

## MODIFICACIÓN DE CONDUCTAS

### Técnicas conductistas utilizadas en el tratamiento psicopedagógico

www.educarcanaria.es

La terapia conductual intenta modificar los patrones de conducta desadaptados mediante la aplicación de los principios del aprendizaje, al manipular las recompensas y castigos ambientales. Las principales características de la terapia conductual son:

- Centrarse en la conducta observable.
- La cuidadosa evaluación de la conducta a modificar.
- El control y evaluación de los efectos del programa en la alteración de la conducta.
- El interés por los cambios conductuales socialmente significativos.

La modificación de la conducta se lleva a cabo mediante:

- a. Técnicas derivadas del Condicionamiento Clásico.
- b. Técnicas del Condicionamiento Operante.

En el condicionamiento clásico los estímulos provocan respuestas automáticas, mientras que en el condicionamiento operante las conductas se controlan mediante la alteración de las consecuencias que les siguen.

#### a. TÉCNICAS DEL CONDICIONAMIENTO CLÁSICO

---

- a.1. La asociación de estímulos y la conducta refleja.
- a.2. La desensibilización sistemática.
- a.3. La imaginación emotiva.

##### a.1. La asociación de estímulos y la conducta refleja

Es la técnica básica del condicionamiento clásico, a partir de la cual se han elaborado las restantes. Si un estímulo que provoca una conducta, lo asociamos con otro estímulo cualquiera, cuando se produzca éste, también se seguirá aquella conducta o una muy parecida. Si un estímulo provoca alegría, y le asociamos con un segundo estímulo, como puede ser el sonido de un timbre, cuando éste suene, aun sin haberse producido el primer estímulo, se responderá con alegría. Para que se produzca la asociación de los estímulos debe practicarse el aprendizaje durante cierto espacio de tiempo. La conducta aprendida de forma refleja puede extinguirse si no se aplica el estímulo inicial junto al nuevo, renovando así el condicionamiento.

##### a.2. La desensibilización sistemática

Si un estímulo que provoca ansiedad lo apareamos con una conducta que sea incompatible con la ansiedad, ésta disminuirá hasta llegar a desaparecer cuando aparezca aquél. Esta técnica, en la que se aplican los principios del condicionamiento clásico, se usa en la mayor parte de los casos en que se aprecia temor, ansiedad o preocupación ante algo. Generalmente, la conducta incompatible con la ansiedad, y que se utiliza con mayor frecuencia, es la relajación muscular, pero puede ser empleada también la relajación mental o cognoscitiva. El proceso de la desensibilización sistemática implica:

- Detección de la clase de temor o angustia, e intensidad que provoca.
- Jerarquización de las categorías de temor.
- Entrenamiento en la relajación profunda.
- Asociación sucesiva de las diferentes categorías de temor con la relajación, hasta que deje de provocar angustia o ansiedad.

### a.3. La imaginación emotiva

Es una modalidad de la desensibilización sistemática en la que se sustituye el estímulo incompatible con la ansiedad, por otro agradable.

Consiste en asociar a un estímulo que provoca ansiedad, otro estímulo de naturaleza agradable e imaginado por el alumno, el cual es incompatible con la ansiedad. Al asociar ambos estímulos, cuando aparece el que produce ansiedad, automáticamente se presenta el imaginario agradable, reduciéndose la ansiedad hasta desaparecer. Si un alumno tiene temor de acudir a la escuela y le resulta agradable un determinado personaje, podemos asociar la imaginación de este personaje con el pensamiento de ir a la escuela hasta que desaparezca el temor. La imaginación emotiva es una técnica muy apropiada en ambientes escolares por su gran sencillez. Para su aplicación deberá seguirse la siguiente secuencia:

- Determinar los estímulos que producen temor o ansiedad.
- Conocer el personaje más admirado y agradable al alumno.
- Hacer que el alumno imagine, con los ojos cerrados, a dicho personaje y establezca una relación con él.
- Introducir paulatina y sucesivamente los estímulos que provocan temor o ansiedad, asociándolos con dicho personaje, de forma que no se produzca ansiedad.

Conforme vaya tolerando esta asociación, se va avanzando en la presentación de los estímulos hasta llegar al que le produce mayor temor o ansiedad, y lograr que ésta desaparezca.

## b. TÉCNICAS DEL CONDICIONAMIENTO OPERANTE

---

- b.1. El refuerzo positivo.
- b.2. El refuerzo negativo.
- b.3. El castigo.
- b.4. La extinción.
- b.5. El autocontrol.
- b.6. La retroalimentación.

### b.1. El refuerzo positivo

Se emplea para incrementar la frecuencia de una respuesta mediante un refuerzo consistente en proporcionar un estímulo grato al alumno. Cuando el alumno realiza la acción deseada se le refuerza con alguno de estos medios, según lo que a él más le agrade:

- . Elogiar su conducta, mediante expresiones como «muy bien», «estupendo», y otras parecidas que demuestren aprobación de la misma.
- . Dulces, caramelos o alimentos preferidos.
- . Gestos de aprobación de sus actos, como sonrisas, asentimiento de cabeza, demostración de alegría o satisfacción por su acción.
- . Premios diversos, como objetos, regalos, fichas (canjeables después por otros objetos).
- . Cosas agradables, como oír música, ver un programa de televisión, asistir a una reunión, etc.
- . Reconocimiento de su acción por otras personas.

El refuerzo de la conducta debe proporcionarse lo más inmediatamente posible, al menos al principio del tratamiento. La entrega del reforzador puede aplicarse todas las veces que el alumno obre correctamente (refuerzo continuo) o solamente algunas (refuerzo intermitente). Las distintas modalidades que presenta el refuerzo positivo son:

- **Programa de razón fija.** Cada cierto número de veces que el alumno realice la respuesta deseada se le concede un refuerzo. Al comienzo de un programa se le deberá reforzar todas las veces que la conducta se produzca. Conforme se avanza en el programa, podrá ir aumentándose de forma paulatina dicha razón fija. Es una modalidad eficaz, por la que se suelen comenzar la mayor parte de los programas, aunque después se cambie de modalidad. El alumno se habitúa a la proporción establecida, siendo sus realizaciones intermedias (en el supuesto de razones fijas amplias) más imperfectas, y mejores las finales del ciclo. Cuando se suprime el refuerzo, suele extinguirse la conducta con más facilidad que con las otras modalidades.

- **Programa de razón variable.** En este caso se varía la proporción de respuestas correctas por cada refuerzo, de manera que el alumno no sepa cuándo va a recibirlo. Al principio la oscilación de la razón debe ser pequeña y aumentarse poco a poco. Es un procedimiento muy eficaz para lograr la modificación de la conducta, ya que todas las respuestas del alumno se realizan con la expectativa del posible premio, al desconocer el momento en que se producirá. Incluso cuando se suprime el refuerzo, resulta difícil la extinción de la respuesta.

- **Programa de intervalo fijo.** Siempre que el alumno obre correctamente, es decir, realice la conducta deseada durante un espacio de tiempo fijo, se le proporciona el refuerzo. Esta circunstancia es independiente del número de veces que lo haga. Su eficacia es discreta, ya que puede habituarse, con una sola acción, a esperar el refuerzo en el tiempo que, por repetición, llega a conocer. Al suprimir el refuerzo se produce la extinción con rapidez.

- **Programa de intervalo variable.** En esta modalidad se aplica el refuerzo al alumno en intervalos de tiempo variables siempre que, durante los mismos, responda con la conducta deseada. Es un procedimiento más eficaz que el anterior para la modificación de la conducta, ya que el alumno desconoce cuándo se va a producir el refuerzo, y ello le obliga a obrar correctamente de modo permanente. Cuando se suprime el refuerzo, la extinción se produce con lentitud.

## b.2. El refuerzo negativo

Esta técnica consiste en incrementar la frecuencia de una acción deseable eliminando algo que resulta molesto al alumno, siempre que obre correctamente. Como medios para llevar a cabo el refuerzo negativo se encuentran, entre otros, quitar o suprimir al alumno :

- . Objetos o cosas que le resulten desagradables, como figuras, animales, ambiente, etc.
- . Ruidos molestos, como timbrazos, pitidos, etc.
- . Olores desagradables.
- . Dolores físicos o circunstancias molestas, que imposibilitan su libertad, como aquellas que le obligan a permanecer en determinada postura o lugar.

El refuerzo negativo debe ser también lo más inmediato posible a la conducta deseada. Su aplicación puede ser de manera continua o intermitente. La primera es más eficaz que esta última, pues al suprimir el refuerzo, se suele producir la extinción con más rapidez.

## b.3. El castigo

Esta técnica consiste en eliminar algo grato, o bien en proporcionar algo que resulte molesto al alumno, siempre que responda con una conducta distinta a la deseable, facilitando así la extinción de la misma.

El castigo aplicado de forma intermitente es menos eficaz que cuando se hace de forma continua, es decir, siempre que se produzca la respuesta inadecuada. Los castigos deben aplicarse lo más inmediatamente posible tras la acción incorrecta.

Entre los castigos que más corrientemente pueden aplicarse, tanto en ambientes escolares como en los familiares, se encuentran los siguientes:

- **Suprimir o privar** al alumno de:
  - . Palabras cariñosas, elogios, dirigirle la palabra.
  - . Comidas o platos que le agradan.
  - . Sonrisas y gestos de aprobación.
  - . Fichas o dinero, restando o deduciéndolo a lo ganado.
  - . Cosas gratas, como algunos objetos, ver la televisión, etc.
  - . Ambiente o personas gratas para él.
- **Aplicar o proporcionar** al alumno:
  - . Ruidos molestos, como pitidos o música estridente.
  - . Molestias físicas, como posturas incómodas, inmovilidad, etc.
  - . Olores desagradables.
  - . Trabajos molestos, monótonos.

- . Desaprobación de sus acciones con palabras duras.

Los castigos pueden aplicarse en muchas ocasiones, siendo necesario que el alumno lleve el autocontrol de su conducta y se halle comprometido en un contrato serio y responsable.

#### b.4. La extinción

Otra manera de reducir la frecuencia de una conducta no deseable es ignorarla cuando se produce. De esta manera, llega a producirse la extinción de la misma al no recibir ningún refuerzo que la mantenga.

La extinción debe ser aplicada siempre que se produzca la conducta, no siendo susceptible de hacerlo de manera intermitente, ya que, en este caso, se reforzaría la conducta y sería contraproducente para el tratamiento.

Ignorar la conducta es una técnica muy fácil y de gran eficacia. En muchas ocasiones la familia, al aplicar un castigo por una conducta indeseable, lo que hace es, a veces, reforzarla; mientras que si la hubiera pasado por alto sin prestarle atención, el niño, al ver que no se le hace caso y que aquella conducta no es útil para él, dejaría de realizarla, con lo que desaparecería por extinción.

#### b.5. El autocontrol

Consiste en la aplicación de los medios terapéuticos por el propio alumno, de acuerdo con las prescripciones convenidas con el profesor, llevando asimismo el control de sus resultados.

El autocontrol se ha demostrado en experiencias recientes como un medio sumamente eficaz para la modificación de la conducta, presentando las siguientes ventajas :

- . Proporciona confianza y responsabilidad al alumno, haciendo que se interese profundamente por su tratamiento y resultados.
- . Permite la observación de aspectos y facetas ocultos a la observación externa y, aunque puede perder objetividad en la evaluación de los resultados, sus posibilidades son ilimitadas en cuanto a la amplitud del campo de aplicación.
- . La misma subjetividad del autocontrol hace que, en la mayor parte de los casos, el alumno sea, incluso, más exigente en la evaluación de su tratamiento.
- . El alumno actúa de terapeuta sobre su problema, regulando en muchas ocasiones el tratamiento y aplicándose los refuerzos o castigos que ha establecido previamente.
- . La observación de su conducta puede llevarla a cabo de forma permanente, por lo que sus resultados son más estables y duraderos al crear hábitos que se prolongan tras el tratamiento.

El autocontrol presenta una serie de *Modalidades* que, en determinadas circunstancias, llegan a constituir técnicas por sí mismas:

- **La autoobservación.** Consiste en la observación de la conducta por el mismo alumno, el cual recibe los criterios a los que debe ceñirse en todo momento para realizarla. Estos criterios deben ser muy concretos y muy objetivos.

En esta modalidad el profesor concreta el plan de tratamiento, las técnicas a emplear y los criterios para evaluar la observación de su tratamiento. El alumno, normalmente, será quien se aplique el tratamiento, realice su propia observación y evalúe los resultados. En determinados casos, la aplicación del tratamiento puede ser realizada por algún miembro de su familia u otra persona, pero la observación y evaluación son obra exclusiva del propio alumno.

Es una modalidad idónea para ser empleada en medios escolares, ya que, en muchas ocasiones, los problemas se presentan en momentos en los que el observador externo no está junto al alumno y, en cambio, el propio alumno, al ser siempre el protagonista, puede observar perfectamente su conducta.

- **Autorrefuerzo.** Constituye una modalidad del autocontrol en la cual el alumno, además de cumplir el plan de tratamiento fijado por el profesor y de observar su propia ejecución, se aplica los refuerzos y castigos que le hayan prescrito previamente. Es un medio terapéutico mucho más eficiente que el anterior, ya que el alumno actúa con un mayor protagonismo.

- **Autorregulación.** Permite al alumno fijar determinados aspectos de su tratamiento, como, por ejemplo, la razón de los refuerzos o castigos. Puede aumentar o disminuir las tasas de los mismos o, incrementar el número de sesiones de ejercicios terapéuticos. Esta modalidad puede ser muy útil en los casos de nerviosismo, irritabilidad, ansiedad, etc., en los que puede requerirse dicho incremento de sesiones en determinados momentos, de acuerdo con el estado emocional del alumno.

- **Autocontrol de estímulos.** Es una modalidad en la que el alumno determina los estímulos que pueden servirle para modificar su conducta, y con arreglo a los mismos, se los aplica, observa y evalúa.

- **Autoinhibición recíproca.** El alumno elige el medio más adecuado para contrarrestar la acción que quiere inhibir y luego lo aplica cuando es previsible que se den las circunstancias que desea modificar. Esta modalidad de autocontrol se utiliza en ciertos casos de ansiedad, dificultades en la relación social, nerviosismo y, en general, cuando se presentan problemas de comportamiento que puedan contrarrestarse mediante conductas que sean incompatibles. Se comentan y concretan con el alumno aquellos aspectos que él considera que pueden aplicarse con más eficacia en previsión de la conducta a inhibir. Cuando se presenta una circunstancia así, pone en práctica la conducta incompatible, con lo que evita la otra conducta. Anota sus resultados y, posteriormente, contabiliza sus éxitos y fracasos.

- **Autotratamiento.** Es un paso más en la técnica del autocontrol. En ambientes escolares, esta modalidad puede constituir sólo la parte final del tratamiento, o bien aplicarse desde el primer momento. En ambos casos se pide al alumno que dé cuenta de sus decisiones, las cuales, en gran parte, serán fruto de la evolución de sus resultados. El autotratamiento convendrá aplicarlo a alumnos con buen autodomínio, con buena capacidad de reflexión y que sean suficientemente objetivos, ya que, en otro caso, nos expondremos a que no se lleve el proceso con la debida exigencia.

#### b.6. La retroalimentación

Mediante esta técnica el alumno va conociendo los resultados que obtiene, los cuales pueden influir en su futura actuación. El conocimiento de su propia evolución provoca en él la autoestimulación y el deseo de corregir aquellos aspectos que puedan mejorarla. La retroalimentación puede ser:

- **Interna** o autorretroalimentación. En la retroalimentación interna el alumno se observa, y conoce la evolución de sus resultados por sí mismo.

- **Externa.** En la retroalimentación externa el alumno recibe una información ajena sobre sus resultados. Esta modalidad puede ser:

. Biorretroalimentación. Consiste en el conocimiento objetivo de los resultados de su terapia por medio de procedimientos físicos, químicos o eléctricos; de tal manera que dicha información pueda influir en sus decisiones.

. Sociorretroalimentación. Es una submodalidad en la que el alumno percibe los resultados de su tratamiento a través del criterio y la actuación de las personas que se encuentran a su alrededor. Además de percibir personalmente esos resultados, recibe una información complementaria y objetiva que refuerza su actuación o, en caso necesario, influye para modificarla.

## LIBRO RECOMENDADO

PEINE, HERMANN A. y HOWARTH, ROY:

***Padres e Hijos. Cómo resolver los problemas cotidianos de Conducta.***

Siglo XXI de España Editores, colección Psicología, Madrid, 1999, 10ª Edición.

Anexo

## EL CASTIGO

### Técnica de modificación conductual

Dr Eduardo Hernández González.  
Pediatra y Terapeuta la Conducta Infantil.

El Castigo en sentido técnico se refiere sólo a la operación empírica (presentación o retiro de eventos) que reduce la frecuencia de aparición de una respuesta, y no siempre comprende dolor físico. (Kazdín, 1971) Sin duda, los eventos dolorosos (como las tundas) pueden no disminuir las respuestas para las que se diseñaron como castigo, sino más bien aumentar la frecuencia de aparición de las respuestas a castigar, así como también provocar la aparición de otras respuestas disruptivas. De manera que el Castigo es un procedimiento de modificación de conductas.

Desde hace muchos años, y desde la perspectiva cognitivo-conductual, no está indicado el castigo físico como método de modificación de conductas en los niños, y este criterio es compartido por el autor, para quien el castigo físico por una parte representa un irrespeto absoluto a los derechos humanos y sobre todo de los niños, y por otra ha demostrado hasta el cansancio que no tiene poder para corregir conductas disruptivas en los niños.

Sin embargo, para propósitos del tema, se tocarán todos los tipos de castigo que existen en la literatura psicológica.

### TIPOS DE CASTIGO

En la modificación conductual se han desarrollado muchas formas de castigo con base en si se presentan eventos aversivos, se retiran eventos positivos, o se requiere esfuerzo o trabajo por parte del sujeto después de la ejecución de determinada conducta.

#### Presentación de eventos aversivos

---

Después que se ha realizado una respuesta, puede aplicarse un evento aversivo como una tunda o una reprimenda. Existen dos tipos de eventos aversivos: estímulos aversivos primarios y secundarios (o condicionados). Los eventos aversivos primarios lo son de manera inherente, por ejemplo, un choque eléctrico, ataque físico intenso, luces brillantes y ruidos fuertes son estímulos aversivos primarios y sus propiedades aversivas no son aprendidas. Los estímulos aversivos secundarios o condicionados, adquieren sus propiedades aversivas al aparearseles (relacionarseles) con otros eventos aversivos como dolor físico o pérdida de privilegios. Los estímulos aversivos secundarios incluyen gestos, cabeceos, fruncimiento de ceño y boletas de tránsito.

#### - Afirmaciones verbales

Las afirmaciones verbales en forma de reprimendas, advertencias, desaprobación, decir no, y las amenazas, suelen emplearse en las interacciones cotidianas entre maestro y alumno, padre e hijo y entre hermanos, esposos, amigos y enemigos. De manera ocasional, las afirmaciones verbales se han utilizado para suprimir conducta en investigación aplicada, por ejemplo, las reprimendas y las afirmaciones de desaprobación se han aplicado en escenarios de salón de clases para reducir el juego durante las lecciones, estar fuera de su lugar, hablar sin permiso y otras conductas desorganizantes. (Hall y col, 1971)

La manera en que se hacen las afirmaciones verbales puede afectar su efectividad, por ejemplo, en aplicaciones de salón de clases, las reprimendas son más efectivas para suprimir la conducta infantil cuando se acompañan por una mirada directa y se le sujeta.

El castigo verbal tiene probabilidad de perder su efectividad con el tiempo, por ejemplo, en ocasiones se han empleado amenazas para suprimir conductas, cuando éstas indican que seguirá alguna otra consecuencia aversiva, se tornan eventos aversivos condicionados ya sea que la conducta se ejecute o no. Cuando las amenazas son vanas (no respaldadas por la consecuencia amenazada) tienden a perder su efecto con rapidez. (Kazdín, 1971)

### - Choque eléctrico

El choque eléctrico es otro evento aversivo que puede presentarse después de la conducta, se emplea rara vez, sólo se ha restringido a personas involucradas en conductas peligrosas para sí mismos o para los demás, y que no han respondido a otros procedimientos. Cuando se utiliza el choque eléctrico en esas situaciones extraordinarias, por lo común se hace brevemente en un dedo o el brazo, produciendo una rápida y notable supresión de la conducta. En la actualidad no se usa, en parte debido a que su uso hace surgir tópicos éticos y legales pero también porque se hallan disponibles otras alternativas menos objetables pero efectivas.

### Retiro de consecuencias positivas

---

El castigo a menudo toma la forma de retiro de eventos positivos en lugar de presentación de estímulos aversivos posteriores a la conducta. Los ejemplos familiares comprenden pérdida de privilegios, dinero, o al permiso de conducir después de la conducta. Los eventos valorados de manera positiva y que incluso pueden actuar como reforzadores positivos, son retirados como una forma de penalización. Las dos técnicas principales son el tiempo fuera de reforzamiento y el costo de respuesta.

#### - Tiempo fuera de reforzamiento:

El tiempo fuera se refiere al retiro de todos los reforzadores positivos durante un período determinado. Durante el intervalo de tiempo fuera, el sujeto no tiene acceso a los reforzadores positivos que se encuentran disponibles normalmente en el escenario. Por ejemplo, en una clase puede aislarse a un niño de los demás durante 10 minutos; en este tiempo, no tendrá acceso a interactuar con sus compañeros, actividades, privilegios, ni otros reforzadores que por lo común se hallan disponibles.

El tiempo fuera ha sido muy efectivo para modificar diversas conductas, incluyendo el discurso psicótico, accidentes al ir al baño, succionarse el pulgar, y conducta autoestimulante y autopunitiva. (Hobbs y Forehand, 1977).

Las ventajas obvias del tiempo fuera son la duración relativamente breve y la ausencia de dolor.

#### - Costo de respuesta:

El costo de respuesta se refiere a la pérdida de un reforzador positivo. Requiere una penalización de alguna clase, por lo general en forma de multa. Los ejemplos del costo de respuesta en la vida diaria adulta comprenden multas por violaciones de tránsito, cargo por "mora", cargo por cheques que "rebotan" etc; en la vida diaria infantil comprenden quedarse sin ver la televisión, sin jugar, sin usar el ordenador debido al no cumplimiento de normas establecidas. Así mismo en el ámbito escolar incluye la pérdida del receso, paseos y otras actividades extracurriculares.

### Consecuencias punitivas basadas en el esfuerzo

---

Como consecuencia para la conducta indeseable puede pedírsele a un sujeto que participe en respuestas que implican trabajo o esfuerzo. Esto es distinto de presentarle un estímulo aversivo (por ejemplo, reprimenda) o retirarle un evento positivo (por ejemplo, costo de respuesta), aquí se le pide que se involucre en conducta aversiva.

### Sobrecorrección

---

Con la sobrecorrección, la penalización por participar en una conducta no deseada es llevar a cabo algunas otras conductas en la situación dada, pueden distinguirse dos componentes de la sobrecorrección: el primero denominado restitución, que consiste en corregir los defectos ambientales de la conducta inapropiada. Así, si un niño tira comida en la mesa del comedor, se le pedirá limpiarla completamente. El segundo componente, llamado práctica positiva, consiste en practicar de manera repetitiva la conducta adecuada, por ejemplo, se le pedirá al niño colocar la comida en su plato de modo adecuado varias veces en hilera y quizá también servir la comida a otros. Estas respuestas son algunas de las formas "correctas" de servir y manejar alimentos en la mesa.

La restitución y la práctica positiva en ocasiones se combinan y otras se emplean solas, dependiendo de las conductas a suprimirse.

La sobrecorrección sola o en combinación con otros procedimientos ha modificado una variedad de conductas como accidentes en el control de esfínteres, actos agresivos, conductas autoestimulantes, berrinches, morderse las uñas y modales en la mesa. (Foxy y Bechtel, 1983). Los resultados de unos

cuantos minutos de entrenamiento correctivo después de la conducta deseada han conducido a efectos terapéuticos rápidos y duraderos.

El procedimiento preciso de castigo seleccionado en cualquier instancia puede estar determinado por varias consideraciones, a saber, la gravedad de la conducta, el peligro para el sujeto y los demás, la facilidad de poner en práctica el procedimiento en un escenario en particular, y el entrenamiento necesario de la(s) persona(s) que aplican el proceso de modificación conductual.

## PRINCIPIOS DE APLICACIÓN

Sea cualquiera el castigo a utilizar, se deben seguir una serie de reglas o principios para que sea efectivo (Moles, 1994), éstas son:

1. Debe informarse al sujeto cual o cuales van a ser específicamente las conductas a castigarse.
2. Debe igualmente informársele de cual será el castigo a la conducta en cuestión.
3. Una vez cumplidos los puntos anteriores, se ofrecerá el castigo en la primera oportunidad que el sujeto emita la conducta y cada vez que lo haga. Esto implica que se debe castigar siempre y no a veces.
4. El castigo debe ser contingente a la conducta, y por lo tanto al igual que el reforzamiento debe tener una latencia corta. Es decir la aplicación del castigo debe ser lo más próximo posible (en tiempo) a la emisión de la conducta en cuestión.
5. El castigo debe ser siempre de la misma intensidad y no depender del estado emocional de quién lo aplica.
6. Al igual que con los refuerzos no se debe generalizar el castigo, debe ser de forma individual y dependiendo de las características de cada sujeto.

Los especialistas en las técnicas de modificación de conductas se han preocupado por el mal uso y abuso que se hace del castigo, ya que esto favorece problemas en niños y adolescentes. Por ejemplo, las familias de niños que se desvían del patrón tienden a utilizar castigo más estricto y frecuente que las familias de niños que se desenvuelven bien en la vida cotidiana (Kazdin, 1987).

El castigo más frecuente no se asocia con mejor conducta, en verdad, tanto el castigo físico como verbal (reprimendas) pueden incrementar las propias conductas (desobediencia, agresión) que los padres, maestros y otras personas desean suprimir. Por desgracia el viejo adagio “dispense la vara y eche a perder al niño”, todavía tiene muchos adeptos, esto es desafortunado porque también podría sostenerse una sentencia opuesta, “use la vara y eche a perder al niño”.