

BALANCE CRÍTICO DE LA TERAPIA CONDUCTUAL CON BASE EN LA TEORÍA DE LA PRAXIS.

Marco Eduardo Murueta

Universidad Autónoma de México. Asociación Mexicana de Alternativas en Psicología (AMAPSI)

Resumen

Para la Teoría de la Praxis, el modelo de condicionamiento conductual es evidente que tiene lugar en las formas más elementales del aprendizaje. Haría falta aún descubrir cómo ocurren los procesos bioquímicos neuronales que permiten tal condicionamiento. Sin embargo, este tipo de aprendizaje es insuficiente para comprender los procesos esenciales del aprendizaje humano, en los que la asociación no ocurre solamente en el nivel de la percepción directa o natural de los *estímulos*, pues dicha percepción es radicalmente transformada por la vida social: no existe ningún *estímulo neutro* ni los *estímulos incondicionados* tienen exclusivamente un significado simplemente perceptual, cada evento tiene un determinado significado histórico por lo cual la asociación ocurre entre dos (o más) *estímulos* con un significado determinado que, además, depende del contexto. La praxis histórica genera formas de relación semiótica complejas y a veces contradictorias. Las teorías sobre el condicionamiento no consideran lo que la Teoría de la Praxis denomina *haz semiótico*: que un solo *estímulo* o *significante* puede haber sido asociado con una variedad de *respuestas emocionales-cognitivas-motrices* (praxis) o *significados*, teniendo cada asociación diferente fuerza por 1) el número de repeticiones realizadas en las asociaciones con cada posible significado, 2) la carga emocional que cada uno de estos *significados* asociados ya tienen en la historia de la persona. Es necesario hacer notar que cada persona no depende, como los animales, de su experiencia individual o inmediata, sino que mediante la representación y la comunicación hace uso de un cúmulo de elementos que le permitirán deducir, excluir o matizar complejamente las relaciones entre dos o más eventos ambientales, sin que esto dependa de la simple asociación perceptual.

Palabras clave: conductismo, condicionamiento, praxis, semiótica, significado histórico

Abstract

For the Theory of Praxis, behavioral conditioning is evident in the most elementary forms of learning. It would still be necessary to discover which biochemical processes in the brain allow that conditioning. Nevertheless, this kind of learning is insufficient to essential processes in human learning, in which the association does not only happen in the level of the direct or natural perception of stimuli: perception radically is transformed by social life: any neutral stimulus does not exist nor unconditioned stimuli have exclusively a simply perceptual meaning. Each event has a certain historical meaning thus the association happens between two (or the more) stimuli with a certain meaning that, in addition, depends of context. Praxis historical produce complex and, sometimes, contradictory semiotic relations. Behaviorist theories do not consider the "semiotic beam", a new concept in Theory of Praxis: a single significant stimulus can be associated with a variety of emotional-mental-motor answers (praxis) or be meant, having each different association force by: 1) number of repetitions for associations with each possible meaning; 2) to associate emotional intensity for each meaning already in the history of person. It is necessary to make notice that each person does not depend, like animals, of his individual or immediate experience, but by means of the representation and the communication it makes use of an accumulation of elements that will allow to complexly deduce, to exclude or to clarify the relations him between two or more environmental events.

Key words: behaviorism, conditioning, praxis, semiotic, historical significance.

La terapia conductual se basa en los principios del aprendizaje, descubiertos, por un lado, en los experimentos de Pavlov que, a principios del Siglo XX le hicieron acreedor al Premio

Nobel de Medicina, y, por otro, después en la *Ley del efecto* planteada por Watson y desarrollada por Skinner.

En el caso del modelo pavloviano se parte del reconocimiento de que ciertos *estímulos* (eventos ambientales relacionados con un sujeto) producen por sí mismos determinadas reacciones conductuales en algunos animales, a los cuales se les denomina *estímulos incondicionados*. En este enfoque, la clave del aprendizaje consiste en la asociación sensorial entre estos *estímulos incondicionados* haciéndolos coincidir con otros estímulos que no producen ninguna reacción manifiesta específica (*estímulos neutros*); como efecto de la asociación reiterada, los que eran *estímulos neutros* después adquieren la cualidad de provocar una reacción similar a la de los *estímulos incondicionados* con los que han sido asociados, pasando así de ser *estímulos neutros* a ser *estímulos condicionados*. Los *estímulos condicionados* pueden perder sus propiedades si son presentados repetidamente en muchas ocasiones sin ser apareados con su correspondiente *estímulo incondicionado*, a lo que se denomina *extinción*. Además, un *estímulo condicionado* puede funcionar como el *estímulo incondicionado* para un nuevo condicionamiento, en el que se le asocia con otro estímulo para que éste también adquiera la propiedad de provocar la misma *respuesta*.

Para la Teoría de la Praxis, este principio del aprendizaje es evidente que tiene lugar en las formas más elementales del aprendizaje, que no solo existen al principio de la vida, sino que mantienen su importancia *básica* durante todo el tiempo. Haría falta aún descubrir cómo ocurren los procesos bioquímicos neuronales que permiten tal condicionamiento. Sin embargo, este tipo de aprendizaje es insuficiente para comprender los procesos esenciales del aprendizaje humano, en los que la asociación no ocurre solamente en el nivel de la percepción directa o natural de los *estímulos*, pues dicha percepción es radicalmente transformada por la vida social. Por ejemplo, es evidente que en la televisión (y otros medios publicitarios) se pretende hacer uso del condicionamiento clásico pavloviano para asociar *estímulos incondicionados* a los productos comerciales: se presenta a una hermosa mujer asociada al producto, o el escape de una amenaza mediante el uso (aparición) de cierto producto, o un limón (la figura del limón sería ya un *estímulo*

condicionado) asociado a una cerveza o a un alimento determinado. De acuerdo al modelo de condicionamiento, se esperaría después, digamos, que la cerveza por sí misma produjera una reacción similar a la del limón, sin que hubiera la posibilidad de evitarlo. Si bien puede decirse que esto se logra hasta cierto punto y en muchos casos, también es necesario ver que el efecto no es simple ni ocurre en todos los casos, en función de dos consideraciones: 1) en realidad no existe ningún *estímulo neutro* ni los *estímulos incondicionados* tienen exclusivamente un significado simplemente perceptual, cada evento ambiental tiene un determinado significado histórico (hablamos de seres humanos); por lo cual la asociación ocurre entre dos (o más) *estímulos* con un significado determinado que, además, depende del contexto. Así, puede ser que el sabor de la cerveza resulte aversivo para algunas personas y por mucho se le asocie con estímulos para ellas agradables, el efecto esperado no lograra producirse; 2) la praxis histórica genera formas de relación semiótica complejas y a veces contradictorias; de tal manera que la presencia del limón junto a la cerveza puede hacer recordar diferentes cosas a cada quien, por ejemplo, desde el recuerdo desagradable de las escenas de la última ocasión en que la persona consumió o vio consumir cervezas hasta la indignación por el manejo manipulativo que pretenden los medios masivos de comunicación; o muchas otras cosas más.

Las teorías sobre el condicionamiento mediante la asociación de unos estímulos con otros no consideran lo que la Teoría de la Praxis denomina *haz semiótico*: que un solo *estímulo* o *significante* puede haber sido asociado con una variedad de *respuestas emocionales-cognitivas-motrices* (praxis) o *significados*, teniendo cada asociación diferente fuerza por 1) el número de repeticiones realizadas en las asociaciones con cada posible significado, 2) la carga emocional que cada uno de estos *significados* asociados ya tienen en la historia de la persona. Un concepto básico de significado semiótico es precisamente lo que ocurre en la Asociación Libre propuesta por Freud: cómo una palabra, una frase, un sonido o una imagen, genera que la persona recuerde,

evoque o imagine de inmediato (“responda”) ciertas cosas con determinadas emociones. Pero un segundo concepto de significado tiene que ver también con el entramaje estructural de unos signos con otros, con influencia recíproca, generando una muy compleja gama de posibilidades de *reacción emocional-cognitiva-motriz* (praxis), lo que da lugar al proceso simbólico humano, que es muy distinto a los procesos de asociación y evocación en los demás animales, incluyendo los más evolucionados como el perro, el delfín o el chimpancé.

De esa manera, los modelos terapéuticos basados exclusivamente en la tesis del condicionamiento clásico en general resultan limitados. Sin embargo, existen dos contribuciones muy importantes aportadas especialmente por Joseph Wolpe (1979): 1) *desensibilización sistemática*, que se utiliza comúnmente en el tratamiento de las fobias; y 2) *entrenamiento asertivo*, referido a la posibilidad de usar las propias reacciones conductuales para *condicionar* y/o *descondicionar* respuestas de ansiedad asociadas a la inhibición y a la agresividad.

Una característica típica de las personas consideradas como neuróticas, o que acuden a la ayuda terapéutica, es la manifestación de reacciones emocionales intensas ante circunstancias determinadas. Muchas veces estas reacciones emocionales son el miedo o la irritabilidad ante situaciones en que otras personas no tendrían esas reacciones y que por sí mismas no constituyen realmente una amenaza. El modelo de condicionamiento clásico no se interesa tanto por el significado histórico-personal por el cual un sujeto considera como una amenaza a un evento determinado. Simplemente se piensa que en el pasado esa persona estuvo expuesta a asociar tal estímulo con otros estímulos incondicionados. El tratamiento de desensibilización sistemática consiste en inducir un *estado de relajación* en la persona y llevar a cabo una presentación gradual de la presencia del estímulo fóbico. Se logra así, poco a poco, que la persona logre mantener el estado de relajación ante el estímulo que antes le generaba una reacción emocional intensa.

Esta técnica, sin duda puede ser útil en muchos casos; pero ha de ser considerada dentro de una perspectiva mucho más compleja e integral. Para hacer ver las limitaciones de este modelo de condicionamiento clásico en el proceso terapéutico, supongamos por ejemplo la común y corriente fobia al trabajo y a los lugares de trabajo que hoy en día parece generalizada. Imaginemos un absurdo proceso de *desensibilización sistemática* en este caso. Se induce la relajación en nuestro sujeto y, habiendo logrado ésta, se inicia gradualmente la presentación de elementos aproximándose a la situación y el ejercicio del trabajo rutinario de la persona. Supongamos, lo cual no deja de ser difícil, que tenemos éxito y después de un periodo de tratamiento, dicha persona por fin se presenta relajada a su situación de trabajo y relajadamente realiza sus funciones. ¿Habremos resuelto el problema? ¿O es el trabajo un “estímulo incondicionado” aversivo, que por sí mismo volverá a generar la reacción emocional?

El problema clave consiste en el enfoque tradicional de la terapia de modificar artificialmente a los pacientes para acoplarlos a una realidad existente, que es la realmente irracional y lo que la Psicoterapia de la Praxis pretende transformar a través de acciones del propio “paciente”, logrando una nueva realidad que resulte más sana.

Una cosa análoga ocurre con el modelo de *condicionamiento operante*: se parte del asociacionismo abstracto de una acción determinada con los eventos ambientales *contingentes* que la preceden, la acompañan o suceden inmediatamente después (la conocida *triple relación de contingencia*). En primer lugar, podemos retomar también en este caso la cuestión del significado histórico de los eventos ambientales como lo vimos en el caso del condicionamiento clásico. En segundo lugar, es necesario hacer notar que cada persona no depende, como los animales, de su experiencia individual o inmediata, sino que mediante la representación y la comunicación hace uso de un cúmulo de elementos que le permitirán deducir, excluir o matizar complejamente las relaciones entre dos o más eventos ambientales, sin que esto dependa de

la simple asociación perceptual. Para ejemplificar hasta dónde puede llegar la irracionalidad de este modelo, que pretendió ser la panacea científica, narraremos un caso real:

Un psicólogo recién egresado de sus estudios profesionales, formado bajo la concepción skinneriana, fue contratado por una señora para lograr que su hijo adolescente abandonara su afán de formar parte de un grupo de rock y atendiera a las tareas hogareñas y a sus estudios de preparatoria que pretendía abandonar. El psicólogo puso en práctica las técnicas aprendidas y en las primeras entrevistas con el adolescente pretendió “reforzar” (aplicar consecuencias consideradas como “agradables”) a las aproximaciones de su paciente sobre los temas referidos a la casa y la escuela y a no ofrecer reforzamiento (mostrar indiferencia) o, a veces, hacer coincidir consecuencias aversivas (“castigo”) en relación a sus actividades “rockeras”. El psicólogo recomendó a la señora que hiciera lo mismo con su hijo, explicándole la “triple relación de contingencia”. Esto no pudo durar mucho: contrariamente a lo esperado, el muchacho intensificó sus actividades musicales y el trato hacia su madre se volvió áspero. La señora dejó de creer en la “triple relación de contingencia” y en el psicólogo como profesional. Cuando este colega nos narró su frustrada experiencia, le preguntamos por qué no había tratado mejor de que la señora aceptara las inquietudes musicales de su hijo; a lo que nos respondió que esto hubiera hecho si el muchacho fuera quien lo había contratado.

Anécdotas como esta abundan. A pesar de que algunos terapeutas conductistas más experimentados podrían argumentar diferentes cosas al respecto, en ese ejemplo se muestran objeciones de peso sobre este enfoque; un primer problema es ¿quién condiciona a quién? Suponiendo que el procedimiento fuera efectivo ¿se tiene derecho a hacerlo, por ejemplo con los niños?

Bajo el enfoque operante se ha desarrollado una amplia literatura que narra experiencias exitosas para generar, mantener o suprimir conductas específicas en diversos casos. La

idea general de la problemática “neurótica” es que se trata de *déficits* o *excesos* conductuales (Kanfer y Phillips, 1976), a partir de criterios o promedios conductuales abstractos (“conducta deseada” o “conducta indeseable”). La terapia consiste en aumentar las conductas donde se considera que existe un déficit y/o decrementar las conductas donde se considera que existe un exceso. Independientemente de lo socialmente relativo que puede ser un exceso o un *déficit*, así como las “conductas deseables” o las “conductas perturbadoras”, el eje de la terapéutica conductual sigue siendo nuevamente la transformación de los sujetos mediante cambios ambientales artificiales que no dependen directamente de ellos, más que la transformación del conjunto de condiciones ambientales en que estos se desenvuelven, por ellos mismos y a partir de sus propias necesidades.

En los casos en que la técnica conductista operante logra funcionar ocurre algo muy similar a lo que Marx describe como “trabajo enajenado”. Los niños se portan “bien” no tanto porque interioricen las necesidades de trabajo hogareño del conjunto familiar, sino en espera del “premio”, como antes lo hacían para evitar el castigo. Si pueden lograr el premio mediante subterfugios mejor. Las relaciones entre los seres humanos, en este caso, no son solidarias, sino que parten de “relaciones comerciales” de intercambio y transacción entre unos y otros; se vive un atmósfera artificial en que no se considera la identificación de los unos con los otros. Lo mismo ocurre también con la “economía de fichas”, implantada por Ayllon y Azrin (1976) en hospitales psiquiátricos y luego aplicada en diferentes situaciones institucionales. Las personas se comportan forzosamente para lograr ciertas recompensas. La necesidad no se encuentra intrínseca en la acción, ésta sólo es un medio, un “mal necesario”, para conseguir lo que real e individualmente desean. A la larga, esta situación se torna insatisfactoria ante el surgimiento de nuevas y más complejas necesidades. Tal como lo demuestra la historia del “reforzador” llamado “salario”.

De manera recíproca, los terapeutas conductistas recomiendan utilizar el *Tiempo*

fuera para disminuir el “acceso al reforzamiento” en los niños que hacen berrinche para extinguir esa conducta. Este tipo de técnica puede ser muy riesgoso porque puede contribuir a la depresión de niños, adolescentes y adultos que no encontraron ningún camino para ser tomados en cuenta. En lugar de ese simple “tiempo fuera”, la Psicoterapia de la Praxis plantea que ante un berrinche es importante que el padre, la madre o la maestra, junto con el niño, salgan de un lugar concurrido, para expresarle al niño que si intenta hablar tranquilamente será atendido y que no podrá ser atendido mientras esté gritando o “haciendo berrinche”. Entonces sí, tomar una revista para hojearla mientras se espera a que el niño utilice la opción que se le ha brindado. Obviamente que aquellos niños que se sienten escuchados cuando se comunican tranquilamente no tendrán la necesidad de hacer berrinches. Esta receptividad de padres y maestros es fundamental desde las edades más tempranas de los niños, incluso atendiendo los movimientos del feto en el útero, teniendo expresiones interactivas.

El enfoque estrictamente conductista en psicología tuvo en Latinoamérica un auge de corta duración para luego ser rechazado por rudimentario y contracultural. No obstante, al romper violentamente con las ilusiones conductistas se ha echado por la borda también algunos de los elementos racionales que en ella están inmersos y que debieran ser rescatados desde otra óptica. Por ejemplo, algunos de sus sistemas de registro, el análisis del papel que juegan determinadas consecuencias de las acciones humanas en relación a las acciones futuras, algunas cuestiones sobre la generalización de estímulos, etc. Si a los estímulos y respuestas que analizan los conductistas se les concibiera dentro del proceso simbólico que implica el concepto de haz semiótico y su dimensión multicultural, sería muy interesante redimensionar el análisis de símbolos, señales y significados antecedentes, concomitantes y consecuentes de las acciones humanas para desarrollar técnicas eficaces de transformación psicológica, desde una perspectiva ética, como lo plantea la Psicoterapia de la Praxis.

Es importante analizar y diseñar interacciones sociales y ambientales sobre la base de las relaciones antecedente, concomitante y consecuente, considerando corto, mediano y largo plazo. Algunas consecuencias inmediatas de una acción que podrían desmotivarla, pudieran ser rebasadas por consecuencias mediatas alcanzadas a través de una serie de acciones.

Un principio fundamental que comparte la Teoría de la Praxis con el enfoque conductista es que *un tipo de acción o conducta no se mantiene duraderamente sino está logrando algún tipo de satisfacción para quien la realiza*, de tal manera que es interesante analizar desde una perspectiva integral qué es lo que sucede después de realizar un cierto tipo de acción o conducta y cómo si eso se modifica puede sin duda desmotivar a la persona para continuar con ese tipo de acciones; y, viceversa, cuando la modificación de los efectos de la acción incentivan que el mismo tipo de acciones se intente en el futuro; todo ello, sin menoscabo de analizar y tener en cuenta las posibles combinaciones y recombinaciones de experiencias para darle otro significado a las consecuencias habituales de un tipo de acción determinada.

Asimismo, el tener señales antecedentes y programar eventos para acompañar o retroalimentar una acción, sin duda es la base para el desarrollo de acciones complejas. Por ello, las técnicas de modificación de conducta debieran ser reanalizadas bajo esta perspectiva simbólica de las relaciones entre los eventos ambientales y la acción de los seres humanos.

Terapia asertiva

Uno de los elementos más rescatables de la terapéutica emanada del enfoque conductual no ortodoxo es la proposición de Wolpe sobre la asertividad, con base en su concepto de la *Inhibición recíproca*. Dice Wolpe (1979):

“El entrenamiento asertivo es aplicable predominantemente al descondicionamiento de hábitos de respuesta de ansiedad inadaptables que se presenta como respuesta ante la gente con la que el paciente interactúa. Hace uso de las

emociones inhibitoras de la respuesta de ansiedad que provocan en él las situaciones de la vida diaria. Un gran número de emociones, principalmente las 'agradables', parecen implicar acontecimientos corporales que compiten con la respuesta de ansiedad (...) Parece que cuando esas emociones son exteriorizadas en conducta motora, aumentan su intensidad, y cualquier respuesta de ansiedad que es provocada por una situación dada tiene más probabilidades de ser inhibida. La conducta asertiva se define como la expresión adecuada dirigida hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad" (p.95-96).

La asertividad implica la capacidad de expresar casi todas las emociones de intensidad importante que vive una persona, de tal manera que si esto se aprende a hacer continuamente se cuenta ya con la ventaja de reducir la tensión emocional. Pero además, una persona que expresa abiertamente sus emociones logra integrar en su autoimagen sentimientos e ideas que antes rechazaba irracionalmente, se acepta más auténticamente como realmente es en sus diversas facetas. Como afecto de ello se inhiben –como dice Wolpe– las manifestaciones típicas de las personas con tensión nerviosa elevada, tales como la agresividad injustificada, la depresión y otras.

La clave de la asertividad es la expresión "adecuada" de las emociones, no se trata solo de expresar la emocionalidad porque esto en algunos casos pudiera ser fuente de mayores conflictos innecesarios. El problema consiste en qué es lo que puede considerarse como "adecuado". La respuesta la encuentra Wolpe (1979) en dos elementos complementarios:

1) *"Algunas veces el sometimiento a las necesidades de los demás está vinculado a la filosofía general de que es moralmente bueno poner los intereses de los demás antes que los propios. Esto se encuentra con mayor frecuencia en algunos cristianos devotos cuya principal emulación de Cristo consiste en*

poner la otra mejilla. El autor afirma que este tipo de conducta es una proposición práctica sólo para los raros individuos santos, y que, en el caso de cualquier otro, se impone un sacrificio a la conducta que es contraria a los intereses de la biología del organismo. Además, mientras sean socialmente ansiosos, no tienen más alternativas que la de comportarse como lo hacen, pero más tarde, cuando esta ansiedad haya sido descondicionada, tendrán la opción de ser magnánimos a veces"

2) *"Siempre debe observarse una regla: Nunca instigar un acto asertivo que tiene probabilidades de traer consecuencias punitivas" (ídem. P. 98; p. 102-103).*

Un elemento importante de los planteamientos anteriores es la reivindicación del derecho de cada persona para sentir lo que siente y no someterse a los demás si no comparte sus opiniones. El amor a sí mismo y el amor a los demás no tienen por qué ser excluyentes u opuestos. El amor a los demás parte de la identificación, no de la supeditación. Cuando cada quien se identifica (ama) más a los demás, más se identifica consigo mismo; y viceversa, en cuanto se ama más a sí mismo más puede identificarse con los otros. La asertividad implica la firme participación de la individualidad en la vida colectiva, requiriendo el respeto de los otros ante lo que cada quien es y siente realmente.

El segundo elemento planteado por Wolpe involucra, por una parte, un aspecto racional y, por otra, se torna irracional. El aspecto racional es que la asertividad no consiste en formas de actuar que, en sus términos formales, agredan *innecesariamente* a otros y provoquen, a su vez, reacciones agresivas *innecesarias*. Lo importante es el contenido en la expresión asertiva, la forma puede adaptarse hasta cierto punto a las normas convencionales de la cortesía y la diplomacia. La razón de esto es que mediante ello se logra que la atención del interlocutor se centre en lo que realmente se quiere expresar y que no lo confunda con un elemento formal (tono de voz, expresión facial, retórica) que lo agrede *innecesariamente*. La parte irracional de la evitación esquemática de

la punitividad de los otros, se encuentra en que a veces incluso la cortesía y las formas diplomáticas en que se presentan los intereses de una persona o un grupo no eliminan que sea también el contenido de las expresiones lo que afecta importantes intereses contrapuestos. Wolpe sugiere entonces la inhibición de la asertividad. La Teoría de la Praxis plantea que aun en esos casos la asertividad ha de tener lugar, a sabiendas que se entra en terrenos difíciles en los que otros elementos, que rebasan a la simple asertividad, entran en juego. Se trata entonces de la lucha política dentro de la familia, en las instituciones, en las comunidades, en los países, en las que un modelo de vida entra en pugna y es excluyente con otro; por ejemplo, el machismo en la familia o la dignificación de la mujer.

Sin embargo, en un cúmulo de situaciones cotidianas la práctica demuestra que la asertividad logra resultados positivos y reacciones favorables por parte de los otros. Wolpe divide las expresiones asertivas en dos tipos: "de rechazo" y "de aprobación". Las primeras constituyen la franca y cortés expresión de contrariedad ante los eventos que molestan; las segundas, se refieren a la expresión de los sentimientos de agrado por lo que hacen las demás personas. Tanto una parte como la otra son de fundamental importancia. La práctica demuestra que la asertividad favorece la comunicación interpersonal y, por tanto, la identificación de unos y otros, haciendo más positivas las relaciones humanas. Cuando una persona logra ser atendida espontánea y favorablemente por los demás en sus

requerimientos, aprende también a responder de la misma manera cuando ellos le piden algo.

Otro elemento fundamental de la terapia asertiva es que, lejos de encerrarse en la interpretación o el análisis de la conflictividad interna, los terapeutas inducen directamente y mediante diferentes elementos didácticos la transformación de las relaciones sociales en que se desenvuelven los pacientes en su vida diaria. La idea de la asertividad, por eso, es importante retomarla para nuestra concepción de la praxis: la persona se transforma en la medida en que transforma su realidad circundante. Pero en la Psicoterapia de la Praxis la asertividad no se circunscribe únicamente a la expresión eficaz de emociones, ideas o deseos, sino que, para este nuevo enfoque, la asertividad también implica el "hacer lo que se quiere" y "solamente lo que se quiere", en la medida de lo posible, sin inhibirse por las opiniones de otros o porque no compartan dichas acciones. La asertividad, así, no solamente es verbal sino también se consolida en las acciones cotidianas de cada persona o cada grupo.

Bibliografía

- Ayllon, T. y Azrin, N. (1976) *Economía de fichas*. México: Ed. Trillas, México.
- Kanfer, F.H. y Phillips, J. S. (1976) *Principios de aprendizaje en la terapia del comportamiento*. México:Ed. Trillas.
- Sandler, J., Y Davison, R. S. (1977) *Psicopatología*. México. Ed. Trillas.
- Wolpe, J. (1979) *Terapia de la conducta*. México: Ed. Trillas.