

Sobre el análisis funcional del pensamiento irracional: una aportación desde el marco del conductismo radical (pp. 101-132)

Jesús Unturbe

Universidad de Barcelona (España)

Se describe cómo se originan y mantienen las ideas irracionales (esto es, la conducta cognitiva disfuncional de autocontrol), a pesar de que la conducta manifiesta resultante tenga consecuencias aversivas. El análisis funcional de las ideas irracionales, como el de cualquier otra conducta, requiere una descripción de sus contingencias de refuerzo. Proponemos un nuevo tipo de refuerzo primario para la conducta cognitiva de autocontrol: una generación *creíble de orden*. *Orden*, en el sentido de reducción de complejidad e incertidumbre, y *creíble*, en el sentido de ser coherente con otras interpretaciones disponibles para el sujeto en el contexto dado (contexto que puede ser emocional). Exponemos, asimismo, cómo intervienen las nociones de autoestima e ilusión de control, debidamente operativizadas. La dificultad de extinción de las ideas irracionales es tratada mediante las técnicas conductistas (aplicadas al ámbito cognitivo) e ilustrada con el procedimiento de la Terapia Racional Emotiva. La dilucidación de los principios básicos del aprendizaje implicados en el pensamiento irracional redundará en un mejor manejo de los trastornos más resistentes al tratamiento y en la prevención de recaídas.