

Material para estudiantes:

La conducta y sus causas

Dr. Alberto Chertok

Comenzaremos nuestra explicación con un ejemplo común: el caso de un estudiante que está a punto de rendir un examen oral. Aunque el sujeto de nuestro ejemplo se ha preparado en forma adecuada, se encuentra sumamente tenso, nervioso y asustado: siente palpitaciones, le transpiran las manos y tiene la boca seca. Mientras espera que lo llamen, se imagina que quedará "en blanco" o que dará respuestas absurdas a las preguntas que le formule la mesa. Supone que hará un "papelón" frente a los examinadores y ante sus propios compañeros al tartamudear y mostrarse inseguro. Finalmente, decide retirarse y no presentarse a la prueba.

La mayoría de los observadores estarían de acuerdo en llamar **conducta** a lo que el sujeto hace y se puede ver: consultar sus apuntes, tamborilear con sus dedos sobre el banco y levantarse de la silla entran dentro de esta definición. Si el joven hace algún comentario antes de retirarse, podríamos considerar al acto de hablar como conducta verbal. Los fenómenos que estamos analizando comparten algunas características. En primer lugar, se trata de cambios que ocurren en el organismo, en este caso movimientos observables o audibles por un observador. En segundo lugar, estos actos no ocurren al azar o en cualquier momento sino como respuesta a una situación determinada. De hecho, muchas veces se emplea el término "respuesta" para referirse a la conducta y "estímulo" para aludir a la situación en que ocurre. En nuestro ejemplo, los actos de consultar los apuntes y retirarse del salón son respuestas a la situación de examen y a las expectativas del estudiante.

Un análisis detenido de las reacciones del sujeto nos revelará otros cambios en su organismo que no son directamente observables. Sus palpitaciones, por ejemplo, pueden ser constatadas tomándole el pulso o empleando un estetoscopio. Por otra parte, sus pensamientos acerca del papel que hará ante los espectadores y la sensación subjetiva de "estar nervioso" sólo son percibidas por él mismo, y no pueden ser observadas directamente por un tercero. Sin embargo, se trata también de cambios o reacciones del sujeto ante ciertas situaciones. Son respuestas a estímulos, y por eso se consideran conductas.

ESTIMULO
Dar un examen

RESPUESTA
"Voy a hacer un papelón"

Esto no significa que el sujeto siempre vaya a responder con los mismos pensamientos o a reaccionar con temor en una situación de examen. Muchas personas creen que el conductismo percibe a los hombres como "perros de Pavlov", respondiendo como autómatas a los estímulos del ambiente. El mismo estímulo -rendir una prueba- puede suscitar otros pensamientos en la siguiente ocasión. Cuando afirmamos que el miedo y la anticipación del papelón son respuestas, lo único que estamos diciendo es que no ocurren en cualquier momento sino en ciertas situaciones. Para comprender y modificar el comportamiento es más útil estudiarlo en el contexto en que ocurre -estímulo- que considerarlo en forma aislada.

Por otra parte, los pensamientos no ocurren sólo ante sucesos externos como la inminencia de un examen; también pueden ser respuestas a pensamientos anteriores -estímulos internos- como cuando dejamos vagar la imaginación y los recuerdos se encadenan entre sí. Digamos por último que cada respuesta puede ser un estímulo para futuras conductas. En el ejemplo anterior, la anticipación del "papelón" puede generar una reacción de temor y ésta, a su vez, la decisión de abandonar el salón.

ESTIMULO
"Voy a hacer un papelón"

RESPUESTA
Nerviosismo, temor

De modo que en el lenguaje conductista, el término conducta o comportamiento tiene un significado mucho más amplio que el habitual. No se limita a la acción voluntaria y visible de un ser vivo, sino que incluye además sus pensamientos y fantasías, el funcionamiento de sus órganos y sus reacciones emocionales. La reacción de sorpresa ante un regalo inesperado o la decepción por no recibirlo, la anticipación de un fracaso o el recuerdo de un momento grato, todos ellos

se consideran conductas.

Con frecuencia nuestro comportamiento mantiene cierta regularidad o coherencia a lo largo del tiempo. Más que respuestas aisladas, exhibimos patrones habituales de conducta. El estudiante de nuestro ejemplo puede reaccionar con temor e inseguridad cada vez que se presenta a un examen. Tal vez se sienta nervioso siempre que habla en público o cuando trata de mantener una conversación con alguien que acaba de conocer. Decimos entonces que ha desarrollado el **hábito** de reaccionar con temor en aquellas situaciones en las cuales supone que alguien está juzgando su desempeño o su destreza social. Un hábito es un estilo regular de comportamiento, un modo de actuar, pensar o sentir en ciertas situaciones. En los próximos capítulos nos ocuparemos especialmente de los hábitos de pensamiento, y veremos cómo los mismos determinan nuestras reacciones emocionales y nuestras conductas visibles.

Desde el momento en que nacemos comenzamos a desarrollar patrones de conducta. Adquirimos hábitos higiénicos tales como lavarnos las manos antes de comer y cepillarnos los dientes después del almuerzo y la cena. Aprendemos a vestirnos y a jugar del modo que corresponde a nuestro sexo, y a pensar en nosotros mismos como varones o como niñas. Esto se resume a veces afirmando que desarrollamos una "identidad sexual". Adquirimos normas éticas, morales y religiosas, por ejemplo la idea de que robar es malo y de que existe un Dios. Incorporamos temores y afinidades, simpatías y antipatías, preferencias y rechazos. Aprendemos, en suma, a pensar, actuar y sentir de cierto modo. Lo que llamamos personalidad es precisamente el conjunto de hábitos adquiridos a lo largo de la vida.

El proceso de adquisición de hábitos se conoce como **aprendizaje** y depende de las experiencias que atravesamos desde el nacimiento y a lo largo de la vida. La influencia de nuestros padres, la educación que recibimos y en general la interacción con el medio van modelando nuestra personalidad. Los valores culturales y las normas de la sociedad en que vivimos contribuyen a crear nuestros propios valores. La reacción de otras personas ante nuestra conducta y los éxitos o fracasos que cosechamos determinan que conservemos ciertos hábitos y abandonemos otros.

Desde el punto de vista del sujeto, algunos hábitos son útiles o productivos mientras que otros resultan inconvenientes. Podemos aprender a enfrentar en forma positiva y optimista nuestros problemas, o desarrollar una baja tolerancia a las frustraciones y deprimirnos ante el menor contratiempo. Aprendemos a relacionarnos con los demás sobre una base de seguridad y confianza, o adquirimos un estilo de comunicación inhibido y temeroso. Nos habituamos a ser tolerantes o desarrollamos una conducta hipercrítica y exigente hacia las otras personas. Aprendemos a pedir ayuda cada vez que enfrentamos una dificultad o a valernos por nosotros mismos y a ser autosuficientes. También podemos desarrollar disfunciones o inhibiciones sexuales más o menos estables.

Nuestra manera de ser también está influida por la herencia, puesto que nacemos con un temperamento básico sobre el cual se edifica nuestra personalidad. Podemos heredar una predisposición a las depresiones, una constitución nerviosa o una tendencia a reaccionar en forma impulsiva. Sin embargo, el aprendizaje juega un papel central en la formación del carácter, y nuestros hábitos se desarrollan después del nacimiento. Herencia y ambiente se complementan, al punto de que la propia capacidad de aprender está condicionada por factores genéticos.

¿Cómo incorporamos nuevos hábitos? En otras palabras, ¿Cómo aprendemos a actuar, a pensar y a sentir de una manera determinada? La psicología conductista concede una gran importancia a esta pregunta. Si descubrimos las leyes del aprendizaje podremos aplicar los mismos principios para modificar nuestra conducta y desarrollar nuevos patrones de pensamiento y acción. Necesitamos saber cómo se adquieren y se mantienen los temores, para aprender a superar miedos irracionales tales como fobia a viajar en ómnibus o en ascensor. Nos interesa saber de qué modo se adquiere un estilo de reacción depresiva para aumentar nuestra resistencia ante las frustraciones.

Para responder a estas preguntas, los psicólogos partieron de la premisa de que la conducta no ocurre al azar sino que esta sujeta a leyes o principios. Empleando el método científico-experimental, los investigadores encontraron muchas de las leyes que explican el desarrollo de la conducta normal y alterada. Este método exige la observación cuidadosa de la conducta y de los sucesos que ocurren antes y después de la misma. Las leyes que se formulan deben ser comprobadas en los hechos, demostrando que pueden predecir con cierto grado de certeza el comportamiento investigado. Uno de los procesos estudiados ha sido la **imitación** de modelos, estableciendo bajo que condiciones es probable que un sujeto imite la conducta de otra persona, incluyendo sus creencias, ansiedades y temores. La imitación juega un papel importante en la adquisición del lenguaje, de la conducta social y de muchos comportamientos significativos. Otro principio bien conocido es el **condicionamiento**, que explica de qué manera se adquieren afinidades y rechazos a partir de experiencias agradables o angustiantes. De ese modo hemos comprendido cómo se desarrolla una fobia o una disfunción sexual luego de vivencias traumáticas, dolorosas o humillantes. El **reforzamiento**, **la extinción** y **el castigo** indican cómo las consecuencias de la conducta permiten consolidar o eliminar hábitos

previamente adquiridos.

Un mecanismo de aprendizaje importante se refiere a la influencia de las **ideas y creencias** sobre la conducta visible y las reacciones emocionales. Este proceso explica el aprendizaje de muchos hábitos inconvenientes y a él nos referiremos en los próximos capítulos. Un concepto básico es que tanto la conducta normal como aquella contraproducente o inconveniente para el sujeto, se adquiere de acuerdo a las mismas leyes. La imitación, el condicionamiento y el reforzamiento pueden dar lugar a comportamientos gratificantes o a conductas neuróticas. Depende de qué hábitos se refuercen, se condicionen o se imiten. Lo que cambia en cada caso son las circunstancias específicas que se viven, no la forma en que se produce el aprendizaje. Esto explica, además, las diferencias individuales: cada persona desarrolla sus propios estilos de pensamiento y de conducta a partir de las experiencias que atraviesa, aunque los principios básicos del aprendizaje sean similares en todos los casos.

CONDUCTA Y APRENDIZAJE

Dr. Alberto Chertok

PSICOLOGIA: DEFINICION Y OBJETIVOS

Para el psicólogo de orientación conductista, la psicología es la ciencia de la conducta. Esta definición tiene dos elementos importantes. En primer lugar, indica cuál es el objeto de estudio de la psicología: la conducta. En segundo término, establece que el procedimiento elegido para estudiarla es el método científico. La ciencia, en general, se propone explicar, predecir y eventualmente controlar los fenómenos. La meteorología, por ejemplo, procura explicar por qué se producen los cambios climáticos y predecir las condiciones del tiempo. Del mismo modo, el propósito de la psicología consiste en explicar, predecir y modificar el comportamiento del hombre (Malot y García, 1986).

Los objetivos que acabamos de enunciar pueden ponerse en evidencia analizando un ejemplo sencillo. Consideremos la conducta de un estudiante de pedir la palabra en clase para formular preguntas o hacer comentarios. Nuestra primera tarea consistirá en **explicar** por qué ocurre dicho comportamiento, identificando los factores que aumentan la probabilidad de que intervenga en clase y aquellos que inhiben su conducta. Este proceso no es sencillo y requiere un análisis exhaustivo del comportamiento del sujeto incluyendo sus pensamientos y expectativas, las circunstancias ambientales que preceden a la conducta y las probables consecuencias de la misma. Como resultado de este análisis, formulamos una hipótesis acerca de los factores que están manteniendo o inhibiendo el comportamiento del estudiante.

Si nuestra hipótesis es correcta, podremos **predecir** con cierto grado de certeza en cuáles situaciones es más probable que pida la palabra. Decimos que una conducta es más probable en determinada situación, cuando su frecuencia es mayor en esa situación que en otra considerada. El valor predictivo de una hipótesis es muy importante en el análisis experimental de la conducta. Al igual que en otras ciencias, cuando los hechos contradicen a las hipótesis son éstas las que deben revisarse. Aquí el hecho estudiado es la conducta, y las hipótesis explicativas deben ser eficaces para predecir y eventualmente **modificar** el comportamiento del sujeto. Si por ejemplo el estudiante desea incrementar la frecuencia de sus intervenciones, debemos ser capaces de ayudarlo a cambiar su conducta alterando los factores que hemos postulado como causales.

La premisa básica de la cual partimos es que la conducta de los organismos no ocurre al azar, sino que obedece a ciertas leyes. La conducta de intervenir en clase, por ejemplo, no ocurre "porque sí". Depende de la situación actual en que se encuentra el estudiante -si tiene o no dudas sobre el tema tratado, si el profesor permite o no preguntas, etc.- y de su historia personal, por ejemplo los temores e inseguridades que ha desarrollado en relación a hablar en público. El análisis experimental de la conducta ha permitido identificar muchas leyes generales del comportamiento, tales como el condicionamiento clásico, el condicionamiento operante o la imitación de modelos. Estas leyes explican bajo qué condiciones es probable que un sujeto emita determinada respuesta. Aplicando estos principios generales a un caso particular como el de nuestro ejemplo, es posible identificar las causas específicas del comportamiento y eventualmente modificarlo.

CONDUCTA

El estudio de la conducta nos ocupará durante el resto del libro. En los próximos capítulos veremos cuáles son las causas

de nuestro comportamiento y cómo es posible modificarlo. La terapia consiste precisamente en ayudar a otras personas a cambiar su propia conducta. Pero antes de abordar esta tarea, resultará útil definir con precisión el término que nos ocupa: ¿qué entendemos exactamente por conducta? Es probable que el lector se sienta inclinado a responder citando ejemplos de la vida cotidiana: caminar, correr, hablar, escribir, "hacer cosas" en general. En pocas palabras, cuando hablamos de conducta o comportamiento en el lenguaje habitual, nos referimos a la acción voluntaria y visible de un ser vivo.

En psicología conductista, sin embargo, el término tiene un alcance mucho mayor. Hablamos aquí de conducta para referirnos a toda actividad desarrollada por un organismo vivo. De hecho, incluye "todos y cada uno de los cambios que pueden ocurrir en un organismo o en cualquier parte de él" (Wolpe, 1958). Los comportamientos pueden ser evidentes para el observador, como los que acabamos de mencionar. Podemos constatar que un individuo camina, habla o escribe utilizando simplemente nuestros sentidos, por ejemplo la vista o el oído. Además, estas conductas son intencionales: persiguen un fin, y el sujeto las experimenta como voluntarias.

Otro grupo de comportamientos incluye las respuestas reflejas o automáticas del organismo frente a ciertos estímulos o situaciones. Si un auto frena bruscamente cerca de nosotros -estímulo- reaccionamos con una descarga de adrenalina y una aceleración de los latidos cardíacos -respuestas-. Aunque no es posible observar directamente estas respuestas, pueden ponerse de manifiesto utilizando los medios apropiados. Un estetoscopio permite apreciar la existencia de taquicardia, y los estudios de laboratorio pueden confirmar la liberación de adrenalina en el torrente sanguíneo.

CONDUCTAS PRIVADAS

La característica común de los fenómenos que estamos describiendo es que se trata de cambios que tienen lugar en el organismo. Dichos cambios ocurren en forma refleja ante ciertos estímulos -como la taquicardia ante el "frenazo" de un automóvil- o se emiten con una finalidad -como la conducta de hablar en clase-. Sin embargo, no todos los cambios que ocurren en el organismo son públicamente observables o pasibles de ser identificados con instrumentos especiales. Los pensamientos y las emociones sólo son percibidos directamente por la persona que los experimenta. A pesar de ello, constituyen cambios en el organismo -reflejos o intencionales- y por eso se los considera conductas.

En términos generales, llamamos conductas privadas o encubiertas a fenómenos tales como los pensamientos, ideas, expectativas, afectos y emociones cuya ocurrencia no puede ser comprobada directamente por un observador. Se accede a ellas en forma indirecta, a través de la verbalización del sujeto que las experimenta o por el efecto que tienen sobre la conducta observable. Podemos constatar que una persona siente miedo porque nos trasmite verbalmente su vivencia, o deducirlo a partir de sus conductas visibles: sobresalto, temblor, palidez, etc.

Para que el estudio de las conductas privadas no caiga en un plano especulativo, es necesario relacionarlas siempre con fenómenos objetivos. Aunque es difícil establecer con precisión lo que un sujeto piensa o siente, podemos valorar el efecto de sus emociones, ideas y creencias sobre la conducta manifiesta. De hecho, las verbalizaciones internas -lo que el sujeto se dice a sí mismo- o las imágenes que evoca en una situación determinada, permiten explicar muchas veces sus reacciones visibles. Si interrogamos al estudiante de nuestro ejemplo a efectos de analizar en detalle su comportamiento, podemos descubrir que al proponerse hablar en clase se dice a sí mismo: "si pregunto algo obvio se van a reír de mí; haré el ridículo y creerán que no soy capaz de entender nada". También puede imaginar a sus compañeros burlándose o riéndose de él, evocando dichas escenas como en una película. Estas conductas privadas pueden explicar sus inhibiciones o vacilaciones al proponerse hablar en público.

La conducta que llamamos pensar consiste generalmente en diálogos internos de esa naturaleza. Pensamos verbalmente, hablando con nosotros mismos aunque más rápido de lo que lo hacemos en voz alta. También evocamos imágenes, como cuando dejamos "vagar la imaginación" y soñamos despiertos. Podemos evocar incluso olores o sensaciones táctiles. En todos los casos se trata de respuestas privadas a estímulos, en forma refleja -automática- o emitidas con un propósito.

Uno de los fenómenos privados que cuesta reconocer como conducta es el acto de ver. Lo que llamamos "ver" es normalmente una respuesta refleja a ciertos estímulos externos al organismo. La presencia de un árbol en el campo visual del sujeto, suscita en el mismo un impulso nervioso que se transmite por determinadas vías a los centros cerebrales responsables de la visión. En tales centros tiene lugar la activación de ciertas neuronas en una secuencia determinada. La onda recorre miles de células de acuerdo a un patrón específico de activación témporo-espacial (Eccles, 1970). Cuando ocurre tal activación neuronal tenemos la experiencia subjetiva de "ver el árbol".

La misma respuesta neuronal puede ocurrir en ausencia del árbol, por ejemplo al evocar la imagen con objeto de describir

su aspecto a una persona que nos ha preguntado por él. Aquí la conducta de ver el árbol se emite con una intención o propósito: efectuar la descripción.

Es importante retener que la imagen del árbol no está dentro de la cabeza esperando ser mirada. No miramos una supuesta imagen interna. La imagen sólo existe cuando se activan las neuronas correspondientes, y no puede tener una existencia independiente de tal activación (Wolpe, 1958). Como señala Skinner (1974), no tiene sentido asumir que "hay" un objeto mirado -la imagen- y un sujeto que mira. Lo único que hay es un sujeto que responde a ciertos estímulos. Cuando recordamos el árbol simplemente hacemos lo mismo que cuando estamos frente a él, sólo que en este caso la respuesta ha sido suscitada por otros estímulos, por ejemplo la pregunta: ¿cómo es el árbol que está frente a la casa?. Fuera de la activación específica de los sistemas neurológicos involucrados, disparada por la presencia del árbol o por otras circunstancias, lo único que existe es la **posibilidad** de evocar la imagen cuando incidan los estímulos adecuados. Como veremos más adelante, -capítulo 8-, la posibilidad de evocar un recuerdo depende de modificaciones estructurales del sistema nervioso, no de la presencia de una imagen "almacenada".

Este concepto es válido para todas las conductas. Los pensamientos, en particular, no son entidades inmateriales que están flotando cerca de la cabeza de la persona. Dependen de la actividad del sistema nervioso central y sólo existen cuando ciertos estímulos, que pueden ser otros pensamientos o imágenes, disparan una respuesta verbal -diálogo interno- que llamamos pensamiento.

Cabe señalar que las conductas privadas están sujetas a los mismos principios que explican el comportamiento visible, y que estudiaremos a lo largo de este libro. En otras palabras, los pensamientos e imágenes que evocamos en una situación determinada no ocurren al azar: dependen de los estímulos presentes y de nuestra historia personal de aprendizaje.

Digamos también que en su acepción psiquiátrica tradicional, el término conducta tiene un alcance más restringido: se refiere sólo a los comportamientos observables y a los "pragmatismos", en tanto actividad productiva dirigida a un fin. Se habla así de pragmatismo familiar, social, laboral y sexual para aludir al comportamiento del sujeto en dichas áreas. El término "trastornos de conducta" suele reservarse para los comportamientos agresivos, antisociales o reñidos con la ética o la moral. Esto ha determinado que muchos profesionales piensen erróneamente que la terapia del comportamiento se aplica sólo a los trastornos de conducta en el sentido psiquiátrico, cuando en realidad su campo de acción es mucho más amplio.

Con fines didácticos, hemos considerado hasta ahora respuestas puntuales tales como pedir la palabra en clase, experimentar taquicardia o ver un árbol. Para el clínico, sin embargo, importan más los estilos habituales de conducta que los comportamientos aislados. Así, una tendencia a experimentar ansiedad o sobresalto ante mínimos incidentes es más significativa que una respuesta aislada. El bloqueo de un estudiante para intervenir en clase cobra más importancia si constituye un problema habitual, y sobre todo si se acompaña de otras inhibiciones sociales tales como dificultad para iniciar conversaciones o para pedir citas. Una tendencia a deprimirse ante cualquier contratiempo reviste mayor interés que un "bajón" ocasional. Por ese motivo, la psicología conductista se ocupa básicamente de nuestros **hábitos** de pensamiento, sentimiento y acción, en particular cuando resultan limitantes o autodestructivos.

El análisis experimental de la conducta, sin embargo, estudia con frecuencia respuestas aisladas con la finalidad de establecer las leyes generales del comportamiento, las cuales permiten después examinar casos más complejos. Como el propósito de esta obra es familiarizar al lector con dichas leyes generales, emplearemos con frecuencia ejemplos sencillos para ilustrar los conceptos estudiados.

ESTIMULOS Y RESPUESTAS

La conducta, aun la habitual, no ocurre en cualquier momento sino en determinadas circunstancias. Una persona puede reaccionar con pánico cada vez que su auto se detiene en un "embotellamiento", cuando viaja en ómnibus o cuando se sienta en el centro de una fila -por ejemplo en el cine o el teatro-. Tales circunstancias se consideran **estímulos** para la respuesta de miedo. El hecho de tomar en cuenta las situaciones en que ocurre el comportamiento, permite comprenderlo mejor que si se lo considera en forma aislada. Con frecuencia se descubre un factor común en los distintos estímulos que desencadenan la respuesta. En el caso anterior, parece que el miedo surge cuando el sujeto se encuentra en un lugar de donde no puede salir rápidamente en caso de experimentar un ataque de pánico. A partir de allí, es posible seguir investigando cómo se producen los ataques.

Al tomar en cuenta los estímulos, no suponemos que la conducta ocurre siempre que el sujeto se encuentra en esas situaciones. Nos limitamos a consignar en qué circunstancias la respuesta es más probable, con objeto de enriquecer nuestro análisis. Tampoco suponemos que los estímulos siempre son externos al organismo: una idea o una sensación física, por ejemplo, son fenómenos internos que pueden generar futuras respuestas. Por último, estímulos y respuestas se encadenan continuamente, dando lugar a los complejos comportamientos humanos. Así, el encontrarse en un lugar atestado puede suscitar el pensamiento "me va a dar un ataque de pánico", el cual desencadena respuestas fisiológicas como taquicardia, transpiración y temblor. Estas respuestas suscitan nuevos pensamientos -"ya me estoy poniendo nervioso"-, los cuales determinan la huida o el alejamiento de la situación temida.

APRENDIZAJE

La mayoría de nuestras conductas fueron adquiridas después del nacimiento y a lo largo de la vida. Este proceso de adquisición de nuevos comportamientos se conoce como aprendizaje y ocupa un papel central en el desarrollo de la personalidad. Aprendemos una gama muy amplia de conductas, desde hábitos higiénicos como lavarnos las manos y cepillarnos los dientes hasta normas morales, religiosas y sociales -p. ej. que robar es malo y que existe un Dios-. Incorporamos un repertorio de conductas acordes con nuestro sexo -vestimenta, posturas y juegos apropiados- y adquirimos, en suma, una identidad sexual. Podemos desarrollar una expectativa de control sobre nuestro entorno, asumiendo que somos capaces de enfrentar y resolver nuestros problemas, o convencernos de que somos incapaces de manejar las circunstancias adversas y desarrollar un modelo de reacción depresiva ante las frustraciones.

Más adelante veremos cómo se aprenden estas pautas de conducta y cómo inciden los distintos factores para que incorporemos ciertos hábitos en lugar de otros. De hecho, el resto del libro está dedicado a este problema. Por ahora, digamos que la adquisición de patrones específicos de conducta, incluyendo nuestros valores, actitudes y puntos de vista depende de nuestra interacción con el medio familiar, social y cultural en que vivimos. Un chico educado en un medio social que aprueba la violencia y el atropello a los derechos ajenos, desarrollará probablemente un comportamiento distinto al de otro educado en un ambiente que promueve valores éticos y morales más estrictos. La conducta sexual de una joven criada en el seno de una familia religiosa muy puritana puede diferir de aquella exhibida por una chica proveniente de un medio más liberal.

La conducta no refleja siempre los patrones familiares, porque los sujetos no son receptores pasivos de la influencia del medio; ellos actúan, a su vez, sobre su entorno al que pueden modificar. El aprendizaje no es un proceso unidireccional, sino una compleja secuencia de interacciones. Un niño, por ejemplo, puede ser reforzado inadvertidamente por presentar un comportamiento rebelde; si el reforzamiento ocurre con regularidad, es probable que comience a oponerse sistemáticamente a las demandas paternas -y a otras figuras de autoridad-. Esto genera una reacción de sus padres, la cual afecta a su vez la respuesta del niño. Volveremos sobre este punto al tratar el concepto de libertad.

En este momento sería oportuno aclarar qué entendemos exactamente por aprendizaje. Roger Tarpy (1975) lo define como "un cambio en la conducta relativamente permanente, que ocurre como resultado de la experiencia"¹. Al especificar que el cambio debe estar motivado por la experiencia, se excluyen factores tales como la maduración y la administración de drogas que pueden modificar el comportamiento del sujeto. La expresión "relativamente permanente", descarta los cambios en la conducta producidos por la fatiga y otros factores de efecto transitorio. El número de errores que comete una dactilógrafa puede aumentar luego de varias horas de trabajo; sin embargo, recupera su eficacia cuando se disipa la fatiga. Fuera de estas excepciones, la adquisición y mantenimiento de nuevas conductas se conoce como aprendizaje. Como resultado de este proceso se incorporan tanto las respuestas adaptativas como aquellas inadaptadas o inconvenientes para el sujeto. En otras palabras, las conductas consideradas "patológicas" -p. ej. los comportamientos neuróticos- se adquieren de acuerdo a los mismos principios que las respuestas "normales"².

No todas nuestras conductas son aprendidas; poseemos también un repertorio de respuestas innatas. Nacemos con la capacidad de contraer la pupila cuando la luz incide sobre ella. La percusión del tendón rotuliano desencadena la extensión de la pierna, y el descenso de la presión arterial genera taquicardia y otros ajustes cardiovasculares compensadores. Se trata de respuestas biológicamente determinadas que no requieren un aprendizaje previo.

1 Principios Básicos del Aprendizaje, Edit. Debate, 1977.

2 Esto no excluye, por supuesto, la incidencia patogénica de factores orgánicos que será considerada más adelante.

Por otra parte, el aprendizaje ocurre siempre en sujetos que tienen una determinada constitución genética. Las personas difieren por ejemplo en su reactividad emocional, y tales diferencias pueden facilitar o inhibir el desarrollo de respuestas agresivas o depresivas. La capacidad para adquirir conductas nuevas también es variable. Algunos sujetos condicionan fácilmente respuestas de ansiedad, mientras que otros requieren circunstancias muy especiales para que ocurra el aprendizaje. El resultado final depende siempre de la interacción entre los factores constitucionales y la relación con el medio. En algunos casos los factores genéticos son determinantes, como en el trastorno bipolar; en otros, su participación es mucho menor, por ejemplo en los cuadros conocidos habitualmente como "reactivos".