que yo me pueda bañar más rápido.

H: Andale pues.

M: Te parece.

H: Ok.

M: Entonces te espero acá afuera.

H: Andale yo te hecho un grito.

Lugar y Escena: Igual a la anterior, sólo que al final el se queda recogiendo.



N: Otra expresión
inadecuada es:

ESCENA 11

M: Hay ya llegue,
perdoname lo que pasa
es que el metro
estaba llenísimo.

H: Si el metro, otra vez
el metro.

M: Pues que quieres si no
hay otro transporte.

H: Agarra un taxi.

M: Hay un taxi, ¿tú me lo
vas a pagar?, yo no
tengo dinero para pagar
eso.

H: Una hora tarde, una
hora tarde.

M: Hay bueno, que es una
hora.

H: Siempre te espero,
siempre te espero.

M: Son 12:05 una hora que
más da.

Lugar: Parque

Escena: El está recargado
en un poste cruzado de
brazos esperando. Ella
llega y quedan parados
frente a frente.



N: Aquí lo adecuado es que
él exprese en forma
positiva qué es lo que
no le gusta:

ESCENA 12

M: Hola amor, disculpame,
de veras disculpame, lo
que pasa es que mi mamá
se puso mala y la
verdad es que se me
hizo tarde, mira nada
más ya son 12:15.

H: Pero bien, todo bien.

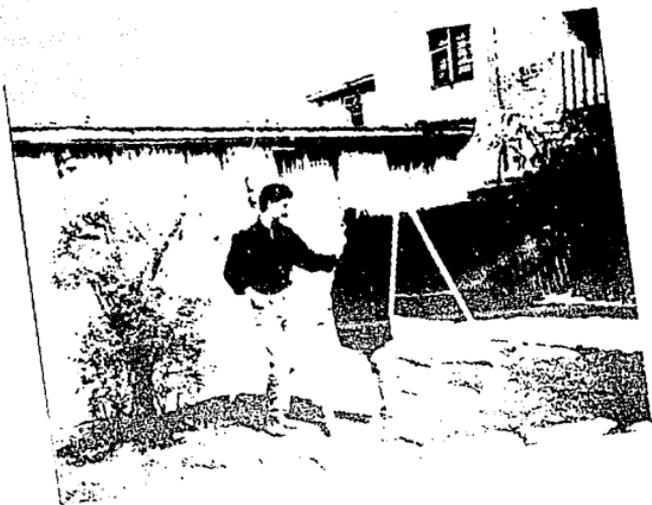
M: Hay sí, sí, nada más se
desmayó y pues ya,
disculpame, perdoname,
¿no?

H: No te preocupes, pero
nada más hay que llegar
más puntual.

M: Hay, si te lo prometo.

Lugar: Parque.

Escena: El está sentado
en un parque esperando.
Ella llega, él se para y
quedan frente a frente.



NI Veamos ahora la
siguiente escena:

ESCENA 13

M: Que ya te vas a largar
¿verdad?, como siempre
me haces tus babosadas.

Lugar: Sala de una casa.
Escena: Ella está
sentada en una mecedora

¿Qué crees que soy? tu
idiota, ve ya te vas y
me dejas hablando sola.
Eres un idiota.

fumando. El se para
junto a la puerta y luego
se acerca hacia ella.
Ella se para y quedan
frente a frente, luego él
se va.



N: En el ejemplo que acabamos de ver lo mejor sería que ella le pidiera o sugiriera a su pareja el cambio que desea de él:

ESCENA 14

H: Si compadre ¿a qué hora?, ok., quieres que lleve discos, algo así por el estilo ¿no? ya tienes todo, perfecto. Ok., yo te veo ahí a las 8:00, andale pues, bye, bye.

M: Oye amor ¿quién te hablo? he.

H: Mi compadre me invito a una reunión, a una despedida de un amigo.

M: Y vas a ir.

H: Un rato, pues ya tiene rato que no los veo.

Lugar: Sala de una casa.

Escena: El está sentado en un sillón hablando por teléfono. Luego ella llega y se sienta junto a él (hay contacto visual, postura y gestos adecuados).

M: No amor, no vayas.

H: Sólo un rato, no me voy a tardar.

M: Quiero que te quedes conmigo, por favor y además ya rentamos las películas acuerdate.

H: ¡Oh! es cierto las películas, ¿por qué no me acordaste ahorita que estaba hablando con él?

M: Pues pense que te acordabas tú.

H: Pero me estabas escuchando que nos íbamos a ver.

M: Bueno, por qué no haces algo, le hablas y le dices que ya no vas a ir.

H: Andale pues, le voy a hablar y ¿qué le digo?

M: Pues que no puedes ir,
haber que le inventas.
Me gusta hablar contigo
porque siempre me
escuchas y me
comprendes.



Ni Recordemos ahora que es muy importante que cuando nuestra pareja nos escucha y acceda a tener un cambio, debemos reforzarla, es decir, alentarla.

PARTE IV

Ni La conversación es un recurso que está al alcance de todos y que hay que saber utilizar para expresar lo que queremos y entender a los demás.

Para iniciar una conversación casi siempre se plantea una pregunta a la cual es bueno responder ampliamente y no limitarse a contestar

Únicamente, lo que se preguntó; es decir, dar información adicional.

Esta información adicional sirve de estímulo para continuar la plática. Escuchando lo que se nos dice podemos hacer más preguntas y así continuar la conversación. Por lo tanto, es determinante saber escuchar.

Otro de los elementos que están presentes dentro de la conversación son el tomar y el ceder la palabra, evitando interrumpir al que habla o hablar

demasiado tiempo sin permitirle al otro participar.

Veamos el siguiente ejemplo:

ESCENA 15

M: ¿Qué haces?

H: Estoy haciendo salsa, pero que crees que no encuentro los jitomates, búscamelos ¿no?, a ver si encuentras alguno.

M: Sí.

H: Es que luego están tan escondidos que yo no se ni donde buscarlos.

M: Hay dos.

H: ¿Hay dos? perfecto, suficiente.

M-H: (hablan al mismo tiempo).

Lugar: Cocina de una casa.

Escena: El está sentado en un antecomedor preparando una salsa.

Ella saca algo del refrigerador y se sienta a la mesa con un periódico.

H: La semana que entra
tenemos que ver lo del
encuentro de
convergencia, porque
entre el jueves y el
viernes tenemos que
partir el equipo en
dos, si es muy
importante el encuentro
de convergencia,
entonces tenemos que ir
alguno de los dos,
tenemos que ir.

M: Oye, fijate que ando
bien preocupada por una
nota que salió aquí en
el periódico es acercarse
del Ajusco y me
preocupa mucho lo que
plantearon, fijate se
me hace que van a tener
broncas, a ver que
página es, fijate que

la situación de los del
Ajusco; oye, te estoy
platicando Daniel, de
lo del Ajusco.

H: Disculpame a ver dime.



Ni Para concluir una conversación es indispensable no dejar ningún tema inconcluso. Todos estos elementos de la conversación van siempre acompañados por expresiones de nuestro cuerpo como gestos, miradas, posturas y distancia interpersonal que podemos utilizar para complementar lo que estamos diciendo, expresar nuestro interés, etc., veamos una ejemplo de una conversación inadecuada:

ESCENA 16

M: Ya llegue Daniel.

H: ¿Cómo te fue?

M: Bien

Lugar: Patio de una casa.

Escena: El está jugando

basquetball. Ella llega

H: ¿Qué te dijo el doctor?

M: Qué necesito análisis.

H: ¿Para cuando son?

M: Creo que para el
viernes.

H: Está bien ¿no?

M: mmm.

y se recarga en la pared.

El sigue jugando.

Platican y después

ella entra a la casa.



N: A continuación se les
presenta una
conversación
adecuada:

ESCENA 17

M: Hola amor.
H: ¿Cómo te fue?
M: Regular.
H: ¿Regular? que te dijo
el médico.
M: Pues que probablemente
tenga anemia.
H: ¿Anemia?
M: Sí.
H: Te mando alguna
medicina.
M: Análisis, me mando
hacer análisis para el
viernes.
H: Para el viernes ¿a qué
hora?
M: En la mañana.

Lugar: Patio de una casa.

Escena: El está
barriendo, ella llega y
se quedan parados frente
a frente (hay contacto
visual).

H: Oye, apenas vamos
empezando la semana ¿te
mando alguna medicina,
qué descanses, qué
comas bien? nada.

M: No.

H: Bueno, te vamos a
comprar una vitaminas
¿no? de hierro
inyecciones.

M: No.

H: ¿Te sientes bien o te
sientes mal?

M: Ay, pero inyecciones
no.

H: Entonces como quieres
curarte. además eso no
le hace daño a nadie y
es bueno que te
pongamos unas
vitaminas.

M: Bueno.



N: Lo que les hemos
presentado son los
aspectos básicos de
una buena comunicación,
esperamos que les sean
útiles en su relación
de pareja.

CONCLUSIONES

Como ya se ha visto a lo largo del presente trabajo el tema de la pareja siempre ha sido motivo de interés y estudio para diversas disciplinas, ya que la pareja se encuentra inmersa en un contexto social, está afectada por diferentes problemas, a lo que es necesario darles solución.

Los mismos cambios de la sociedad han modificado la estructura de la pareja tradicional, provocando que esté se vea en la necesidad de hacer cambios o ajustes en su forma de relacionarse. Esta situación se ha presentado a lo largo de las relaciones de pareja, y como es de esperarse seguirán presentándose cambios, tanto en la sociedad como en la pareja.

Actualmente, las parejas están más conscientes e interesadas en su relación y posibles conflictos, por lo que han buscado ayuda de diferentes profesionales, como psicólogos, sexólogos, médicos, trabajadores sociales, etc. Es así como estos profesionales han estudiado y desarrollado alternativas para dar solución a dichas demandas.

Sin restarles importancia a todas estas disciplinas, se ha podido comprobar que un gran número de parejas acuden a la ayuda profesional del psicólogo.

Dentro de la psicología existen diferentes posturas que han estudiado las relaciones de pareja, aportando alternativas de solución a sus conflictos. Sin embargo la alternativa cognitiva-conductual ha demostrado su utilidad tanto en la solución de problemas específicos como en el entrenamiento de habilidades funcionales básicas a las personas, lo cual les facilita un adecuado desarrollo en cualquier tipo de relación interpersonal, incluyendo la de pareja. Dentro de estas habilidades básicas la comunicación es fundamental, en el mantenimiento de una buena relación; ya que empleándola adecuadamente se facilita el entendimiento entre los miembros de la pareja y la adquisición de nuevas y diferentes habilidades.

En el entrenamiento de dichas habilidades el psicólogo ha utilizado diferentes métodos y medios. En el presente trabajo se desarrolló uno de los más novedosos y atractivos: el video. Este medio ha demostrado ser eficaz en el proceso enseñanza-aprendizaje y ha sido utilizado como un instrumento de información, capacitación y en este caso de formación.

El video ofrece grandes ventajas tanto para el psicólogo como para la población a la que va dirigido. A través del video, el psicólogo puede presentar la información deseada de manera clara y sistemática, valiéndose de todos los avances tecnológicos relativos a imagen y sonido para que ésta resulte más atractiva y fácil de asimilar. El video es también una herramienta que nos permite ahorrar tiempo, ya que se puede presentar de manera individual o grupal cuantas veces sea necesario en cualquier hora y lugar, de acuerdo a los intereses de las personas. Sin embargo es recomendable que aunque el material en si sea claro y completo, el espectador tenga una orientación más personalizada con el psicólogo.

Finalmente es importante resaltar que para lograr la buena realización de un video es necesario tener conocimientos básicos de las posibilidades tecnológicas que se puedan emplear ya que día a día existen más recursos de los cuales el psicólogo, así como otros profesionales pueden echar mano para hacer más completa su práctica profesional.

BIBLIOGRAFIA

- Ajzen, W. (1980) Auxiliares Audiovisuales Para Empresa y Escuela México, Ed. Diana, cap. 2.
- Anguiano, S. (1990) Elaboración de un Instrumento de Evaluación Para la Detección de Repertorios Conductuales en la Pareja: Una Alternativa Cognitivo-Conductual TESIS, UNAM, caps. 1 y 2.
- Bandura (1982) Teoría del Aprendizaje Social Madrid, Ed. Espasa Calpe, cap. 2.
- Ballesteros y Carrobles, M. (1979) La Práctica de la Terapia de Conducta Madrid, Ed. Debate.
- Barrios, L. y Martínez, M.Y. (1991) Elaboración de un Manual de Repertorios Funcionales Básicos en Parejas Jóvenes: Una Alternativa Cognitivo-Conductual TESIS, UNAM, caps. I, II y IV.
- Bleichmar, S. (1987) La Constitución Psicosexual de la Infancia México, CCH-SUR, pp. 1-50.

Bonet, E. y Dolz, J. (1980) En Torno al Video México, Ed. Diana, Cap. I.

Bueno, M. (1985) Relaciones de Pareja Principales Modelos Teóricos España, Ed. Deselée de Brouwer, S.A., pp. 11-13, caps. III y IV.

Costa, M. y Serrat, C. (1987) Terapia de Parejas España, Ed. Alianza, caps. I, II y III.

Decaigny, T. (1980) La Tecnología Aplicada a la Educación Argentina, Ed. El Ateneo, pp. 3-15.

Eneas, J. y Paldao, C. (1979) Evaluación Conductual España, Ed. Pirámide, cap. III.

Ferrandez, A. (1980) La Educación Constantes y Problemática Actual Barcelona, Ed. Ceac, pp. 312-318.

Freud, S. (1973) Tres Ensayos Sobre una Teoría Sexual Madrid, Ed. Alianza caps. I y II.

Gaubeca, M. (1976) Elaboración y Prueba Didáctica del Programa Audiovisual : "Métodos, Técnicas y Campo de Trabajo de la Psicología Educativa" TESIS, UAM, PP. 3-14 Y 49.

González, M.E. (1986) El Funcionamiento Inadecuado del Holón Parental y su Relación con la Conducta Agresiva del Niño México, TESIS, UAM Xochimilco, cap. I.

Grotjahn, M. (1988) Historia del Psicoanálisis IV México, Ed. Paidós, pp. 18-40.

Kazdin, J. (1983) Historia de la Modificación de Conducta Bilbao, Ed. DDB, cap. V.

Kemp (1973) Planificación y Producción de Materiales Audiovisuales, México, Ed. UNESCO, pp. 48-49.

Ladouceur, L. y Cols. (1981) Principios y Aplicaciones de las Terapias de Conducta Madrid, Ed. Debate, cap. 14.

Leitenberg, H. (1982) Modificación y Terapia de Conducta Tomo I. España, Ediciones Morata, cap. VII.

- Lilienfeld, R. (1981) Teoría de Sistemas. Orígenes y Aplicaciones en Ciencias Sociales México, Ed. Trillas, cap. II.
- Mahoney, M. (1983) Cognición y Modificación de Conducta México, Ed. Trillas, cap. I.
- Mallas, S. (1979) Medios Audiovisuales y Pedagogía Activa España, Ed. Ceac, cap. IX.
- Massota, O. (1982) Lecciones de Introducción al Psicoanálisis Buenos Aires, Ed. Gedisa, cap. III.
- Matzkin, M. (1981) El Super E. Un Manual Para Aficionados y Semiprofesionales Barcelona, Ed. Omega, pp. 225-237.
- Menotti, M. (1980) El Arte y la Técnica de Filmar España, Ed. Hispano - Europea, p. 115.
- Satir, V. (1980) Psicoterapia Familiar Conjunta: Guía Teórica y Práctica México, Ed. Prensa Médica Mexicana, cap. III.
- Segal, H. (1985) Introducción a la Obra de Melanie Klein México, Ed. Paidós, pp. 76-79.

- Sidney, G. (1984) La Educación en la Era Tecnológica
Argentina, Ed. Bowkar, pp. 237-260.
- Souto, M. (1979) Manual de Cine: Audiovisuales y Video-Registros Barcelona, Ed. Omega, pp. 213-224.
- Souto, M. (1983) Técnicas del Cine Documental y Publicitario
Barcelona, Ed. Omega, pp. 14-23 y 112-123.
- Spanjaard, J. (1988) Historia del Psicoanálisis V Argentina
Ed. Bowkar Editores, pp. 237-260.
- Tickton, S. (1984) La Educación en la Era Tecnológica
Argentina, Bowkar Editores, pp. 237-260.
- Wittich, W. (1985) Material Audiovisual: su Naturaleza y Utilización Argentina, Ed. Pax México, cap. XII.
- Wolpe, J. (1984) Psicoterapia por Inhibición Recíproca
España, Ed. Desclée de Brouwer, caps. I y V.