

# Extinción

Es una **técnica de modificación de conducta** que se basa en el principio que afirma que “si una conducta previamente instaurada debido al reforzamiento se deja de reforzar, disminuirá su frecuencia. La conducta deja de emitirse porque deja de producirse una consecuencia reforzante”. Su empleo está indicado para:

- La **disminución de conductas problemáticas**.

## ¿Qué hacer?..... PROCEDIMIENTO A SEGUIR:

### 1. Seleccionar la conducta que se quiere disminuir:

Es necesario **identificar** de forma específica y concreta (evitar categorías genéricas que pueden resultar ambiguas) qué conducta/s queremos eliminar / reducir. Una vez identificadas, anotar los comportamientos del/la alumno/a que pueden ser susceptibles de ser extinguidos, es decir todas aquellas que no impliquen riesgo para los demás ni para sí mismo/a y que previamente se han reforzado, es decir tras su emisión reciben una recompensa (generalmente atención).

### 2. Los previos....

- Llevar a cabo un **registro** de la frecuencia del comportamiento/s a extinguir antes de iniciar el programa de modificación de conducta, esto constituirá la línea base que nos servirá para, entre otras cosas:
  - Determinar si realmente dichos comportamientos constituyen un hecho con una frecuencia por encima de la esperada para la edad y desarrollo del/la niño/a o se trata por el contrario de algo asilado y puntual que se ha podido sobrevalorar.
  - Determinar la gravedad de los mismos
  - Equiparar la opinión de los distintos profesionales que atienden al/la alumno/a, para delimitar las condiciones situacionales y estímulos consecuentes bajo los que tiene lugar la conducta inadecuada.
  - Utilizar como referente “objetivo” de cara al seguimiento de la efectividad de la aplicación de la técnica para tomar decisiones al respecto. Tener un instrumento que vaya más allá de la subjetividad percibida.

### 3. Controlar los reforzadores de la conducta a reducir

Es necesario establecer qué es lo que habitualmente refuerza la conducta no deseada, es decir, asegurarse qué **función** cumple para el/la alumno/a: ¿qué consigue con esa conducta?. Equivocarse en esto puede arruinar el programa ya que se pueden estar retirando o eliminando reforzadores que no son los que mantienen el comportamiento a disminuir.

Otro aspecto crucial es reflexionar acerca de la **viabilidad de la retirada** del reforzador, puesto que si esto no es así, el programa no tiene un componente de extinción. En esta misma línea tener en cuenta el **entorno** en el que se llevará a cabo la extinción para:

- Minimizar la influencia de reforzadores alternativos (que otras personas – profesorado, alumnado,... refuercen la conducta que se está tratando de disminuir).
- Maximizar la probabilidad de la sistematicidad en el programa, esencial para un resultado óptimo.

#### **4. Puesta en marcha del programa de extinción**

Es necesario *informar a/lal alumno/a* sobre el plan que vamos a llevar a cabo. Una vez iniciado, hay que ser consistentes, firmes y sistemáticos en su aplicación, esto es retirar el reforzador ante la emisión de la conducta objeto del plan y reforzar conductas alternativas deseadas.

Es importante continuar el registro de la conducta durante todo el tratamiento para ir valorando la evolución, efectividad de la técnica así como para permitir tomar decisiones.

#### **5. Es importante saber....**

- La extinción alcanza su mayor eficacia combinada con el reforzamiento de conductas alternativas adecuadas
- La extinción, al igual que el reforzamiento positivo, ha de realizarse de forma contingente a la ocurrencia de la conducta
- Prestar atención al/la niño/a tras el cese de la conducta inadecuada
- 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.
- La conducta a extinguir puede empeorar antes de disminuir, este es habitualmente el curso natural que sigue el proceso. Tener confianza en lo que se hace y no abandonar el procedimiento, salvo que se produzca una situación de agresión.
- Ignorar no es lo mismo que no hacer nada, como se ha reflejado a lo largo del documento, es retirar el reforzador que mantiene dicha conducta.
- Coordinarse con el resto de profesorado que le imparte docencia al/la alumno/a.
- Es una técnica relativamente fácil y de gran eficacia.