



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

FACULTAD DE PSICOLOGIA

**PROPUESTA DE UN TALLER DIRIGIDO A
MUJERES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA**

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGIA

P R E S E N T A:

JOSE ORAMAS CADENA



**Facultad
de Psicología**

**DIRECTORA DE TESINA:
MTRA. YOLANDA BERNAL ALVAREZ
CIUDAD DE MÉXICO, 2019**



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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 esta 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.

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Nacional Autónoma de México

A la Facultad de Psicología de la UNAM

A la Mtra. Yolanda Bernal Álvarez por su apoyo, paciencia y tolerancia.

A la Lic. Analilia Hernández Castillo

Y a los Asesores:

Mtra. Ma. Margarita Molina Avilés

Mtra. Damaris García Carranza

Mtro. Jorge Álvarez Martínez

Mtro. Rodolfo Esparza Márquez

A mi amada esposa
por su comprensión.

INDICE

CAPITULO I. VIOLENCIA

- 1.1 DEFINICION DE VIOLENCIA
- 1.2 LA VIOLENCIA EN NUESTRO PAIS
- 1.3 LA VIOLENCIA EN EL ESTADO DE TABASCO
- 1.4 LA VIOLENCIA EN EL MUNICIPIO DEL CENTRO (VILLAHERMOSA)

CAPITULO 2 ENFOQUE COGNITIVO CONDUCTUAL

- 2.1 MOLDEAMIENTO DE LAS CONDUCTAS VIOLENTAS
- 2.2 LA VIOLENCIA Y LA CONTINGENCIA
- 2.3 LA VIOLENCIA Y EL CONTROL ADVERSIVO
- 2.4 EXTINCION DE LA CONDUCTA VIOLENTA
- 2.5 METODOS COGNITIVOS DEL CONTROL DE LA CONDUCTA
- 2.6 APRENDIZAJE POR OBSERVACION DE LA CONDUCTA VIOLENTA
- 2.7 MANTENIMIENTO DE LA CONDUCTA VIOLENTA
- 2.8 INSTIGADORES DE LA VIOLENCIA, INFLUENCIA DEL MODELAMIENTO,
TRATAMIENTO AVERSIVO.
- 2.9 EXTINCION DE LA CONDUCTA VIOLENTA

2.10 DESENSIBILIZACION SISTEMATICA

2.11 CONDUCTA ASERTIVA

2.12 MANEJO DE CONTINGENCIA

2.13 AUTOCONTROL

PROPUESTA DE TALLER

- INTRODUCCION
- CARTA DESCRIPTIVA
- EVALUACION DEL TALLER

RESUMEN

El propósito de este trabajo es contribuir a la disminución de la violencia, especialmente en contra de las mujeres; las cuales a pesar de los avances tecnológicos actuales, muchas de ellas estoicamente permanecen en condiciones de violencia sin mayor esperanza.

Es claro que esta condición no desaparecerá mágicamente que se tendrán que realizar grandes esfuerzos, pero si logramos que un pequeño grupo de la población pueda reflexionar y cambiar la percepción de la violencia, no verla como algo natural; si no como una situación que podemos modificar.

Seguramente lograremos influir positivamente en la disminución de la violencia.

INTRODUCCION

En nuestro país y particularmente en el Estado de Tabasco se observan una serie de dificultades a las que como sociedad nos enfrentamos.

Uno de los grandes problemas son las dificultades económicas y otro los problemas de violencia, hoy en día Tabasco se encuentra en los primeros lugares de violencia intrafamiliar, abuso sexual y maltrato físico contra las mujeres, la entidad rebasa la media nacional ocupando el onceavo lugar en violencia física.

Por lo que resulta urgente continuar implementando programas que disminuyan la incidencia de la violencia en contra de las mujeres. Según informes de la ONU a escala mundial una de cada tres mujeres ha sido golpeada “Organización Mundial de la Salud. Departamento de Salud Reproductiva e Investigación, Escuela de Higiene y Medicina Tropical de Londres, Consejo Sudafricano de Investigaciones Médicas (2013)

Los patrones culturales en nuestro Estado y nuestro País establecen que la violencia contra las mujeres es algo normal, por lo que un gran número de víctimas no lo consideran violencia.

Según el Instituto Nacional de las Mujeres cerca de 25 millones de mujeres padecen algún tipo de violencia y según el INEGI el 50% de las mujeres mayores de 15 años sufre algún

tipo de violencia por parte de su pareja; excepto en violencia emocional, que es más baja que el promedio nacional. “Estadísticas a propósito del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, INEGI, 25 noviembre 2015, Aguascalientes, página 1”.

En Tabasco también es mayor el porcentaje de mujeres que sufren agresiones de tipo económico y sexual se cree que algunas de las enfermedades son desencadenadas por la violencia; por lo que la violencia es aún más grave de lo que pudiera creerse. . “Estadísticas a propósito del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, INEGI, 25 noviembre 2015, Aguascalientes, página 6”.

A pesar de la existencia de diversas instituciones que ofrecen atención y apoyo a las mujeres que sufren violencia como: Fiscalía del Estado, Instituto Estatal de la Mujer, DIF, Comisión Estatal de los Derechos Humanos, Secretaría de Salud y otras, considero que debido a la magnitud del problema es necesario contribuir desde todos los ángulos posibles a fin de disminuir esta situación.

Es por esto que la sensibilización y capacitación de mujeres en el ámbito de violencia es el propósito de este trabajo. En el primer capítulo se establecerán definiciones de violencia, algunos antecedentes en nuestro País y en el Estado.

En el Capítulo 2 se presentará una breve revisión teórica de lo que es la violencia desde la perspectiva cognitivo-conductual. Haré una breve revisión teórica de lo que es el

aprendizaje vicario, como se mantienen las conductas y los instigadores de la violencia. De igual manera presentaré algunos elementos que contribuyen al control de las conducta violenta como extinción, desensibilización sistemática, conducta asertiva y autocontrol.

Finalmente presentaré la propuesta de Taller, para dotar a las mujeres de herramientas psicosociales y conductuales que les permitan enfrentar esta problemática.

CAPITULO 1

VIOLENCIA

“La violencia es el uso intencional de la fuerza física, contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad; que tiene como consecuencias o es muy probable que tenga, un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o muerte”.

*Organización Mundial de la Salud
2012*

ANTECEDENTES.

La historia de la humanidad que conocemos, las fronteras del hoy día, no pueden entenderse sin la presencia de alguna manera de la conducta violenta, así tenemos incluso que en muchas páginas de la Biblia desde el Génesis hasta el Apocalipsis, capítulos enteros son extremadamente violentos, en algunos capítulos se llega incluso a hablar de la destrucción total de pueblos. Pero, ¿de dónde viene la violencia? ¿Será que la violencia viene de Dios? En las escrituras la violencia viene del “maligno” uno de los primeros actos de violencia conocidos en la Biblia es el asesinato de Abel por su hermano Caín; más adelante llueve fuego sobre la ciudad llamada Sodoma destruyéndola y a su población entera (Reyna-Valera, 1960).

Históricamente la conducta violenta es un callejón sin salida, la violencia engendra más violencia. Hoy en día hay grupos que justifican la violencia en nombre de Moisés, Buda o Ala.

En la antigua Roma hablan de la violencia como la acción o efecto de violentarse, lo violento por supuesto es aquello que está fuera de su natural estado, situación o modo; que se ejecuta con fuerza, ímpetu o brusquedad, o que se hace contra el gusto, o la voluntad de uno mismo.

En un mundo violento, muy frecuentemente los pueblos se encuentran en guerra como una de las manifestaciones de violencia.

En Grecia los teatros eran escenarios donde comparecía la violencia, para manifestar o dar una lección a los hombres en cuanto a la violencia. Los trágicos atenienses como Esquilo, Sófocles y Eurípides, nos ponen en contacto con crímenes, incestos y torturas. La edad media una época oscura en la que durante buena parte de ella, la violencia es vista como espectáculo donde la asistencia a las ejecuciones era masiva. Durante esa época se podía esperar sufrir en algún momento de la vida los efectos de la violencia, el equivalente hoy en día de la transmisión de los eventos más violentos de cualquier parte del mundo.

Durante la edad media la conducta violenta era una necesidad vital y la rapiña y la lucha eran manifestaciones que podían contarse entre las alegrías de la vida; las diversas manifestaciones de la violencia eran socialmente permitidas debido a la ausencia de un ente regidor de justicia. Ya para el siglo X la guerra se empieza a convertir en un negocio para los ricos, quienes se habían estado preparando para ella desde los primeros años de su juventud. Sin embargo, la violencia medieval palidece frente a la violencia de nuestra

época. Más cerca de nuestra época durante la Colonia, la España católica encontró justificación para el uso de la violencia contra la población indígena. Los principios teológicos y teocráticos de la llamada guerra justa, a la cual recurrieron para resolver los conflictos y dilemas morales que enfrentaron.

Durante la conquista la violencia infringida a los indígenas fue justificada por la supuesta inferioridad de los indígenas, lo que daba derecho a una Sociedad superior sobre la inferior, los indígenas eran incapaces de organizar la vida social, por lo que los españoles tenían la obligación de ayudarlos, los indígenas cometían pecados contra la religión católica ya que practicaban la idolatría, la sodomía y la barbarie.

La conquista fue una invasión violenta, el sometimiento de la población, se logra a sangre y fuego; esta violencia se impone por superioridad mortífera de las armas y las tácticas de guerra españolas, pero estas armas no matan solas y quienes las usan tiene motivos para hacerlo, el motivo central, oro y plata, además del enriquecimiento inmediato.

La violencia en todas sus formas estuvo presente durante la colonia, no como algo fuera de lo común o anormal, si no como una condición para el sometimiento de la población indígena.

Es durante el siglo XX que la violencia crece exponencialmente, el inicio de la primera Guerra Mundial, la segunda Guerra Mundial, la Guerra Fría y otros tantos conflictos como Corea, Vietnam y muchos más marcan definitivamente el rumbo de la historia.

Para este siglo las guerras continúan con el trasfondo de las ganancias y el lucro. La guerra es el trauma más grande que puede vivir una sociedad y contribuye a la conformación de la ideología y los pensamientos de la sociedad. Con el fin de generar ganancias económicas se generan conflictos; por lo que grandes maquinarias bélicas quienes crean enemigos imaginarios para que la violencia sea continua.

Hoy día la violencia, la guerra, se transforma en política, por lo que la política no es más que la continuación de la violencia.

1.1 DEFINICION DE VIOLENCIA

La organización de las Naciones Unidas (ONU) en 1993 define en términos generales la violencia como todo acto de violencia u omisión que tenga o pueda tener como resultado daño, sufrimiento físico, sexual, o psicológico; así como las amenazas de tales actos, la coacción, o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida pública o privada. (ONU, 1993).

La Real Academia define la violencia como: cualidad de violento, acción y efecto de violentar o violentarse, acción violenta o contra el natural modo de proceder acción de violar a una persona. (Diccionario de la Real Academia Española)

La Organización Mundial de la Salud define la violencia como: El Uso de la fuerza física o el poder ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastorno del desarrollo o privaciones. (Informe Mundial sobre violencia y la salud) OMS Ginebra, Suiza 2002.

La violencia según la Organización de Estados Americanos en el 18° Foro Panamericano de violencia realizado en Lima, Perú durante el 2009 considera que es el problema número uno en la Sociedad y también como el producto de una cultura que se reproduce y se manifiesta en las familias, en las instituciones educativas y en la sociedad. (18° Foro Panamericano de Violencia) Lima, Perú, 2009.

La Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia con la mujer, define la violencia como cualquier acción o conducta basada en su género, que cause muerte, daño, o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer. Tanto en el ámbito público como el privado; que tenga lugar dentro de la familia o unidad doméstica, o en cualquier otra relación interpersonal. (Brasil, 1994).

1.2 LA VIOLENCIA EN NUESTRO PAIS.

En nuestro país el INEGI (Instituto Nacional de Estadística y Geografía) informó con motivo del día Internacional de la Mujer, que la violencia contra las mujeres es un problema de

gran dimensión y una práctica social ampliamente extendida en todo el país; no se trata de actos aislados sino de un patrón general. Se calcula que en promedio, diariamente siete mujeres fueron asesinadas, entre 2013 y 2014.

Este Organismo señala también que el Estado de México, Ciudad de México, Sonora, Baja California se observan las prevalencias más altas, de violencia de acuerdo al INEGI. 63 de cada 100 mujeres de 15 años y más residentes en el país, han experimentado al menos un acto de violencia de cualquier tipo; ya sea emocional, físico, sexual, económico, patrimonial y discriminación laboral, misma que ha sido ejercida por cualquier agresor, sea la pareja, el esposo o novio, algún familiar, compañero de escuela o del trabajo, alguna autoridad escolar o laboral o bien personas conocidas o extrañas.

En 2013 las tasas de defunciones por homicidio más altas se ubicaron entre 6 y 13 por cada 100 mil mujeres en los estados de Guerrero, Chihuahua, Coahuila, Zacatecas, Morelos y Durango.

Las mujeres más expuestas a la violencia son de 30 a 39 años; el 60% de éstas ha enfrentado al menos un episodio de violencia o abuso.

La violencia está más extendida entre las mujeres que se casaron o unieron antes de los 18 años que entre quienes lo hicieron a los 25 años o más. Sin dejar de lado la violencia emocional la cual presenta la prevalencia más alta con el 44.3% la ejerce principalmente

la pareja o el esposo. La violencia sexual ha sido vivida por más de un tercio de las mujeres y es cometida por agresores distintos a la pareja.

La violencia económica incluye el control y abuso económico por la pareja. Según la P.G.J. Tabasco (Procuraduría General de Justicia del Estado de Tabasco) gran parte de la violencia en contra de las mujeres se comete en el seno familiar. Cesar Arellano García, 2016.

Aunque es alto el número de mujeres que denuncian, es mayor la cifra de las que no se acercan a un tribunal para resolver su situación de violencia familiar o laboral.

1.3 LA VIOLENCIA EN EL ESTADO DE TABASCO.

La Dirección del Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva, señala que Tabasco se encuentra en los primeros lugares de violencia intrafamiliar, abuso sexual y maltrato físico contra las mujeres. Tabasco ocupa el octavo lugar a nivel nacional con violencia sexual contra las mujeres y el onceavo lugar en abuso físico. Con el 33.8% de incidencia en violencia, Tabasco rebasa la media nacional.

De acuerdo estas cifras el Instituto Estatal de la Mujer en Tabasco señalan que para 2012 Tabasco se encontraba dentro de los primeros cinco estados con las cifras más altas de agresión hacia las mujeres, después del Estado de México, Jalisco, Colima y Durango; excepto en la violencia emocional que es más baja que el promedio nacional. En tabasco

también es mayor el porcentaje de mujeres que sufre agresiones económicas y sexuales en comparación con el resto del país.

Sin embargo factores en la cultura donde aún persisten ideas sobre “la violencia en la familia es cosa privada”, el temor al estigma y la vergüenza de las víctimas, es algo que sucede en muchos hogares, también es cierto que pocos lo admiten pero si lo juzgan. (Haro, 2014).

Quienes deciden demandar a su agresor, se encuentran con expresiones a la hora de denunciar, que no se vayan a arrepentir, que no les hagan perder el tiempo o que mejor arreglen los problemas en su casa.

Es lamentable que las víctimas de la violencia no conozcan sus derechos o saben muy poco acerca de ellos; desconocen las alternativas que tienen o como pueden las autoridades ayudarles. (Megargee, 1976).

1.4 LA VIOLENCIA EN EL MUNICIPIO DEL CENTRO.

El Municipio del Centro aloja la Capital del Estado de Tabasco, Villahermosa. Es la ciudad más poblada del Estado de Tabasco y cuenta con una población de 684 847 habitantes según datos del INEGI en el año 2015.

El Municipio del Centro es uno de los 17 Municipios que conforman el Estado de Tabasco, donde la población no es ajena a la violencia, el deterioro de la vida familiar y la condiciones económicas actuales generadas por el desmantelamiento de la industria petrolera, crearon condiciones propicias para el incremento de la violencia. Hoy en día el Municipio del Centro concentra el mayor número de habitantes y también el mayor número de violencia en todas sus manifestaciones.

TIPOS DE VIOLENCIA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) divide la violencia en tres categorías generales, según las características de los que cometen el acto de violencia.

- Violencia Autoinfligida. Comportamiento suicida y lesiones.
- Violencia interpersonal. Violencia familiar, que incluye menores, pareja y ancianos; así como violencia entre personas sin parentesco.
- Violencia colectiva. Social, política y económica.
- Violencia psicológica

La naturaleza de los actos de violencia puede ser: física, sexual, psíquica. Lo anterior incluye privación o descuido. Violencia del latín violentia, la violencia es la cualidad de violento o la acción y efecto de violentar o violentarse. Lo violento por su parte es aquello que esta fuera de su natural estado, situación o modo; que se ejecuta con fuerza, ímpetu o brusquedad; o que se hace contra el gusto a la voluntad de uno mismo.

La violencia por tanto es un acto deliberado que puede provocar daños físicos o psíquicos al prójimo; esta puede ser emocional mediante ofensas o amenazas. Por eso la violencia puede causar tanto secuelas físicas como psicológicas.

Violencia es el tipo de interacción entre sujetos que se manifiesta en aquellas conductas o situaciones que, de forma deliberada, aprendida o imitada, provocan o amenazan con hacer daño o sometimiento grave (físico, sexual, verbal o psicológico) a un individuo o a una colectividad.

CARACTERISTICAS Y TEORIAS DE LA AGRESION.

Algunos teóricos de la agresión señalan que esta conducta es un comportamiento básico y primario en la actividad de los seres vivos, de igual manera encontramos afirmaciones de que esta conducta es innata que forma parte de nuestro ADN que corresponde a una forma adquirida socialmente si queremos comprender la naturaleza de nuestros impulsos agresivos, tendremos que estudiarlos bajo el prisma de nuestro origen animal; los animales luchan por dos razones, para establecer una jerarquía social o por sus derechos territoriales. Algunas especies son puramente territoriales sin problemas de jerarquía social (Morris, 1967).

En nuestra especie los productos comerciales emplean impresiones agresivas de sus productos como señales de especie dominante y en casos extremos arrojamos la toalla como en las luchas y en el caso de conflictos bélicos izamos bandera blanca, la agresividad

es un comportamiento que es dirigido por un organismo hacia un blanco, que resulta con algún daño. (Renfren, 2001).

La agresión es un acto destinado a lastimar al otro, además tiene como factores desencadenantes los factores biológicos, socio-familiares y del ambiente. (Olson, 2002).

Refiriendo además que tiene como factores desencadenantes: biológicos, sociofamiliares y del ambiente

La agresión también presenta factores determinantes en su desencadenamiento, factores biológicos, socio familiares y del ambiente. También se considera que la agresión llega a ser un impulso o instinto interno. Desde la óptica de la etiología (Larenz, 1968) y Psicoanálisis (Freud, 1913) respectivamente.

Freud postuló la teoría del doble instinto, en la cual se concibe al hombre como dotado de una energía dirigida hacia la destructividad y que debe expresarse de alguna forma. Que si llegase a obstruir esta manifestación, esta seguirá por caminos indirectos; llegando incluso a la destrucción del individuo. La agresión también es vista como un conjunto de deseos que son biológicamente primitivos o formas rudimentarias de satisfacer los deseos, siendo más agresivos o más destructivos.

En la teoría psicoanalítica encontramos que durante 1933, Freud le escribe a Einstein “La violencia está en la más absoluta oposición a la actitud psíquica que nos impone el

proceso de civilización. No podemos echar marcha atrás, tenemos que sublevarnos contra esa violencia porque, simple y sencillamente ya no es posible asimilarla” ¿Cuánto tendremos que esperar antes de que el resto de la humanidad se vuelva también como nosotros pacifista? Sigmund Freud: Violencia y/o civilización. Freud habla del doloroso proceso de civilización que conduce a la sublimación y a una organización racional de los Instintos.

En uno de sus primeros trabajos, esquemas del psicoanálisis escribe “en general es insano contener la agresividad y es causa de enfermedad” Hoy conocemos del daño que se le hace a un neurótico, incapaz de controlar su violencia, instándolo a que la exprese de manera abierta como posible cura; más adelante en su obra “el malestar en la cultura” expresa que la única salida, al instinto destructivo es transformarlo en conciencia.

Gracias a esto la civilización logra dominar el peligroso deseo de que el individuo siente de agredir debilitándolo y desarmándolo instaurando un vigilante interno, estableciendo en este proceso una nueva forma que adquiere la agresividad. Esto no significa que el instinto destructivo se debilite sino que se dirige hacia fines socialmente aceptados.

Bajo el enfoque de la etiología de manera general, ésta se encarga del estudio del comportamiento animal y su mayor interés es identificar los mecanismos que conllevan a que los animales adquieran y actúen de acuerdo a su carácter genético y a la influencia de su ambiente. Así la etiología ayuda a comprender la agresión y su dinámica.

La agresión animal es un instinto primario, que es independiente de todo estímulo externo y cuyo fin es la conservación de la especie, pero que no guarda relación el principio del mal. También refiere que ésta agresión permite la supervivencia de la especie por medio de la selección del más fuerte. (Lorenz, 1968).

Por otra parte las teorías Neurobiológicas de la agresión consideran aspectos biológicos fisiológicos que estimulan tales conductas; sin embargo las respuestas agresivas se presentan bajo situaciones particulares, las respuestas agresivas están determinadas por el sistema nervioso autónomo, así como los sistemas hipotalámico y límbico. Investigaciones respecto a la corteza cerebral refieren involucramiento en las respuestas violentas del lóbulo temporal. (Thompson, 1980)

ASPECTOS NEUROLOGICOS DE LA VIOLENCIA.

Salud Mental Vol. 3.3 No. 5 MÉXICO SCP/Oct 2010: la violencia hoy es nuestro pan de cada día, guerras y conflictos, nos hacemos insensibles ante estos hechos en algunos casos se menciona que la paz no es más que la continuación de la guerra por otros medios; para ello dentro de la violencia distinguimos: la interpersonal, (maltrato intrafamiliar, sexual, de pareja y otras); la auto infligida y la colectiva (guerra entre naciones).

Dentro de los factores determinantes encontramos que la enorme desigualdad social, manifestada por el desequilibrio en la repartición de la riqueza, muy particularmente

acentuada en países como el nuestro y las características estructurales y de funcionamiento del cerebro. (Thompson, 1975).

Los estudios biológicos de la violencia señalan que la testosterona (T) es la hormona esteroidea que riges la conducta violenta, otros factores que tienen que ver con la agresión son las altas concentraciones de población y la capacidad de acceder a los alimentos.

En cuanto a las hormonas responsables de la conducta agresiva están sintetizadas en la corteza adrenal y de igual manera las hormonas pueden ser sintetizadas en los testículos, ovarios, cerebro, placenta y tejido adiposo. El mecanismo de acción de las hormonas es a través de la vía sanguínea, uniéndose a proteínas.

BIOLOGIA DE LA VIOLENCIA

El encéfalo regula las conductas, incluidas la agresión y la violencia, estudios realizados en laboratorio con imágenes funcionales permiten observar que partes del SNC se activan o inhiben. Una de esas áreas es la corteza prefrontal la cual participa en la inhibición de las conductas violentas. Un mal funcionamiento de esta área sugiere incrementos en la agresión. De igual manera, la deficiencia o aumento de sustancias químicas como algunos neurotransmisores, se relacionan con conductas agresivas. (Anales de Psicología, 2004).

Estructuras neuroanatómicas involucradas en la violencia:

- Corteza Prefrontal
- Amígdala

- Hipocampo
- Hipotálamo anterior
- Corteza del Cíngulo
- Locus Coeruleos

Lesiones en estas estructuras pueden llevar a problemas en la regulación de la agresión, violencia.

Circuitos cerebrales y neurotransmisores involucrados en la violencia.

CORTICAL	NEUROMODULADORES
- Cortical lesión (trauma, tumor)	- Reducción de serotonina
LIMBICO	
- Sistema límbico	- Reducción del gaba

La dopamina y la norpeinetrina preparan al organismo para la agresión.

El área anterior a la corteza cerebral puede predisponer a la violencia. Áreas como el cortex orbitofrontal y las regiones ventromedial y dorsolater al participar activamente.

(Thompson, 1980).

Los datos obtenidos a partir de las neuroimágenes señalan que la amígdala como una estructura fundamental de la emoción, particularmente en la respuesta a estímulos de contenido negativo.

Dentro de la Teoría del aprendizaje social: bajo estos postulados se enfatiza el medio externo social en la adquisición de conductas agresivas (Bandura, 1983). Refieren que las personas son susceptibles de aprender conductas y que existen mecanismos que las mantienen por medio del refuerzo. Bandura hace mención que aprendemos por observación de modelos o diversas formas de representación tales como las influencias familiares. Estas se dan en la interacción familiar, siendo los modelos principales los padres y las personas mayores, hermanos primos, tíos.

De la misma forma las influencias subculturales tales como las creencias, actitudes y costumbres del grupo. Existe el modelamiento simbólico que se da a través de la televisión, cine y más recientemente el internet que generan agresión.

CAPITULO 2

ENFOQUE COGNITIVO CONDUCTUAL

“La Violencia es el último recurso del incompetente”.

Isaac Asimon (1920-1992)

2.1 MODELAMIENTO DE LAS CONDUCTAS VIOLENTAS

El modelamiento es una modificación gradual de cierta propiedad de la respuesta producida por el reforzamiento de las aproximaciones sucesivas a cierto criterio preestablecido.

Los principios del análisis conductual aplicado se ha desarrollado a partir del análisis experimental, en condiciones altamente controladas; en el caso del modelamiento por aproximaciones sucesivas los sujetos o las personas que no poseen la conducta, es decir, no presentan la conducta violenta, sin embargo gradualmente y de manera sucesiva la van adquiriendo.

El modelamiento consiste en el reforzamiento diferencial de aquellas conductas cuya topografía se asemeja a la respuesta deseada (violencia), *Modificación de Conducta en la Educación Especial Diagnostico y Programas.* (Galindo, 1980)

El reforzar de manera diferenciada las conductas hace que la probabilidad de que se repita en un futuro se haga más probable.

En el modelamiento por aproximaciones sucesivas, se refuerza (premia) en forma positiva toda aproximación a la conducta deseada y posteriormente se restringe reforzando solo aquellas que se asemejan más. Cuando ésta por alguna razón no se presenta puede ser instigada, se puede proporcionar ayuda física después de modelar la conducta, toda aproximación a la conducta es reforzada, en el modelamiento la conducta deseada se descompone en segmentos reforzando los segmentos hasta llegar a la deseada.

Es una estrategia psicológica con la cual se establece una conducta y posteriormente incrementar su frecuencia, en virtud de que el individuo no la realiza. Generalmente la conducta se descompone en segmentos y se refuerzan las aproximaciones de manera sucesiva hasta la conducta deseada. Debido a que la conducta es reforzada selectivamente se fortalecerán aquellas conductas que más se parezcan topográfica y funcionalmente a la que se pretende establecer. Al iniciar se establece una conducta meta o terminal la cual será una meta razonable y que no exceda las probabilidades de éxito de la persona.

Se establece una línea base o punto de partida evaluando las conductas que ya se poseen y a partir de este punto se planea el procedimiento a seguir. Se establecen las

aproximaciones sucesivas y se determina el segmento de conducta y la duración de esta. Dichas aproximaciones son planeadas de tal manera que garantizan el éxito y/o cumplimiento de la meta.

En términos estrictos es una técnica basada en el condicionamiento instrumental empleada para generar una conducta nueva, en el repertorio conductual del sujeto, combina refuerzos a la conducta que más se aproxima y la extinción a las conductas no deseadas.

Una conducta que no se presenta no puede aumentar la probabilidad de ocurrencia ante la presencia del reforzador, el moldeamiento nos permite desarrollar una nueva conducta mediante la enseñanza de seguimiento de conductas nuevas, básicamente consiste en reforzar diferencialmente cambios de conducta hacia la deseada o de interés. (Skinner, 1976)

En síntesis el moldeamiento y aproximaciones sucesivas es un proceso gradual donde se ha de desarrollar la respuesta apropiada, hasta alcanzar determinado nivel. (Stone, 1981).

¿Cuándo es necesario el moldeamiento? En algunas ocasiones, no se puede lograr el desarrollo de una nueva conducta al reforzar la respuesta cuando ocurre, o puede ser que la conducta nunca suceda, o sea tan compleja que no estén dentro del repertorio del individuo. En este caso del moldeamiento la conducta terminal y/o deseada se logre

mediante el reforzamiento de pasos pequeños o aproximaciones hace la respuesta final, más que el reforzamiento de la conducta final. Se refuerzan las respuestas que se parezcan a la respuesta final o que incluyan componentes de esta por medio del refuerzo de las aproximaciones sucesivas a la respuesta deseada, se logra gradualmente la respuesta final.

Las respuestas son cada vez más semejantes al objetivo final se refuerzan para que se incrementen, mientras aquellas respuestas que no son similares al objetivo final no se refuerzan y se extinguen. El modelamiento requiere de conductas que estén en el repertorio del individuo y que se asemejen a las respuestas terminales. La mayoría de las conductas consisten en una secuencia de varias respuestas, a esto se le conoce como cadena conductual, las partes que integran una cadena por lo general representan respuestas; a esto se les conoce como cadena conductual, las partes que integran una cadena por lo general representan respuestas individuales que ya estaban en el repertorio del individuo.

Estos eslabones de la cadena conductual se mantienen y es posible llegar a la conducta final debido a que cada uno de los eslabones se convierte en un estímulo discriminativo el cual adquiere el papel de refuerzo secundario.

Un evento que precede al reforzamiento se convierte en una señal, un evento que indica que se reforzara la conducta se denomina estímulo discriminativo y con el tiempo

adquiere propiedades de reforzamiento. Un ejemplo del moldeamiento es el entrenamiento de animales para que ejecuten diversos trucos; si el entrenador se esperara hasta que ejecutaran la conducta deseada para reforzarlo sin antes reforzar las conductas que se aproximen a la de interés es muy probable que esta conducta no llegue. Si por el contrario se establecen segmentos de conducta como el acercarse al entrenador y premiar, está se hará estable y se pueden reforzar otros segmentos hasta llegar a la conducta deseada.

Se requiere de conductas que estén de antemano en el repertorio del individuo y que se asemejen a la respuesta terminal o que se aproximen a la deseada. Una vez realizada la aproximación inicial, consistentemente, se altera ligeramente el criterio para el reforzamiento de tal manera que la respuesta que se va a reforzar se asemeje aun más a la meta final que la respuesta previa, mediante el refuerzo de las conductas que se aproximan a la meta y el no reforzar aquella que no hacen desarrollando así la respuesta final. (Kazdin,1975)

2.2 LA VIOLENCIA Y LA CONTINGENCIA.

En términos conductuales la violencia es mantenida por la contingencia. En este caso por el reforzamiento y/o recompensa. Un reforzador positivo es un evento que acompaña a la conducta aumentando la frecuencia de ocurrencia. Estos reforzadores pueden ser tangibles (materiales) premios; también pueden ser estímulos reforzadores. La

probación, conducta amistosa, amable o simplemente la atención a otras personas, será un factor muy poderoso en el incremento de la conducta.

En el ambiente familiar, administrar contingentemente un reforzador consiste en presentarlo inmediatamente después de la ocurrencia de la conducta deseada, la cual se incrementará, ni duda cabe que la administración contingente del refuerzo es un método efectivo para incrementar la violencia y/o conducta.

Manejar las contingencias en el ambiente familiar consiste en la presentación y retiro de las recompensas y castigos asociados a la presentación de cierta conducta en particular.

Al igual que otras conductas la violenta y la agresión se mantienen mediante la contingencia; el refuerzo positivo incrementa la conducta que en algún momento como la violencia pudiera ser de baja ocurrencia, el reforzamiento juega un papel determinante en el desarrollo de dichas conductas.

El reforzamiento positivo es una técnica que por definición incrementa la probabilidad de ocurrencia de una conducta; este incremento en la frecuencia de una respuesta que sigue a la presentación de un reforzador positivo es lo que vamos a determinar como refuerzo positivo. El requisito indispensable es que el evento que acompañe y/o siga a la conducta, incremente su ocurrencia. Este reforzamiento positivo si puede ser optimizado al manejar la demora entre la ejecución de la respuesta y la entrega del estímulo reforzante de igual

manera la magnitud y calidad del refuerzo, así como el programa de reforzamiento influye experimentalmente.

Se realizaron estudios que muestran que las respuestas que van acompañadas con un tiempo de demora menor se ven optimizadas, una vez que la conducta se efectúa consistentemente, el tiempo entre la conducta y el refuerzo puede presentar mayor demora sin alterar por ello la probabilidad de ocurrencia. (Kinble, 1961) y (Skinner, 1953).

La cantidad del reforzamiento entregado por respuesta determina el grado en que se ejecutara una respuesta, cuanto mayor sea la cantidad entregada de reforzamiento por una respuesta, más frecuentemente se presentara la respuesta, a pesar que la magnitud está directamente relacionada a la ejecución, hay límites en esta relación, una cantidad limitada de reforzamiento no mantiene necesariamente una tasa elevada en la ejecución de la respuesta, un reforzador pierde su efecto cuando se da en cantidades excesivas a este se le llama saciedad; el efecto de la magnitud del reforzamiento se limita hasta el grado donde el individuo queda saciado.

Desde luego adquieren nuevamente su valor dependiendo del nivel de privación asociado a los refuerzos primarios, eventos tales como; la atención y el elogio, se consideran reforzadores secundarios siendo estos menos susceptibles a la saciedad.

El efecto de la cantidad del reforzador depende de los estados de saciedad y privación del individuo con respecto a ese reforzador. Si el individuo tiene acceso ilimitado al evento reforzante es muy probable que este no sea tan efectivo como reforzador. Por supuesto en la gran mayoría de los casos, los individuos no tienen acceso ilimitado a los eventos que son reforzantes.

En caso de los programas de reforzamiento experimentalmente se determinan las reglas o el requisito indispensable o respuesta específica a reforzar. En el caso de la violencia esta puede ser reforzada de manera continua o intermitente.

Existen diferencias importantes entre el reforzamiento continuo y el intermitente. Una conducta desarrollada con reforzamiento continuo tiene una tasa más alta de ejecución durante la adquisición que si se desarrolla bajo un programa intermitente de reforzamiento. La ventaja del reforzamiento continuo es que la ejecución tiene un alto nivel mientras que se está reforzando la conducta. Por otro lado una de las ventajas del reforzamiento intermitente, es una mayor resistencia a la extinción, cuando se suspende el reforzamiento. Otro beneficio del refuerzo intermitente es que permite la entrega de unos pocos reforzados para un gran número de respuestas; además de administrar menos reforzadores, limita la saciedad. (Kazdin, 1978).

Adicionalmente el reforzamiento puede ser contingente a cierto número de respuesta a esto se llama programa de razón, alternativamente el refuerzo puede darse en función del

tiempo a lo que llamamos programa de intervalo. Lo que quiere decir que en un programa de razón no es relevante el tiempo: lo importante es el número de respuestas. Por otro lado, en un programa de intervalo el número de respuestas no es tan importante como el tiempo transcurrido y la ejecución de la respuesta en relación con el tiempo. Un programa de razón fija requiere la ocurrencia de un número de respuestas fijas antes de la presentación del refuerzo.

Existe una gran variedad de programas dependiendo de lo que se pretenda establecer tales como, razón variable, intervalo variable y otros muchos. Adicionalmente en el caso que nos ocupa existen los reforzadores sociales:

- Elogios verbales
- La atención
- El contacto físico
- Expresiones faciales
- Contacto visual

Siendo todos estos reforzadores condicionados.

En el caso de la conducta violenta tradicionalmente fue asociado con: quien te pega es porque quiere ver tu bien. En estos casos los reforzadores condicionados están menos sujetos a la saciedad como lo están otros reforzadores como los alimentos. (Kazdin, 1978).

2.3 LA VIOLENCIA Y EL CONTROL AVERSIVO.

Así como existen eventos que acompañan la conducta y aumentan su probabilidad de ocurrencia, de igual manera existen procedimientos que reducen la ocurrencia de las conductas tales como el castigo. En la vida rutinaria, las multas, cárcel, religión, la discriminación, la censura, la humillación y el estigma social. En algunas situaciones disminuyen la ocurrencia de conductas.

En el sentido técnico el castigo se refiere a la presentación de eventos que acompañan la conducta y que reducen la frecuencia de ésta. El castigo no necesariamente, implica dolor físico.

En términos del análisis experimental de la conducta, castigo se define como la presentación contingente de un evento aversivo después de una conducta. La cual reduce la tasa de la conducta. Algunos eventos pueden convertirse en aversivos, si éstos son apareados con la presentación de estímulos aversivos. (Master, 1984).

Las amenazas pueden suprimir la conducta cuando estas indican que habrá alguna consecuencia aversiva, si una conducta no es efectuada, los efectos de los eventos aversivos sobre la conducta se pueden variar en forma considerable, controlando el tiempo entre la ocurrencia de una conducta y el fin de un evento aversivo.

Así como las contingencias reforzantes incrementan la probabilidad de ocurrencia de la conducta violenta existen eventos que decrementan la ocurrencia de conductas tales como los eventos aversivos los cuales juegan un rol importante en la vida.

Las técnicas aversivas están profundamente arraigadas en nuestras Instituciones Sociales y Gubernamentales; así tenemos el caso de la cárcel y las multas. En cuanto a las Instituciones Educativas, la expulsión. En las Instituciones Religiosas, la excomunión. En las relaciones entre los países existen métodos aversivos tales como bloqueos económicos, agresiones militares y amenazas.

Las interacciones de los individuos en el ambiente social resultan continuamente en eventos aversivos, técnicamente para decrementar o inhibir la conducta tenemos dos procedimientos:

El reforzamiento negativo y el castigo. Este último se refiere a un decremento en el número de respuestas cuando ésta va seguida de una consecuencia aversiva. El castigo no necesariamente implica dolor físico, ni el dolor disminuye la conducta. Hay una variedad de procedimientos pueden servir como castigos sin acarrear molestias físicas. (Kazdin, 1978)

Existen dos clases de estímulos aversivos: los primarios tales como una descarga eléctrica, un ataque físico, luces intensas y sonidos fuertes. Se consideran primario porque en si son

aversivos no existe necesidad de aprender son aversivos. Adicionalmente existen los estímulos aversivos condicionados o secundarios que necesitan ser apareados con eventos que ya son aversivos, como los gritos que pueden ser asociados con golpes.

Los estímulos pueden convertirse en aversivos aun cuando no se les haya apareado con estímulos aversivos; un estímulo se asocia consistentemente con la ausencia de reforzamiento puede convertirse en aversivo.

Continuamente se utilizan las amenazas para suprimir las conductas, cuando las amenazas indican o señalan la aparición de una consecuencia aversiva esta se convierte en un evento que disminuye la probabilidad de ocurrencia de la conducta asociada. Las técnicas aversivas asocian un patrón de conducta no deseado con un estímulo lo suficientemente desagradable con el propósito de eliminarla. Cuando las amenazas no están apoyadas o asociadas con estímulos desagradables pierden sus efectos.

Adicionalmente la eliminación o no presentación de estímulos positivos tiende a disminuir las respuestas no deseadas, procedimientos como el tiempo fuera y el costo de respuesta inciden favorablemente en la disminución de las conductas que consisten: El tiempo fuera tiene que ver con la eliminación temporal de los reforzadores positivos, durante este tiempo fuera no se tiene acceso a los reforzadores positivos, tal es el caso de aislar a un individuo durante diez minutos, no teniendo acceso a interactuar con otras personas. (Ribes, 1972).

Por otro lado el costo de respuestas consiste en aplicar una multa ante la presentación de una conducta indeseable. Estos procedimientos resultan efectivos si son lo suficientemente fuertes que disminuyan las conductas.

La eficacia de estos eventos depende del manejo de variables, la intensidad óptima del estímulo e introducirse de manera gradual. El castigo que no es intenso puede crear una reducción temporal de la conducta, pero al irse adaptando pierde sus propiedades, por lo que se requiere un evento y/o castigo más intenso en lugar de un evento débil. Se puede mejorar el efecto del castigo al introducirlo a su máxima intensidad, en lugar de iniciar con un evento débil. El castigo como el reforzamiento tiene mayor efecto si es aplicado inmediatamente después de la conducta implicada.

En los casos que se demora el castigo la respuesta indeseable puede ser que se castigue una conducta deseable.

El castigo es efectivo cuando la consecuencia se efectúa cada vez que ocurre la conducta indeseable, cuanto mayor sea la proporción del castigo mayor será la reducción de la conducta; sin embargo, el castigo continuo ocasiona que cuando se deja de castigar resurja la conducta indeseable, por lo que el castigo intermitente es una alternativa. En el castigo intermitente cuanto mayor sea la proporción de las conductas castigadas, mayor será la reducción de las respuestas no deseadas. Una conducta indeseable no es un

evento único y/o exclusivo, normalmente es una cadena o secuencia de conductas que culmina con un acto considerado indeseable.

Cuando ocasionalmente una conducta que se castiga se presenta quiere decir que de alguna manera esta es reforzada; se puede mejorar el castigo eliminando la fuente y/o el origen del evento que refuerza dicha conducta.

El castigo tiene una efectividad mayor cuando alternativamente se refuerzan otras conductas deseables o socialmente aceptadas, los eventos aversivos con una intensidad menor pueden suprimir eficazmente la conducta indeseada si alternativamente se refuerzan otras conductas, no siempre será necesario aplicar un estímulo intenso para suprimir conductas. La supresión, eliminación de conductas, por medio del castigo no garantiza que una conducta deseable tome su lugar, el castigo enseña lo que no se debe hacer, más no lo que sí se debe hacer.

En términos generales el castigo como técnica de control aversivo implica la disminución de la frecuencia de ocurrencia de la conducta no deseada. Los eventos que acompañan a la conducta y que disminuyen la probabilidad de ocurrencia deberán ocurrir lo más próximo posible en tiempo a la conducta indeseada a fin de que tenga efecto.

Escenarios bajo la óptica del análisis experimental de la conducta genera estados emocionales destructivos para la persona que los recibe. En nuestro medio la violencia

como gritos y golpes se ven reforzadas de manera negativa en virtud de que al presentarse provocan una disminución inmediata de la respuesta a la que se asocia. (Kazdin, 1978).

En resumen podemos decir que para los eventos que acompañan a la conducta y disminuyen su tasa de respuesta es necesario:

- Aplicarse inmediatamente a la conducta problema.
- Es necesario generar una conducta alternativa cuando eliminamos una conducta.
- Los castigos solamente se utilizan como última opción.
- En situaciones extremas el castigo puede ser esencial cuando la conducta inapropiada o indeseable puede ser peligrosa para el individuo o para la sociedad.
- El castigo llega a ser útil cuando no se pueden reforzar conductas alternativas a la conducta indeseable.
- El castigo es útil en la supresión temporal de la conducta cuando se están reforzando alternativamente otras conductas

2.4 EXTINCION DE LA CONDUCTA VIOLENTA

La extinción es un procedimiento para eliminar respuestas, la velocidad dependerá de la intermitencia del programa que la mantiene, en términos generales la extinción es la omisión o la no presentación del reforzador después de la emisión la conducta, la ausencia del refuerzo reduce la emisión de la conducta; generalmente la extinción produce en un

primer momento incremento en la frecuencia e intensidad de los comportamientos no deseados. La persistencia, constancia, en la aplicación del proceso de extinción asegura su efectividad, el no aplicarla de manera constante equivale a reforzarla intermitentemente.

En el proceso de extinción no se presenta el estímulo reforzante a la conducta que previamente mantenía bajo control; los efectos generados por este procedimiento disminuyen la ocurrencia del comportamiento si históricamente este se mantiene por dicho refuerzo. La extinción es una alternativa al castigo para debilitar las conductas no deseadas. Una conducta que no está acompañada de un evento reforzante provoca una probabilidad decreciente de que ese comportamiento ocurra en lo futuro. La extinción como procedimiento en primer lugar implica el identificar que evento reforzante mantiene la conducta no deseada y posteriormente eliminarlo. (Honing, 1983).

En la ejecución de la extinción, es necesario aplicarla de manera asidua y constante si esperamos que sea efectiva, la permanencia de un programa de extinción descansa en el no reforzamiento de la conducta problema.

Técnicamente la extinción requiere no dar reforzamiento a una respuesta previamente reforzada, una conducta sujeta a la extinción decrece en frecuencia, regresando eventualmente al nivel previo del refuerzo.

La extinción de conductas que ha sido positivamente reforzada es una de las técnicas de la modificación de conducta que tienen como propósito disminuir la conducta indeseable.

La eficacia de la extinción y la velocidad con que se logre la disminución de la respuesta depende del programa de reforzamiento que previamente mantuvo la conducta.

Una respuesta bajo reforzamiento continuo se extinguiría rápidamente una vez que se retire el refuerzo. Por el contrario una conducta que se mantiene bajo reforzamiento intermitente no se extinguiría tan rápidamente, entre más intermitente sea el programa o menos frecuente sea el refuerzo mayor será la probabilidad de no extinguirse.

La extinción se refiere a la reducción en frecuencia de una conducta; como resultado de no ser reforzada. La aplicación de un procedimiento de extinción, descansa en el no reforzamiento de la conducta. En el condicionamiento operante; la suspensión del reforzamiento de una respuesta o la reducción de las respuestas que siguen a esta, en el condicionamiento respondiente; la extinción es la presentación del estímulo condicionado que no se ve seguido por el estímulo incondicionado. (Catania, 1976).

Al extinguir un comportamiento no se proporciona el reforzamiento a una respuesta previamente reforzada, en este sentido una respuesta sometida a la extinción decrece en frecuencia eventualmente.

Las conductas que se refuerzan, aumentan su frecuencia; cuando se dejan de reforzar disminuyen su frecuencia.

Durante la extinción se deja de reforzar una respuesta que previamente fue reforzada. Se llama extinción al cese de reforzamiento de una respuesta. El no reforzar una conducta resulta en la reducción y/o eliminación de conductas; este procedimiento es distinto al castigo. En la extinción no hay consecuencias posteriores a la conducta solamente se retira el reforzamiento. En la vida diaria podría considerarse un caso de extinción; una mamá que no hace caso al lloriqueo de uno de sus hijos. Un médico al pasar por alto las quejas físicas de un hipocondríaco, sería también un ejemplo de extinción.

La mayoría de las conductas se mantienen por refuerzos intermitentes, por lo que la extinción tendrá algunas limitaciones. Si eliminamos las fuentes de reforzamiento de la conducta previamente reforzada por un programa intermitente con el tiempo decrementaremos dicha conducta a la larga la eliminaríamos. El refuerzo intermitente demora el proceso de extinción. Sin embargo, si logramos identificar el refuerzo o los refuerzos que mantienen la conducta y los retiramos al efectuarse la conducta lograremos disminuir significativamente el comportamiento.

En ocasiones es difícil identificar los refuerzos que mantienen las conductas como en el caso de la conducta violenta, puede estar mantenida por la atención que genera en los demás, aunque esta atención poco frecuente mantiene dicho comportamiento. Si no se

logra identificar apropiadamente el refuerzo que mantiene la conducta, la extinción, difícilmente disminuirémos la probabilidad de ocurrencia de la conducta.

Dentro del proceso de extinción es necesario considerar el control de la fuente de reforzamiento; ya que si llegamos a reforzar accidentalmente la conducta que deseamos eliminar, rápidamente la conducta indeseable se reestablecerá y el proceso de extinción se prolongará.

En el medio social, familiar y laboral es muy complicado establecer un programa de extinción; debido a que los compañeros, amigos y familiares refuerzan las conductas indeseables, la velocidad de la extinción depende de múltiples variables.

Una de ellas y muy importante es la intermitencia del programa de refuerzo usada antes de la extinción. La extinción es efectiva al máximo cuando se aplica después de un programa de reforzamiento continuo. En nuestra sociedad y en el caso particular de la violencia es difícil, casi imposible, aplicar la extinción porque esta se ve reforzada en nuestro medio por personas cercanas como familiares y amigos.

El ignorar la violencia es reforzarla, es aumentar la probabilidad de que esta continúe, se incremente y pase de generación en generación.

Como procedimiento la extinción aplicada eficazmente decrece la conducta y elimina la conducta indeseable. Esto generalmente es gradual y no muestra una reducción inmediata de las conductas indeseables. (Honing, 1983).

Es importante reconocer que cuando las conductas indeseables son peligrosas, los efectos demorados de la extinción pueden ser nocivos para el individuo o para su medio, ejemplo de estos casos son las conductas autodestructivas; cuando se trata de una conducta peligrosa se sugiere intervención con resultados más rápidos de los que ofrece la extinción. Al inicio de un proceso de extinción generalmente se incrementa la frecuencia de las conductas comparadas a la que se tiene, mientras se refuerza la respuesta puede presentarse en una sucesión rápida. A esto se le conoce como estallido o tren de respuestas.

Un tren de respuestas es considerado grave cuando se trata de conductas dañinas, aún para aquellas conductas que no pudieran considerarse graves y/o peligrosas. No es deseada una avalancha vigorosa de estas respuestas, por lo que resulta muy difícil tolerarlas.

Un aspecto a considerar es que cuando el proceso de extinción empieza a dar resultados, la conducta indeseable puede reaparecer de manera repentina, a este proceso se le denomina recuperación espontánea; así como en este aspecto durante el proceso de extinción pueden aparecer respuestas emocionales tales como frustración, sentimientos

de fracaso o rabia provocando conductas agresivas en algunos casos. Así tenemos el ejemplo de que al comprar un producto en la máquina expendedora, introducimos el dinero y al no obtener el producto, podemos montar en cólera y golpear la máquina.

La noción de saberse un perdedor, de no tener acceso a los refuerzos es iniciador de conductas violentas. Así tenemos que ante situaciones donde no obtenemos refuerzos podemos presentar conductas violentas.

A pesar de las limitaciones que en algún momento presenta la extinción, esta ha tenido éxito en diversos escenarios como hospitales y centros laborales. La extinción como procedimiento de cambio conductual es útil en aquellas situaciones donde es posible identificar y controlar el reforzador que mantiene la conducta. La extinción tiene mayor éxito cuando se le combina con reforzamiento positivo a conductas alternativas.

En resumen no se recomienda la extinción para conductas que sean peligrosas como la autodestrucción o escandalosas como llorar debido a que la disminución es gradual. La extinción por si sola disminuye y elimina conductas pero no puede desarrollar nuevas que reemplacen a las que han sido eliminadas. (Catania, 1976).

2.5 METODOS COGNITIVOS DEL CONTROL DE LA CONDUCTA.

Los métodos cognitivos se interesan específicamente en los procesos de pensamiento; debido a ello un método cognitivo se dirige a modificar los sentimientos y las acciones a través de influir sobre los patrones del pensamiento. (Honing, 1983).

La terapia racional emotiva trata de influir en estos patrones de pensamiento, aunque con otras distinciones y/o denominaciones.

Las terapias tradicionales como el método psicoanalítico se basan en las cogniciones y/o pensamientos de las personas. Durante los últimos años el desarrollo de las terapias cognitivas, ha dirigido sus esfuerzos por caminos diferentes a las tradicionales, dan un gran énfasis a la entrevista, el tratamiento tiende a enfocarse a los síntomas, dedican menos atención a las experiencias infantiles y ponen poca atención a los constructos tradicionales como la sexualidad infantil y el inconsciente.

La terapia racional emotiva deriva a una idea de que los desórdenes psicológicos surgen de patrones erróneos o irracionales del pensamiento; estas creencias irracionales no se pueden verificar empíricamente y eventualmente pertenecen a imperativos morales. (Honing, 1983).

Los métodos de la terapia racional emotiva en términos generales:

- 1.- Determina los eventos externos precipitantes.
- 2.- Determina los patrones del pensamiento específicos (creencias) que constituyen la respuesta interna y dan origen a las emociones negativas.
- 3.- Asiste a la persona en la alteración de la creencia y patrón de pensamiento.

Los eventos precipitantes se identifican por medio de entrevistas generalmente estandarizadas.

Para nuestros fines como métodos cognitivos de control partiremos de los supuestos y principios del condicionamiento encubierto. Los estímulos antecedentes, los comportamientos y los estímulos consecuentes; son presentados a nivel encubierto. Estas conductas no se observan ocurren en el interior del organismo y obedecen a las leyes a las que se sujeta la conducta manifiesta.

Algunos procedimientos frecuentemente utilizados para incidir en la conducta cubierta y que esta influya en la conducta observable en la terapia de desensibilización sistemática, la cual consiste en la aproximación gradual a través imágenes visuales que evocan las conducta. Esta variación se denomina imaginaria debido a que todo sucede a nivel encubierto.

Los métodos cognitivos se interesan en los procesos de pensamientos, tiende a modificar los sentimientos y las acciones por medio de las influencias sobre los patrones de pensamiento, tal como lo señala Beck en 1970, la terapia cognoscitiva se basa en: Una entrevista terapéutica estructurada. El tratamiento se enfoca en síntomas abierto, se dedica poca atención a las experiencias infantiles, a la experiencia de la sexualidad infantil y el inconsciente, por último no supone que la introspección de los orígenes de los problemas sea para su alivio. (Catania, 1976)

Para nuestros propósitos de ningún modo presentaremos una lista exhaustiva de las estrategias que se emplean, para el objetivo del presente revisaremos brevemente como uno de los métodos cognitivos la terapia racional emotiva, la cual supone que los desórdenes psicológicos surgen de patrones erróneos o irracionales de pensamiento, estos patrones de pensamiento se manifiestan en cadenas de verbalizaciones preconscientes, los cuales surgen de suposiciones que comprenden el sistema de creencias básico del individuo, destacando el papel del pensamiento primitivo, mágico o irracional en el surgimiento de los desórdenes psicológicos.

La esencia de la terapia racional emotiva de acuerdo con (Ellis, 1971); se observa en el modelo A-B-C-D-E, donde:

- A- Son los sucesos reales y extensos al que el individuo se expone.
- B- Se refiere a los pensamientos (autoverbalizaciones) que el individuo realiza ante "A".
- C- Simboliza las emociones y la conducta que son consecuencia de los pensamientos "B".
- D- Simboliza el esfuerzo del terapeuta para modificar lo que ocurre en "B".
- E- Simbolizará las consecuencias emocionales y conductuales benéficas.

En resumen podemos decir que un individuo expuesto ante ciertas circunstancias puede ser lastimado, dando origen a verbalizaciones algunas de las cuales son irracionales y autoderrotantes; lo que conduce a emociones negativas. El ayudar a examinar las verbalizaciones conduce a la eliminación de pensamientos irracionales, por supuesto que

las personas en los consultorios pueden aceptar lo irracional y autoderrotante de algunas de las autoverbalizaciones, pese a ello es común que las personas puedan tener recaídas.

Por ello para la terapia racional emotiva es muy importante la tarea de casa; en algunos casos se les puede pedir que escriban aquellas situaciones que provocan el surgimiento de situaciones que provocan el surgimiento de emociones negativas. Las creencias irracionales no están sujetas a pruebas. Es común que esta clase de creencias pertenezcan a imperativos morales o establecimiento de patrones conductuales generados a partir del núcleo familiar.

De igual manera los valores personales, aunque pudieran no ser tan medibles, por lo que arbitrariamente podríamos entrar al terreno de las suposiciones y/o especulaciones a continuación presento una serie de creencias irracionales comunes en nuestra cultura, las cuales podemos trabajar a partir de los procedimientos cognitivos:

- Uno debería ser amado o aprobado por casi cualquier persona.
- Para ser tomado en consideración, uno debería ser competente en casi todos los aspectos.
- Las cosas deberían ser exactamente como uno espera.
- Es más fácil evitar que enfrentar las dificultades.

Consideraciones de esta naturaleza son irracionales porque son arbitrarias y autoderrotantes, además porque conducen a la frustración y al desengaño. (Ellis, 1962).

La sensibilización cubierta implica el uso de la imaginación esta puede incluir elementos aversivos. Al paciente se le pide que imagine escenas donde participa activamente la cual se combina con la conducta problema, las imágenes aversivas que se utilicen tienen que ser aversivas para la persona. Normalmente los pacientes en estado de relajación se les presentan gradualmente estímulos imaginarios graduados los cuales van aumentando en intensidad hasta que se vuelvan inocuos o no representen problemas para el paciente.

Este tipo de técnica puede ser empleada en grupos, si varios paciente sufren de la misma problemática, después de entrenarlos en relajación, pueden ser desensibilizados simultáneamente, asegurándose que cada escena presentada deje de generar la conducta problema.

Se plantea que los seres humanos no somos simples observadores de la realidad sino constructores de las experiencias de acuerdo a nuestros instrumentos de percepción y proceso de construcción de significado, somos constructores de nuestra realidad. Por lo tanto, no hay una realidad, sino realidades personales. (Mahoney, 2003).

Esta asignación de significados se expresan a través de los patrones aprendidos durante las experiencias de nuestra vida, constituyen las formas de enfrentarnos en la vida y como solucionamos nuestros problemas, que van cambiando a través de nuevas experiencia.

Específicamente en el caso de violencia no se trata de enseñar a no cometer errores al percibir su realidad, por el contrario se proporcionan nuevas experiencias que permitan desarrollar nuevos patrones de conducta.

ORIGEN Y MANTENIMIENTO DE LA CONDUCTA VIOLENTA

2.6 APRENDIZAJE POR OBSERVACION DE LA CONDUCTA VIOLENTA.

Las explicaciones psicológicas de la agresión se han ocupado de los casos de actos violentos individuales que son motivados aversivamente, los cuales son atribuidos a un conjunto de instigadores, se considera que lastimar y herir son actos satisfactorios de por sí y por tanto, ahí reside el propósito de la agresión.

La conducta violenta tiene muchos determinantes y diversos propósitos, las formulaciones de instigadores encuentran limitantes y propósitos lesivos tienen poca capacidad explicatoria; dentro de la teoría del aprendizaje social encontramos suposiciones que pretenden ser lo bastante amplias como para abarcar las condiciones que regulan todas las facetas de la conducta violenta, tanto individual como colectivamente (Bandura 1973).

Dentro del aprendizaje por observación podemos considerar el vicario, el cual es una forma de adquirir conductas mediante la imitación en este tipo de aprendizaje participan por lo menos dos personas; uno que actúa de modelo y otro que observa e intenta reproducir la conducta este tipo de conducta es ilustrado por Albert Bandura, quien

mediante un experimento con niños pequeños , a los cuales se les presenta un video en el que una mujer le pega a un muñeco de goma y lo insulta; después de ver la película se deja jugar a los niños en un cuarto con un muñeco de goma idéntico al de la película, observando que los pequeños pegaban e insultaban al muñeco como en el video. Hasta donde se sabe los comportamientos son en su gran mayoría aprendidos y una proporción menor son innatos.

(Bandura, 1973). También formuló algunos pasos por los cuales se establece el aprendizaje por observación:

- Atención: Responder selectivamente a ciertos aspectos de la conducta del modelo.
- Retención: Imágenes las cuales consisten en abstracciones de los acontecimientos.
- *Representaciones verbales*: La cual supone la traducción de sistemas de acción a sistemas verbales.
- Reproducción Motora: Convertir en Acción la observación recordada comparando su desempeño con el recuerdo.
- Motivación: No es suficiente con observar, retener y reproducir, es necesario el reforzamiento que puede ser externo o autoreforzamiento.

La agresión y/o conducta violenta en nuestro medio es aprendida en un gran porcentaje a través de los medios de comunicación, televisión, cine videos e internet. Cada día somos bombardeados a violencia la cual hacemos parte nuestra consciente e inconscientemente.

Cada día que pasa observamos que la violencia no es castigada si no por el contrario es reforzada, cuántos casos hoy en día conocemos de casos de violencia que no son castigados, donde el sistema de justicia penal resulta ineficaz ante esta problemática social. (Megargee, 1976).

Por supuesto que mucha de esta violencia tiene una raíz económica, la falta de acceso a los satisfactores a la gran mayoría de la población genera frustración lo cual abona a la creciente violencia que azota a nuestra sociedad. Experimentalmente se encontró que si una paloma hambrienta ha estado picoteando una tecla para obtener comida y se suspende el reforzamiento, esta ave atacará a otra ave cercana.

El dolor y la frustración aparentemente generan en los organismos un estado emocional en la que agredir es en sí reforzante. (Megargee, 1976)

En los seres humanos el dolor es inevitable. Sin embargo esta en nosotros el hacer evitable este dolor y protegernos de la agresividad.

2.7 MANTENIMIENTO DE LA CONDUCTA VIOLENTA

A diferencia de las conductas deseadas las conductas indeseadas como las violentas, son mantenidas o sujetas a control de los estímulos reforzantes, aunque no siempre podemos observar que eventos específicos refuerzan las conductas violentas, creemos que es desde el hogar donde muchas de las conductas violentas se ven reforzadas, es más probable que

una persona sea asesinada, atacada físicamente, golpeada, abofeteada o azotada en su propio hogar que en la calle por la noche. (Cornell, 1985).

En nuestra cultura algunos padres enseñan a sus hijos que si regresan a sus hogares después de sufrir algún tipo de violencia, ellos se encargarán de ejercer una violencia mayor, para que aprendan a defenderse; todavía hace unos años la máxima en algunos hogares era: de que lloren en tu casa a que lloren en la del vecino; mejor que lloren en la del vecino.

Mucha de la violencia es generada y mantenida en los hogares. Aunque paulatinamente esto está cambiando, todavía es motivo de orgullo el decir: con mi hijo nadie se mete porque le va a ir muy mal.

Bajo la teoría del aprendizaje social de Bandura, podemos identificar que la violencia es aprendida y mantenida dentro del contexto familiar social, a través de los medios de comunicación. Generalmente la conducta violenta para que se mantenga recibe una recompensa superior al evento aversivo que pudiera recibir por infringir la norma. La exposición de modelo que presentan conductas inadecuadas influye decididamente en el establecimiento de estas conductas.

La conducta violenta puede establecerse por imitación sin embargo, el mantener la conducta violenta depende del refuerzo, identificando a este como el evento que

acompaña a la conducta, incrementando la probabilidad de ocurrencia de dicha conducta en el futuro.

Los programas de reforzamiento mantienen la conducta durante cierto período, hasta que los efectos reforzantes desaparezcan. Los estudios sobre violencia indican que el ambiente tiene un papel preponderante; puede ser en sí mismo la violencia auto reforzante. (Zimbardo, 1969) refiere casos de aspectos autoreforzantes de violencia y vandalismo cuando los individuos encuestados referían que al golpear con un mazo era difícil detenerse y pasárselo a otra persona debido al gusto al realizarlo.

Desde la perspectiva operante la probabilidad de ocurrencia de respuesta es la principal variable dependiente a seguir; aunque esta tenga una baja probabilidad de ocurrencia, si la conducta violenta es manifestada y tiene éxito y/o es premiada habrá una gran tentación de utilizarla. En nuestro medio la violencia ha rebasado a las autoridades por lo que al no existir castigo ésta se ve incrementada. Ante un sistema que no castiga la violencia en sus diferentes manifestaciones, sino que por el contrario, estas manifestaciones se ven reforzadas, difícilmente la tasa de dicha conducta se reducirá.

Premiar las conductas violentas como hasta la fecha, constituirá una sociedad cada día más violenta. Por las condiciones económicas que imperan en nuestro país la violencia se ha convertido en una manera de vivir y sobrevivir en una forma aceptada de conducta, respaldada por los hábitos populares de hoy tales como los saqueos a centros

comerciales y otras manifestaciones de violencia, las cuales no se consideran ilícitas por lo que no se genera culpa; de hecho en ciertas situaciones él no participar en actos violentos puede ser considerada en contra de la norma y condenada por el grupo social. La violencia es mayor en las naciones en desarrollo que en las desarrolladas, aunque existe mayor difusión en los países en desarrollo. La ilegitimidad de los gobiernos en nuestro medio genera y mantiene la violencia, cuando estos no responden a las necesidades populares democráticas (UNESCO, 1993)

La conducta violenta es controlada por diversos refuerzos que van desde los elogios verbales, la atención, el contacto físico (palmadas), expresiones fáciles tales como sonrisas, los cuales se administran fácilmente en ocasiones sin percatarnos de ello.

La variedad de eventos que acompañan a la conducta violenta y aumentan su probabilidad de ocurrencia es muy variada sin embargo, los elogios, los privilegios resultan de gran impacto en el refuerzo inmediato sobre la conducta en cuestión optimiza la ejecución. Cada refuerzo tiene sus propias ventajas y limitaciones variando de individuo en individuo y dependiendo del medio social en el que se desarrollen.

2.8 INSTIGADORES DE LA VIOLENCIA DEL MODELAMIENTO Y TRATAMIENTO AVERSIVO.

Pareciera evidente que la agresión y/o conducta violenta es aprendida en gran manera por observación y perfeccionada con la practica seguida de eventos reforzantes, tenemos

grupos sociales que perciben estas conductas como una forma de vida, en las que se entrena para la agresión, en las que la violencia constituye un valor personal donde las luchas son continuas; pero como se activan y se canalizan los comportamientos violentos, tales como los insultos, desafíos, amenazas y el trato injusto. Esto no es necesariamente por la carga genética sino debido a las experiencias previas. Aprendemos a detestar cierto tipo de individuos a partir de encuentros desagradables con ellos o por experiencias vicarias que llegan a suscitar rencor, por supuesto que los estímulos llegan a tomar funciones de encausar la agresión, se tiende a presentar la agresión en situaciones en las que es relativamente seguro y satisfactorio hacerlo y menos probable cuando el riesgo de situaciones adversas es alto. Gran parte de estas conductas está bajo el control del modelamiento, una forma eficaz de ser inducido a manifestar violencia consiste en que en nuestro medio haya otros individuos que lo hagan.

Experimentalmente hablando se encontró que los niños y adulto realizan más ataques después de observar que otros actúan de manera violenta, que cuando no lo observan. (Bandura, 1973) y (Goranson, 1970).

La instigación a la agresión se incrementa cuando los observadores están enojados, cuando se exponen repetidamente a las personas a modelos violentos se tiende a ser físicamente más agresivo (Berkowitz, 1965).

Dentro de la teoría del aprendizaje social se identifican algunos procesos mediante los cuales las influencias del modelamiento activan la conducta violenta:

- Actuar como los demás es satisfactorio y aprobado socialmente.
- Ver que la gente muestra aprobación a la agresión genera la impresión que la conducta es aceptable y esperada ante determinadas situaciones.
- La agresión es más eficaz cuando es socialmente legítimas que cuando es considerada injustificada.
- Observar conductas amenazantes sin recibir consecuencias adversas tiene efectos desinhibitorios sobre los observadores, extiende de manera vicaria los temores.

Los efectos instigadores del modelamiento facilitan emocionalmente la conducta agresiva, este modelamiento incrementa la probabilidad de ocurrencia de la conducta agresiva, generando adicionalmente la atención de los observadores hacia los instrumentos específicos usados durante la aparición de la conducta violenta, ocasionando con ello que los observadores utilicen los mismos o similares instrumentos para agredir, en definitiva los modelos desempeñan funciones de enseñanza, así como desinhibidores para iniciar y mantener la conducta violenta.

Como una de las causas principales de la agresión se ha considerado a la frustración la cual abarca tantos aspectos que no se identifica que eventos específicamente son los responsables.

La aplicación de castigos, la privación de las recompensas, los insultos, la historia de fracasos, consideradas como frustración no presentan efectos conductuales uniformes (Bandura, 1969). No existe una regla general por lo que ante las frustraciones las personas responden de manera diferente, algunos buscaran ayuda, otros incrementaran sus esfuerzos, algunos se sentirán derrotados y se retiraran; algunos otros agreden, otros atentaran contra sí mismos a través del uso de sustancias psicoactivas.

Los que responden de manera agresiva muy probablemente reciban agresiones, este tipo de contraataques desalentara la agresión y por otro lado este contrataque reducirá el dolor recibido por lo que incrementara su probable ocurrencia.

Experimentalmente encontró que aquellas conductas de ataque que van seguidas de estimulación dolorosa, se reduce y elimina la agresión en lugar de provocarla. Si deseamos provocar agresión, lo más sencillo es golpear a otra persona, quien se verá obligada a contraatacar; lo cual estará determinado por experiencias anteriores de éxito y/o fracaso (Azrin, 1970).

Los agresores débiles son disuadidos más fácilmente a presentar agresión encontró que las afrentas que humilla y las amenazas a la reputación y al estatus son los principales iniciadores de violencia. (Toch, 1969).

En algunos grupos en los que la jerarquía social está determinada por hazañas y/o logros en peleas, la amenaza al estatus provocara una rápida respuesta violenta. Las condiciones adversas de la vida pueden provocar acciones violenta, algunas explicaciones de lo anterior suelen explicarse por el descontento generado por las privaciones de los satisfactores.

En algunas situaciones el descontento produce agresión, el sentirse obstruido para alcanzar lo que se desea. La agresión es influida por las consecuencias que la acompañan.

En tiempos de guerra las sociedades ofrecen medallas, ascensos por las destrezas para matar. En diversas situaciones no importa cuál sea, los comportamientos violentos son mantenidos por el refuerzo correspondiente.

El enojo, la ira y la agresión no disminuyen la violencia por el contrario la exacerban, en la vida diaria el castigo como tratamiento aversivo reduce la frecuencia de los comportamientos, al igual que para incrementar las conductas con el refuerzo, el castigo y/o tratamiento aversivo las decrementa. Lo que dependerá de varias condiciones tales como la intensidad del castigo, cuanto mayor sea la intensidad del evento aversivo, mayor será la supresión de la respuesta; el castigo es más efectivo cuando se aplica inmediatamente de la repuesta en cuestión. Los efectos del castigo pueden ser muy efectivos.

CONTROL DE LA CONDUCTA VIOLENTA

2.9 EXTINCION DE LA CONDUCTA VIOLENTA.

El término extinción se refiere a la ausencia del reforzamiento que previamente acompaña a la conducta, una respuesta sometida a la extinción decrece en frecuencia y eventualmente regresa al nivel previo a la presentación del refuerzo.

La eficacia de la extinción y la rapidez con la que se logra la reducción de la conducta indeseable, depende del tipo de programa que mantiene la conducta. Una conducta que se mantiene reforzada continuamente será mucho más fácil de reducir que una la cual se mantiene bajo reforzamiento intermitente o es menos frecuente la presentación del refuerzo. (Kazdin, 1978).

La mayoría de las conductas se encuentran bajo el control de reforzamientos intermitentes; este tipo de refuerzos demora el proceso de extinción. La extinción requiere la identificación de el o los refuerzos que mantienen el comportamiento y de retirarlos cuando se presente la conducta a extinguir a simple vista, esto pudiera parecer sencillo; sin embargo esto no es así.

En el medio social como en el caso de la violencia en la que compañeros, amigos y familiares proporcionan los reforzamientos. De igual manera en el caso de los

delincuentes estos se refuerzan por los actos delictivos y difícilmente se puede utilizar un procedimiento de extinción en estas situaciones. En el caso de la violencia aunque teóricamente la extinción reduce la conducta, los estudios demuestran que en conductas agresivas la reducción es gradual por lo que se podrían presentar un número enorme de conductas violentas antes de que se eliminen.

Muchas conductas se efectúan para evitar consecuencias aversivas, por lo que bajo ciertas circunstancias, actúan de manera violenta evitando de esta manera consecuencias indeseables, generando conductas de evitación; las cuales son altamente resistentes a la extinción. Adicionalmente la ansiedad juega un papel importante ya que eventos que pudieran ser neutrales al ser asociados con episodios violentos adquieren control sobre la conducta.

Existen diversas técnicas que promueven la reducción de la conducta indeseable como la desensibilización y lo ya establecido que es la retirada del reforzamiento, aunque es poco probable que un programa para extinguir una conducta solamente incluya un elemento, generalmente en la violencia esta es determinada por varios eventos. (Ribes, 1980).

En cualquier programa de extinción, es necesario ser asiduo de extinción y constante a fin de que sea efectivo. Existen dos procesos necesarios para establecer un programa de extinción:

- Determinación de los refuerzos que mantienen la conducta.
- Manipulación de la conducta de los agentes que proporcionan los refuerzos.

Para incrementar la efectividad de la extinción es necesario implementar conductas alternas apropiadas.

Adicionalmente dentro de la extinción existe una categoría identificada como extinción graduada, la cual consiste en la presentación sistemática de estímulos aversivos comenzando con estímulos débiles que no provocan evitación, moviéndose gradualmente hasta escenas más aversivas, muy similares a la desensibilización sistemática.

Existe la extinción cubierta en donde las consecuencias no reforzantes son imaginadas, también muy similares a la desensibilización cubierta. La extinción cubierta requiere que se imagine, asimismo la persona ejecutando la conducta problema y posteriormente hay que imaginarse que la consecuencia que mantenía la conducta no llega, lo mismo que en la desensibilización. La extinción cubierta incluye el uso de la imaginación, descripciones verbales de las escenas que van a ser imaginadas.

Técnicamente la extinción en el condicionamiento operante es la suspensión del reforzamiento de una respuesta o la reducción de las respuestas que siguen a esta operación. La extinción se usa para conductas han sido positivamente reforzadas, también se puede usar con respuestas que se mantienen con refuerzos negativos (Catania, 1976).

2.10 DESENSIBILIZACION SISTEMATICA.

Desarrollada por Wolpe está dirigida al alivio de la ansiedad de desadaptación, en nuestro caso esta técnica nos ayuda en el control de la conducta violenta, a través de la relajación de los músculos que escenas imaginadas que representan situaciones que generan violencia en el individuo. Se supone que si los individuos violentos se les enseña a experimentar relajación, en lugar de ansiedad mientras se imagina diversas situaciones de violencia, el individuo llegará a controlar su ira en este caso conducta. (Wolpe, 1969)

Técnicamente consiste en un contracondicionamiento en el que mediante procedimientos de aprendizaje sustituimos respuestas por otras, en este caso la ansiedad (violencia) dejara su lugar a la relajación. Gradualmente se introducen estímulos que evocan la agresión iniciando con el estímulo que menos agresión genera hasta el que más agresión produce.

El término desensibilización sistemática se utiliza cuando la respuesta en competencia es la relajación, no se puede estar tenso y relajado al mismo tiempo; en términos físicos dos cosas no pueden ocupar el mismo espacio al mismo tiempo.

Con la desensibilización sistemática es posible tratar con éxito episodios de ira. Dentro de esta técnica se incluye o es parte muy importante la relajación muscular progresiva, la base consiste en que la tensión muscular se relaciona de alguna forma con la ansiedad y

con la ira. Que un individuo experimentara una reducción de este si puede lograr que los músculos tensos se aflojen y se pongan flácidos.

Un método para generar dicho estado consiste en la tensión y relajación sucesivas de los músculos, en una secuencia ordenada hasta que los principales músculos del cuerpo se relajen. Generalmente a la persona se le hace sentar en un sillón cómodo y se le pide que haga una aspiración profunda y que saque el aire lentamente, presentado luego el primer ciclo de tensión, relajación. Acto seguido se le pide que tense los músculos de su cuerpo y que observe lo incomodo que resulta; después se le pide que se relaje. Estos ejercicios se realizarán durante algunos segundos y deberá notarse la tensión e incomodidad que genera estar tenso.

La desensibilización sistemática es un medio eficaz para superar reacciones de ansiedad, existe amplia evidencia científica de que la desensibilización constituye una técnica efectiva, aplicable al manejo de la ira. Wolpe considera que la desensibilización como un caso de contracondicionamiento, significando esto la substitución de una respuesta emocional apropiada que se adapta a una situación determinada de acuerdo con él, en la mayoría de los casos la emoción de desadaptación constituye ansiedad, misma que como estado emocional deberá ser tratada, los individuos aprenden a experimentar ansiedad en presencia de ciertos estímulos, mediante un proceso de condicionamiento clásico o pavloviano. (Wolpe, 1969)

En términos conductuales la desensibilización sistemática se refiere a un conjunto de procedimientos experimentales que pueden incluir procedimientos de contracondicionamiento o de la extinción o de ambos.

Es uno de los métodos para contrarrestar gradualmente los hábitos neuróticos de las respuestas de ansiedad-violencia.

Después de la relajación muscular al individuo gradualmente se introduce un estímulo débil excitador de la respuesta de ira durante algunos segundos, después de repetidas exposiciones el estímulo pierde su capacidad de provocar respuestas de ira, posteriormente se presentaran estímulos cada vez más fuertes. Los cuales gradualmente perderán la capacidad de provocar la ira.

Esta técnica tiene sus raíces en los experimentos de Wolpe indica que esta técnica tiene sus raíces en los experimentos realizados, este procedimiento implica cuatro operaciones (Wolpe, 1958):

- Adiestramiento en relajación muscular profunda.
- Establecimiento de una escala que mida las respuestas de ira-ansiedad.
- Construcción de jerarquías de estímulos evocadores de ansiedad.
- Contraposición de la relajación y estímulos provocadores de ira.

Existen algunas modificaciones de la desensibilización como lo es la de carácter “vicaria”.

En la que el sujeto atemorizado observa a una persona guiada por el miedo y gradualmente este se pierde. En otros casos se ha observado que en algunas circunstancias es posible autoadministrarse la desensibilización sistemática.

En resumen la desensibilización sistemática consiste en presentar estímulos productores de ansiedad, comenzando con aquellos que producen poca, reduciendo la ansiedad asociada, pasando a los siguientes niveles cuando la persona ya no manifiesta ansiedad. (Wolpe, 1958)

2.11 CONDUCTA ASERTIVA.

La conducta asertiva se define como la expresión adecuada dirigida hacia otra persona de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad, el entrenamiento en conducta asertiva puede ser aplicado ante diversas circunstancias que impliquen la inhibición de la ejecución de una conducta “normal” debido aún miedo neurótico, la persona puede estar inhibida a realizar conductas que pudieran parecer razonables y/o correctas.

Puede ser incapaz de quejarse por una mala atención en un hotel, restaurante o ante la agresión de otras personas incluyendo a su familia porque tiene miedo de lastimar los sentimientos de esas personas incluyendo a su familia puede no ser capaz de expresar diferencias de opinión con sus amigos, novia (o) o esposa; o incapaz de levantarse y abandonar una reunión social que se ha vuelto aburrida porque teme parecer ingrato; también es incapaz de exigir el pago de un préstamo o de administrar una contingencia

porque teme perder su imagen de gente buena, incapaz de expresar afecto, admiración o alabanza porque encuentra esas situaciones embarazosas.

Esta ansiedad generada en la persona puede alejarla de diversas compañías e incluso probables parejas. La supresión de las conductas puede traer como resultado un trastorno.

En nuestro caso particular de violencia el individuo pudo estar sujeto a múltiples obligaciones sociales, lo cual engendra el que los derechos de los demás son más importantes que los propios. Ante estas situaciones es muy importante provocar la ejecución de las conductas inhibidas consiguiendo con esto inhibir la conducta de ansiedad.

En términos conductuales el condicionamiento operante de la conducta asertiva se empleara ante situaciones que el individuo presente una tasa baja de esta conducta o no las presente. Este entrenamiento se aplicara ante una gama de interacciones que el individuo presente dificultades o ante situaciones muy específicas.

Por supuesto antes de iniciar cualquier entrenamiento de esta naturaleza la persona aceptara la necesidad de ello, el sometimiento de algunas personas ante los demás en algunos casos probablemente tiene que ver a la filosofía con lo que moralmente es bueno como el anteponer los intereses de otras personas ante el propio.

Claro que a las personas se les puede hacer ver la necesidad de ser asertivo; algunos serán conscientes de ello y otros no tanto como en el caso de la violencia contra la mujer la cual en algunos casos instar a las personas a ser asertivas puede ser suficiente haciendo énfasis en las desventajas y problemática que conlleva el no ser asertivo.

El pionero de la asertividad propuso seis modos de conducta para ser utilizados por personas que requieran este tipo de entrenamiento (Salter, 1949).

- Externar los sentimientos: Verbalización deliberada de los sentimientos (esto me gusta)
- Expresión facial: mostrar la emoción en la cara.
- Contradiga: no tiene que fingir que está de acuerdo con todo.
- Uso de Yo: la palabra yo se emplea tanto como sea posible de modo que la persona se implique en las afirmaciones que hace.
- Expresa estar de acuerdo cuando sea elogiado. Los elogios no deben evitarse si no aceptarse.
- Improvise: trate de dar respuestas espontáneas ante estímulos inmediatos.

Existen circunstancias en las que la asertividad directa es inadecuada como es el caso laboral donde la asertividad directa es inadecuada como en el caso laboral donde la asertividad deberá ser más sutil.

2.12 MANEJO DE CONTINGENCIA.

En muchos sentidos los procedimientos más simples y directos para el control son los del manejo de las contingencias. En este manejo de contingencia los eventos que refuerzan la conducta violenta son retirados a través de las indicaciones a los ambientes sociales del individuo para que cambien sus patrones de conducta, auxiliariamente es el reforzamiento a conductas alternas deseables, lo que permitirá que la persona desarrolle estos nuevos comportamientos.

El tiempo fuera, el cual implica la eliminación de consecuencias de recompensa contingente a la conducta, jugará un papel importante.

Sabemos que aquellas conductas que se ven reforzadas se mantendrán y aquellas que se vean castigadas se decrementarán. Por definición un refuerzo positivo es un evento o conducta que acompañan el comportamiento y hace que esta se incremente. Un reforzador negativo es cualquier evento cuyo retiro contingente incrementa la tasa de respuesta de la conducta. (Skinner, 1969).

Administrar contingentemente un reforzador es dispensarlo siguiendo a la conducta deseada (una cuya frecuencia se desee incrementar) cuidando que el refuerzo se aplique solamente siguiendo la conducta deseada. La administración contingente del refuerzo es un método efectivo para el control de la conducta.

Por otro lado existen estudios que demuestran que la aplicación no contingente del refuerzo carece de utilidad para el control de la conducta.

¿Qué es el manejo de contingencias? Es la presentación y retiro contingentes de recompensas y castigos sobre la conducta determinada inmediatamente después de efectuada. (Skinner, 1979).

Un manejo contingente implica establecer mediciones, en un principio hablaremos de una línea base (como está al inicio el sujeto) para poder contrastar posteriormente determinar si se logran avances y/o mejoras en algunos casos será determinante la frecuencia de la conducta y en otras probablemente sea la duración del comportamiento, en ambos casos la medición es necesaria. Estas evaluaciones y/o registros confirmaran los diagnósticos. (McGuigan, 1983).

El manejo de las contingencias implica también la evaluación de la efectividad de los refuerzos, cuando se intenta establecer un programa de cambio de conducta se establecen claramente el o los refuerzos a utilizar. Se ensayarán los refuerzos a utilizar y se determinarán los más efectivos o que en el pasado hayan demostrado su efectividad.

Son reforzadores efectivos para casi cualquier persona:

- Los materiales reforzados sociales
- Reforzadores por actividad.

Los reforzados materiales pueden ser los alimentos, dulces, dinero, etcétera. Los reforzadores sociales pueden incluir gestos, elogios, contacto físico, entre otros. Por su parte los refuerzos por actividad incluyen privilegios de efectuar actividades preferidas.

Existen principios que no podemos pasar por alto para entender la eficacia de los refuerzos, en primer lugar tenemos la inmediatez en oposición a la demora del refuerzo entre más largo sea el lapso entre la terminación de una conducta y la presentación de la consecuencia reforzante, menor será el efecto del reforzador.

Por otro lado dentro del manejo de las contingencias tenemos el arreglo de éstas, lo cual no es otra cosa que el programa de reforzamiento que se aplicará, el cual puede ser un programa de reforzamiento continuo o intermitente.

Tenemos los programas de razón, los cuales pueden ser razón fija o razón variable. También tenemos los de intervalo que pueden ser fijos o variables. Dentro del manejo de contingencias, la extinción, el cual fue visto en el apartado 4.1

2.13 AUTOCONTROL

Definimos autocontrol a aquellas conductas en las que el individuo se ocupa deliberadamente para lograr resultados seleccionados por él mismo.

El autocontrol se identifica como la capacidad de gestionar en forma adecuada nuestras emociones y no permitir que sean estas, las que nos controlen a nosotros, el propósito es

que las emociones se expresen en forma adecuada. Las emociones como los episodios de ira que nos pueden llevar a la violencia pueden ser controladas, de tal manera que cuando nos referimos al autocontrol hablamos de controlar nuestras emociones y manifestarlas o inhibirlas según sea el caso.

Tenemos la libertad de expresar nuestra manera de pensar o sentir lo que queremos siempre y cuando no perjudiquemos a otras personas. Muchas de estas emociones actúan como instigadores de la violencia; tal es el caso de la ira, la rabia, enfado, frustraciones y otras muchas emociones.

Desde la perspectiva que nos atañe enfatizaremos sobre los métodos operantes en el autocontrol, lo que significa que no es que sean los único, si no que en nuestro caso, los métodos operantes resultar ser de nuestro interés. En la perspectiva operante en el autocontrol destacaremos el control de estímulos y el uso de eventos reforzantes autoadministrados. (Yates, 1979).

Dentro de las conductas donde el autocontrol se pierdo o no existe, encontramos la de alimentarse, fumar, beber en exceso, las conductas sexuales y la violencia motivo de nuestro interés. Reducir la probabilidad de ocurrencia de la conducta a la que nos referimos al introducir un programa de autocontrol.

Un programa de esta naturaleza implica los esfuerzos simultáneos para aumentar la probabilidad de ciertos tipos de respuestas y la disminución de otras. La idea de los métodos operantes en el autocontrol no es nueva, Skinner esbozaba ya un análisis conceptual, en épocas más recientes Kanter y Phillips editan textos dirigidos al autocontrol.

En términos operantes el autocontrol implica el autoreforzamiento, esto significa que el individuo tiene libre acceso a la recompensa pero no participa de ella hasta que ha efectuado cierta respuesta deseada (Skinner, 1953).

El autocontrol pudiera ser considerado como una manipulación sistemática de eventos, tales como estímulos antecedentes y consecuencias de respuestas. Sin embargo, investigaciones han demostrado que uno de los mecanismos fundamentales del autocontrol, el autoreforzamiento puede alterar la probabilidad de que una persona se comporte de manera determinada.

Sabemos que la conducta se encuentra bajo el control de los estímulos, si cambiamos de ambiente podemos cambiar, debilitar o eliminar la conducta indeseable y fortalecer la deseable. Por supuesto que autoadministrar los refuerzos como en este caso será más efectivo cuando se administran inmediatamente. En algunas situaciones llegamos a creer que el autocontrol es la capacidad de soportar las tentaciones, por el contrario lo correcto es la habilidad para reducir la tentación por medio de la interrupción temprana de

cadenas de conducta. En resumen los métodos de autocontrol utilizan todos los métodos operantes posibles.

Claro está que el autocontrol no es un asunto de fuerza, de voluntad, es el resultado de manipulaciones de eventos antecedentes y consecuentes.

- Implica cambios físicos en el ambiente, reducción de estímulos evocadores de conductas indeseables.
- Determinación de eventos reforzantes potente después de la conducta deseada.
- Inhibir las conductas indeseables.
- Interrupción de cadenas de conducta que conducen a la emisión de conductas indeseables.
- Planteamiento de metas graduales hasta lograr el éxito.
- En virtud de que la conducta cubierta ejerce control sobre la conducta la sujetaremos a un modelo de contingencias.

En algunos casos de las conductas problema, no son fácilmente accesibles, en esta área donde solo el individuo tiene acceso como los eventos privados o interiores tales como; conductas sexuales desviadas, fantasías y alucinaciones.

El autocontrol puede llegar a resultar una poderosa estrategia para modificarlas, en el caso de la violencia, el autocontrol implicará el cambio conductual en la situación en la que se presenta. (Ulrich, 1977).

En los casos de la violencia se puede pedir a los individuos que tienen problemas de este tipo a que lleven un registro de la duración y la frecuencia de episodios de ira. Al intentar modificar estos episodios, la persona que está en la mejor posición para controlar la conducta es el individuo mismo quien asesorado podrá efectuar de manera precisa la aplicación de la contingencia adecuada.

En la vida cotidiana el individuo ejerce el control sobre algunas conductas, con el entrenamiento de autocontrol al sujeto se le enseña cómo controlar una respuesta en particular la cual puede ser aplicada a otras situaciones.

PROPUESTA DEL TALLER DIRIGIDO A MUJERES DE 15 A 25 AÑOS PARA LA DISMINUCION DE LA VIOLENCIA

“La fuerza lo conquista todo,
pero sus victorias son a corto plazo”.

Abraham Lincoln (1809-1865)

JUSTIFICACION

La violencia contra las mujeres en nuestro país, es un problema de gran dimensión y una práctica social extendida a lo largo de nuestro territorio nacional. Se calcula que, en promedio durante los años 2013 y 2014, de acuerdo a cifras del INEGI son asesinadas 7 mujeres diariamente. De cada 100 mujeres, 65 de más de 15 años han experimentado al menos un acto de violencia de cualquier tipo, ya sea emocional, física, sexual o económico.

El INEGI destaca que la violencia de pareja está más extendida entre las mujeres que se unieron antes de cumplir los 18 años que entre las mujeres que lo realizaron a los 25 años o más.

En Tabasco de acuerdo a cifras del INEGI, Tabasco forma parte de las 10 entidades que concentran el 65% total de homicidios de mujeres en el país. Dichas cifras justifican ampliamente la implementación de un taller dirigido a mujeres de entre 15 y 25 años.

OBJETIVO GENERAL

Que las participantes identifiquen situaciones de violencia en su vida diaria; generen habilidades de tipo cognitivo para responder de forma adecuada cuando éstas se presenten:

IMPARTIDO POR: Psicólogo

DIRIGIDO A: Mujeres entre 15 y 25 años.

DURACION: 10 sesiones.

SESIONES: 2 hrs

EVALUACION : Pretest y Postest

Materiales:

- Sala
- Sillas (20)
- Cañón
- Computadora
- Pintarrón

Escenario:

El taller será impartido en una sala de 6 x 4 metros, la cual cuenta con aire acondicionado y sillas.

PROCEDIMIENTO DEL TALLER

La valoración de los contenidos se efectuará por medio de discusiones grupales y reflexiones personales.

Cierre:

El Las sesiones tendrán la siguiente dinámica:

Encuadre:

El instructor presentará los objetivos de la sesión y realizará una explicación de los contenidos que serán abordados.

Exposición:

Los contenidos teóricos de la sesión serán presentados a través de una exposición dinámica, practica.

Validación del aprendizaje:

Instructor dirigirá serie de preguntas acerca de los temas tratados, resaltando lo más importante de la sesión. Las sesiones se desarrollaran de acuerdo a la siguiente carta descriptiva.

CARTA DESCRIPTIVA

SESION	TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO	DINAMICA
1 2 hrs	Bienvenida y Presentación del Taller a participantes	Que las participantes se informen se sensibilicen en cuanto a la magnitud de la violencia.	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación del Instructor. - Presentación de objetivos del taller e importancia. - Dinámica del taller. - Definición de violencia y antecedentes. - Impacto de la violencia en México y Tabasco. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bienvenida y presentación del instructor. - Contenidos del programa. - Explicación y presentación de los objetivos e importancia del taller. - Explicación como se llevar las sesiones. - Proporcionar antecedentes de violencia en México y Tabasco.
2 2 hrs	La conducta violenta perspectiva conductual	Que las participantes identifiquen los pensamientos que tiene cuando esta en situaciones de violencia.	<ul style="list-style-type: none"> - Moldeamiento. - La aproximación sucesiva de la conducta violenta. - Reforzamiento diferencial 	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación y definición del moldeamiento y las aproximaciones sucesivas. - Ejemplos de reforzamiento diferencial
3 2 hrs	La violencia y la contingencia	Que las participantes identifiquen como responden a la violencia en su vida diaria.	<ul style="list-style-type: none"> - Definición de refuerzo. - Positivo a diferencia de un refuerzo negativo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación y definición de refuerzo positivo y negativo, como influyen en la conducta.

CARTA DESCRIPTIVA

SESION	TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO	DINAMICA
4 2 hrs	Extinción de la violencia	Que las participantes identifiquen como van a responder para extinguir la conducta violenta.	<ul style="list-style-type: none"> - Definición de la extinción. - Aplicación del procedimiento de extinción. 	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación de que es la extinción. - Como emplear un procedimiento de extinción. - Dificultades para la aplicación de la extinción.
5 2 hrs	Métodos cognitivos de control	Que las participantes sepan que hacer para decrementar la violencia	<ul style="list-style-type: none"> - Definición de la terapia racional emotiva. - Aplicación de la terapia racional emotiva 	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación y definición de la terapia racional emotiva. - Ejercicio de desensibilización.
6 2 hrs	Desensibilización sistemática	Que las participantes identifiquen como se sienten y que hacen cuando son violentadas.	<ul style="list-style-type: none"> - Definición y concepto de la desensibilización sistemática. - Uso y aplicación de la desensibilización sistemática. 	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación de la definición y principios de la desensibilización sistemática. - Ejercicio de la desensibilización sistemática.
7 2 hrs	Conducta Asertiva	Que las participantes respondan asertivamente ante situaciones violentas.	<ul style="list-style-type: none"> - Definición de conducta asertiva. 	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación y presentación que es la conducta asertiva. - Ejercicio de conducta asertiva.

CARTA DESCRIPTIVA

SESION	TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO	DINAMICA
8 2 hrs	Instigadores de la violencia	Que las participantes identifiquen como sus modelos familiares han contribuido a sus conductas o comportamientos actuales.	<ul style="list-style-type: none"> - Definición por concepto de moldeamiento. - Aprendizaje por modelos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación de aspectos legales ligados a la violencia. - Albergues temporales a víctimas de la violencia. - Teléfonos de emergencia.
9 2 hrs	Aspectos legales de la violencia	Que las participantes identifiquen las Instituciones que se encuentran a su alcance y que le auxilian en caso de sufrir violencia.	<ul style="list-style-type: none"> - Instituciones proporcionan apoyo y refugio en caso de violencia. 	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación de aspectos legales ligados a la violencia. - Albergues temporales para las víctimas de la violencia. - Teléfonos de emergencia.
10 2 hrs	Cierre del Taller	Que las participantes respondan asertivamente, que señalen pueden hacer y a donde recurrir en caso de violencia.	<ul style="list-style-type: none"> - Análisis de que hacer y a donde dirigirse en caso de violencia. - Conclusión y cierre del taller. 	<ul style="list-style-type: none"> - Invitación a la reflexión en cuanto a lo que aprendió sobre el taller y a que se compromete.

ALCANCES Y LIMITACIONES DEL TALLER

La propuesta del Taller pretende de manera significativa contribuir en la disminución de la violencia y aunque esta diseñada para ello, es necesario mencionar que en algunas situaciones tendrá sus limitaciones y a pesar de que los principios conductuales plasmados en el programa, no olvidemos que no tenemos el control de las variables que pudieran afectar el desarrollo del mismo.

Referencias

- Bandura , A. (1980). Modificación de Conducta. Editorial Trillas. México.
- Beck, A. (1976). Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. Editorial Reviews. USA.
- Castro, L. (1980). Diseño experimental sin estadística. Editorial Trillas. México.
- Catania, Ch. (1976). Investigación contemporánea en Conducta Operante. Editorial Trillas. México.
- Domínguez, B. (1982). Psicología Ecológica. Editorial UNAM. México.
- Ellis, A. (1997). Terapia Racional Emotivo-Conductual. Siglo XXI. España.
- Freud, S. (1913). Obras Completas Volumen XII. Amorrortu Editores. Argentina.
- Galindo, E. (1980). Modificación de la Conducta en la Educación Especial. Editorial Trillas. México.
- Honing, K. (1983). Conducta Operante. Editorial Trillas. México.
- Honing, K. (1983). Manual de Conducta Operante. Editorial Trillas. México.
- Kadzin, Allan E. (1978), Modificación de la Conducta y sus aplicaciones prácticas. Editorial El Manual Moderno, México
- Kanter, Frederick H. y Philips, Jeanne. (1910), Principios de Aprendizaje en la Terapia del Comportamiento, Editorial Trillas, México.
- Mahoney, M. (2003). Psicoterapia Constructiva. Editorial Paidós. Barcelona.
- McGuigan, F. (1983). Psicología Experimental: Enfoque metodológico. Editorial Trillas. México.
- Megargee, E. (1976). Dinámica de la Agresión. Editorial Trillas. México.
- Morris, D. (1967). El Mono Desnudo. Editorial de Bolsillo. México.
- Ribes, E. (1972). Técnicas de Modificación de Conducta. Editorial Trillas. México.
- Ribes, E. (1975). Modificación de la Conducta aplicadas a la Educación. Editorial Trillas. México.

- Thompson, R. (1980) Fundamentos de Psicología Fisiológica. Editorial Trillas. México.
- Thompson, R. (1975). Introducción a la Psicología Fisiológica. Editorial Harla. México.
- Thompson, T. (1976). Dinámica de la agresión. Editorial Trillas, México.
- Skinner, F. (1979). La conducta de los organismos: Un análisis experimental. Editorial Fontanella. España.
- Skinner, F. (1981). Ciencia y Conducta Humana. Editorial Limusa. México.
- Skinner, F. (1982). Contingencias de Reforzamiento. Editorial Trillas. México.
- Skinner, F. (1985). Aprendizaje y Comportamiento. Editorial Martinez Roca. España.
- Skinner, F. (1981). Conducta Verbal. Editorial Trillas. México.
- Skinner, F. (1977). Sobre el Conductismo. Editorial Fontanella. España.
- Sundel, M. (1981). Modificación de Conducta Humana. Editorial Limusa. México.
- Reyna-Valera (2009). La Biblia, Editorial Sociedades Bíblicas Unidas. México.
- Rimm, D. (1984). Terapia de la Conducta. Editorial Trillas. México.
- Ulrich, R. (1977). Control de la Conducta Humana Volumen I. Editorial Trillas. México.
- Wolman, B. (1984). Diccionario de Ciencias de la Conducta. Editorial Trillas. México.
- Wolpe, J. (1983). Práctica de la Terapia de la Conducta. Editorial Trillas. México.
- Yates, A. (1982). Terapia del Comportamiento. Editorial Trillas. México.
- Yates, A. (1979). Teoría y práctica de la terapia conductual. Editorial Trillas. México.

ANEXO 1

EVALUACION DEL TALLER DIRIGIDO A MUJERES DE 15 A 25 AÑOS PARA LA DISMINUCION DE LA VIOLENCIA

Nombre: _____ Edad: _____ Escolaridad _____

INSTRUCCIONES: Lee cuidadosamente antes de contestar y marca con una X la respuesta correcta.

1.- Me siento triste cuando escucho gritos y discusiones en mi hogar:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca

2.- Mis padres me golpean:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca

3.- Alguno de mis padres se enoja y se muestra agresivo con una mirada amenazante:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca

4.- Cuando algo no sale bien, mis padres me castiga sin comer, encerrado, realizando alguna actividad o trabajo:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca

5. Cuando alguno de mis padres se enoja mucho arroja objetos hacia mí con la intención de golpearme:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca

6.- En la escuela tengo buen rendimiento académico:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca

7.- Alguna vez mi padre destrozo algo significativo para mí:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca

8.- Siento que mis padres me ponen en ridículo al estar con amigos, familia, compañeros o desconocidos:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca

9.- Me amenazan con golpearme, castigarme, quitar o destruir algo:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca

10.- Sufro problemas relacionados con el apetito, es decir sin apetito o mucho apetito:

_____ Muy frecuentemente _____ frecuentemente _____ a veces

_____ Casi nunca _____ Nunca