



Serveis socioculturals i a la Comunitat
**CFGM Atenció a persones
en situació de dependència**

PÀGINES REVISADES

Atenció i suport psicosocial

M.^a Emilia Díaz García
M.^a José Tello Guerrero

2.3. Tècniques per a l'adquisició de noves conductes



Fig. 2.4.
Moltes persones necessiten adquirir noves habilitats per sortir-se'n en la seva vida diària.

L'adquisició de noves conductes és un procés habitual en l'entorn de l'atenció a la dependència, especialment en persones que han perdut funcionalitat motriu o intel·lectual per sortir-se'n en la seva vida diària. Les tècniques més habituals d'aprenentatge de noves conductes són el *modelatge*, l'*emmotllament* i l'*encadenament*.

2.3.1. El modelatge

El **modelatge** és un procés d'aprenentatge basat en l'observació d'una persona, que anomenarem model, les conductes, pensaments o actituds del qual es consideren adequats.

El modelatge és una tècnica útil per aprendre noves conductes, per perfeccionar o incrementar-ne algunes de les quals ja es disposa i fins i tot també per eliminar-ne d'altres de no apropiades. Per exemple, és molt eficaç per promocionar pràctiques de manteniment de la salut, per superar dèficits en habilitats socials, per preparar entrevistes de feina, per suprimir pors i fòbies, etc.

El model, la clau del modelatge

El procediment bàsic del modelatge és molt senzill: simplement consisteix a exposar la persona usuària davant la persona model mentre aquesta exhibeix el comportament que es vol que adopti la primera.

És obvi que en el modelatge és fonamental l'elecció del model. És convenient que exerceixin aquest paper persones influents o creïbles per a la persona usuària, per exemple les i els professionals d'atenció, així com les persones properes, com la parella, la família o les amistats.

Però també poden complir aquesta funció persones que hagin tingut un problema o viscut una situació semblant a la de la persona, especialment si s'hi poden identificar, per exemple per aspectes com ara l'edat, el sexe, el context, etc. Cal no oblidar que les persones mediàtiques o prestigioses també acostumen a ser vistes com a models informals. El model es pot mostrar de forma presencial o diferida (per exemple en vídeo). En el context de l'atenció directa, els models han d'exhibir els comportaments adequats que la persona usuària hauria d'observar. (DOC. 2.1)

Consideracions sobre l'aplicació del modelatge

Hi ha una sèrie d'aspectes que s'han de tenir en compte per millorar l'eficàcia de la tècnica:

- La conducta del model que cal imitar ha d'aparèixer representada amb la màxima claredat possible.
- La conducta s'ha d'imitar al més aviat possible després de l'observació del model.
- Es poden utilitzar instigadors (reforços que ajuden a iniciar una resposta) per incitar a la imitació i, una vegada imitada i integrada (consolidada) la conducta desitjada, retirar els reforços.

Tingues-ho en compte!

Recorda el que has estudiat al primer nucli sobre l'aprenentatge per imitació plantejat per A. Bandura i les teories de l'aprenentatge social.



Tingues-ho en compte!

Malgrat ser una tècnica interessant per a l'adquisició de comportaments adequats, el modelatge també pot facilitar l'aprenentatge de conductes desadaptades, si el model que es pren com a referència adopta conductes inadequades.

Document 2.1

Classificació de les tècniques del modelatge

El modelatge presenta un gran nombre de variants tècniques, classificables en funció d'una sèrie de dimensions bàsiques.

Dimensions	Tècnica	Explicació
La conducta de l'observador	Modelatge passiu	El subjecte únicament observa la conducta del model, sense reproduir-la durant la sessió d'entrenament.
	Modelatge actiu	El subjecte observa l'execució del model i a continuació reproduïx la conducta modeljada en la mateixa sessió de tractament.
La presentació del model	Modelatge simbòlic	El modelatge es duu a terme a través d'un enregistrament en vídeo, d'una pel·lícula o de qualsevol altre mitjà audiovisual.
	Modelatge en viu	El model duu a terme la conducta en presència de l'observador.
L'adequació de la conducta del model	Modelatge positiu	La persona pren el model de la conducta o conducta objectiu.
	Modelatge negatiu	La persona pren el model de les conductes no desitjades.
	Modelatge mixt	S'utilitza el modelatge negatiu seguit del positiu.
La dificultat de la conducta que cal modelar	Modelatge de conductes intermèdies	La conducta terminal es descompon en conductes intermèdies, a les quals el subjecte s'emmotlla i que aquest assimila de forma progressiva.
	Modelatge de conductes objectiu	En els casos en què la conducta objectiu no sigui excessivament complexa, la persona s'hi emmotlla directament.
El nombre d'observadors	Modelatge individual	El modelatge es realitza davant un únic observador, generalment en contextos terapèutics.
	Modelatge grupal	El modelatge es produeix davant un grup, generalment en contextos educatius.
El nombre de models	Modelatge simple	Es presenta un únic model.
	Modelatge múltiple	S'utilitzen diversos models, diferents de l'observador i semblants a aquest.
La competència del model	Modelatge <i>mastery</i>	El model disposa de les habilitats i els recursos necessaris per manejar de forma efectiva la situació des del principi.
	Modelatge d'afrontament	El model al començament mostra habilitats similars a les de l'observador i va demostrant progressivament les habilitats necessàries per resoldre la situació d'una manera satisfactòria.

El procediment d'aplicació de la tècnica és el següent:

- S'explica la conducta que es vol aconseguir: en què consisteix i quins efectes té: «Avui aprendrem com...».
- Es destaquen els aspectes més rellevants de la conducta del model als quals ha de prestar atenció la persona usuària i es descriuen aquests comportaments: «Ara observarem com actua...», «Si et fixes en..., t'adonaràs que...».
- La persona usuària posa en pràctica la imitació, al principi, si és necessari, amb el suport d'instigadors. Després s'utilitzen reforços positius per recompensar l'actuació.
- Mitjançant diversos assajos, es consolida la conducta desitjada, i lentament es van esvaïnt els reforços.

És freqüent i molt adequada la utilització del vídeo per a l'aplicació i consolidació de la tècnica. Així, es pot gravar la conducta durant el procés d'aprenentatge i posteriorment visionar-la, de manera que la persona, en veure la seva actuació, s'adonarà dels encerts i els errors que ha comès, i podrà perfeccionar-los o corregir-los.

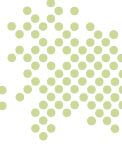
2.3.2. L'emmotllament

L'**emmotllament** és una tècnica que consisteix a reforçar de manera selectiva conductes aproximades a la que es vol instaurar, perquè la persona arribi a aconseguir aquesta conducta a través d'aproximacions successives (metes intermèdies).

Es tracta d'una tècnica destinada a adquirir conductes que no figuren en el repertori de la persona i que són difícils d'aconseguir, ja sigui per la complexitat de la conducta o bé per la limitació de la persona usuària. Per això és molt utilitzada en programes de rehabilitació de funcions motores i en educació especial.



Fig. 2.5.
Mitjançant l'emmotllament
ajudem la persona a
desenvolupar determinades
conductes i habilitats.



L'emmotllament s'acostuma a complementar amb l'ús dels reforços, models o ajudes, com ara els *instigadors* o la *guia física*.

- Els **instigadors o incitadors**. No són res més que reforços que ajuden a iniciar una resposta, per exemple instruccions verbals que expliquin el procediment, senyals físics o gestuals, imatges impreses, etc. Per tant, són estímuls previs a la conducta que faciliten aproximacions més ràpides i menys avorrides que els reforços convencionals. El procediment és el següent:



A mesura que es vagi aconseguint la resposta, els instigadors s'aniran esvaint.

- La **guia física**. S'utilitza bàsicament per tal de desenvolupar habilitats motores. Consisteix a ajudar o forçar físicament els moviments de la funció motora que es volen desenvolupar. També es poden utilitzar aparells ortopèdics o altres dispositius que permetin guiar el moviment.

Tingues-ho en compte!

Emmotllament i modelatge són dues tècniques completament diferents, tot i que la semblança del significat dels termes pot portar a certa confusió. Per diferenciar-los podem remetre'ns a l'origen de cada paraula: *emmotllament* ve de *motlle*, mentre que *modelatge* ve de *modelar*, *donar forma*.

Per aplicar la tècnica de l'emmotllament és important tenir en compte unes quantes consideracions:

- Definir la meta que es vol aconseguir amb claredat, així com tots els passos intermedis, perquè no hi hagi dubtes respecte a quines conductes s'han de reforçar i quines no.
- Al principi del programa, el reforç serà més freqüent, i el nivell d'exigència, menor. Aquesta seqüència s'anirà invertint a mesura que s'avanci en l'aprenentatge, i cada vegada s'exigirà més per obtenir un reforç.
- Una vegada adquirida la conducta desitjada, s'hauran de disminuir els reforços continus i passar a un reforç intermitent de la conducta definitiva per facilitar la consolidació.

2.3.3. L'encadenament

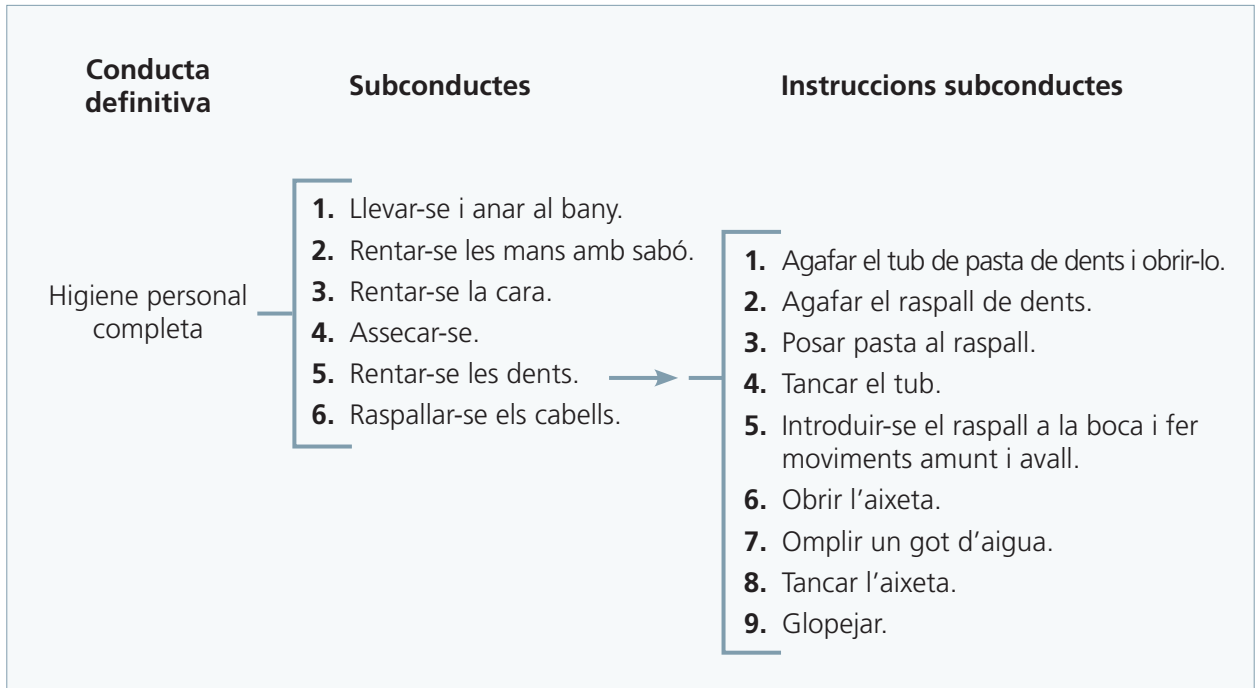
L'**encadenament** consisteix en la formació d'una conducta complexa a partir d'altres de més senzilles de les quals l'individu ja disposa en el seu repertori, mitjançant el reforç de cadascuna d'aquestes subconductes o passos.

Diverses de les conductes que hauran d'aprendre moltes de les persones a les quals atendrem estan compostes per d'altres de més senzilles de les quals ja disposen, però que per falta d'hàbit o per desconeixement no solen enllaçar o coordinar adequadament.

El desenvolupament de la tècnica de l'encadenament exigeix una sèrie de passos. Agafarem com a exemple la higiene que una persona usuària ha de seguir en llevar-se al matí.

1. **Especificar la conducta definitiva** que es vol aconseguir, **amb totes les subconductes** necessàries per arribar-hi.
2. Seqüenciar detalladament les **instruccions per a cadascuna de les subconductes**, en funció de la capacitat de la persona usuària.

3. **Entrenar cada subconducta** perquè s'executi d'una manera correcta. Convé repassar cadascuna de les tasques per separat per tal de comprovar que l'execució és correcta i, si no ho fos prou, perfeccionar-la o corregir-ne els errors.
4. **Encadenar** de manera seqüenciada i començant per la primera, en ordre d'execució, les **diferents subconductes** per arribar a la realització de la conducta completa.



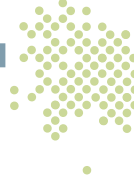
La tècnica d'encadenament s'utilitza sovint a l'hora de desenvolupar habilitats d'autonomia personal com ara vestir-se, menjar o efectuar-se la higiene personal, ja que la persona pot conèixer molts dels passos de la conducta final, però pot no ser capaç de coordinar-los per completar-la.

L'encadenament es pot complementar amb altres tècniques de modificació de conducta:

- Utilització del modelatge per mostrar com cal executar les conductes, parcials i en conjunt, que es pretén ensenyar.
- Ús d'instigadors per incitar a la resposta.
- Utilització de reforços per augmentar la probabilitat d'execució de la resposta.
- Combinació amb l'emotllament, si existeixen seqüències de la conducta final que no es troben en el repertori de la persona i que són necessàries per realitzar-la.

Tingues-ho en compte!

Una de les diferències determinants entre l'emotllament i l'encadenament és que en l'emotllament es pretenen instaurar seqüències de les quals la persona no disposa, mentre que en l'encadenament les subconductes que s'han d'enllaçar ja formen part del repertori de la persona.



Activitats

9. Respon al teu quadern les preguntes següents:
- Quina és la tècnica de modificació de conducta que es basa en l'aprenentatge per observació?
 - Quina és la tècnica eficaç per a la rehabilitació de funcions motores?
 - Quina és la tècnica de modificació de conducta basada a assolir la conducta objectiu a través d'aproximacions successives?
 - Com es denominen les instruccions verbals i els senyals físics o gestuals que s'utilitzen com a ajuda en l'adopció o perfeccionament de conductes?
 - Com s'anomena el reforç que consisteix a ajudar o forçar físicament els moviments de la funció motora en l'aprenentatge d'una conducta?
10. Indica si les preguntes següents són certes o no. Justifica la teva resposta:
- El modelatge és menys efectiu si la persona usuària s'identifica amb la que actua com a model.
 - Un model pot facilitar l'adopció de conductes inadequades o desadaptades.
 - A l'hora d'aplicar l'emmotllament, a mesura que es vagi aconseguint la resposta, els instigadors s'aniran esvaint.
 - En un programa d'emmotllament, al principi el reforç serà més freqüent, i el nivell d'exigència, menor.
 - La tècnica d'encadenament persegueix assolir que s'adopti una conducta enllaçant un conjunt de subconductes senzilles que la persona té en el seu repertori.
11. Tornant a l'ACTIVITAT 8, en la qual aplicaves un programa de reforç per a una persona usuària a la qual pretenies ensenyar la utilitat i el mecanisme de rentar-se les dents, intenta millorar la teva intervenció utilitzant el que has vist en aquest apartat.
12. A una persona de 54 anys d'edat, dretana, que ha patit un accident cerebrovascular i ha perdut la mobilitat de la part dreta, cal iniciar-la en l'aprenentatge de totes les seves activitats amb el braç i la mà esquerres. Respon aquestes preguntes i justifica la teva resposta:
- Quina serà la tècnica de modificació de conducta bàsica del programa d'adquisició d'habilitats d'aquesta persona?
 - Quines tècniques complementàries creus que es podrien combinar amb la tècnica principal?
13. Has d'ensenyar a una persona gran a realitzar uns exercicis físics molt elementals utilitzant la tècnica del modelatge. Pots optar per les següents modalitats a l'hora d'escollir el model. Indica els avantatges i els inconvenients de cada opció:
- Seràs tu, com a professional, qui exercirà de model.
 - Utilitzaràs un vídeo en el qual els participants són persones grans molt saludables.
 - Faràs servir un vídeo que vas gravar amb altres persones en el programa que es va dur a terme l'any anterior.
 - Utilitzaràs un vídeo de gimnàstica bàsica protagonitzat per una presentadora famosa de la televisió.
14. Confecciona una cadena conductual (encadenament), amb les diferents subconductes i les instruccions de cadascuna d'elles, per assolir les conductes següents. Reflexiona sobre quins passos serien els més complicats o els que podrien representar un obstacle més gran per a les persones amb discapacitat física, intel·lectual o visual:
- Rentar-te el cap.
 - Posar la rentadora.



www.altamar.es