

ÍNDICE

PRÓLOGO	13
1. DELIMITACIONES SOBRE EL CONCEPTO DE MIEDO	17
I. Diferenciación entre el miedo y la ansiedad	17
II. Diferenciación entre el miedo y la fobia	22
III. Comentario	25
2. NATURALEZA EVOLUTIVA DE LOS MIEDOS	27
I. Aspectos filogenéticos de los miedos	27
II. Desarrollo de los miedos	34
A. Diferencias en el contenido de los miedos según la edad	34
B. Diferencias en el contenido de los miedos según el sexo	39
C. Estabilidad de los miedos durante la infancia y la adolescencia	40
III. Conclusiones generales	41

3. ESTRUCTURA DE LOS MIEDOS: ESTUDIOS CON ADULTOS.....	43
I. Aportaciones preliminares sobre la estructura de los miedos.....	44
A. Evidencia basada en el FSS-II	44
B. Evidencia basada en el FSS-III.....	46
II. Aportaciones del grupo de Arrindell.....	47
III. Estructura jerárquica de los miedos.....	50
IV. Conclusiones generales	57
4. ESTRUCTURA DE LOS MIEDOS: ESTUDIOS CON NIÑOS Y ADOLESCENTES	61
I. Aportaciones preliminares sobre la estructura de los miedos de la infancia y la adolescencia	61
II. Aportaciones basadas en el FSSC-R.....	65
A. Contribuciones del grupo de Ollendick.....	65
B. Otras contribuciones con el FSSC-R.....	75
III. Aportaciones basadas en el FSSC-II	84
IV. Otras aportaciones sobre la estructura de los miedos infantojuveniles	92
V. Conclusiones generales	95
5. FRECUENCIA E INTENSIDAD DE LOS MIEDOS EN NIÑOS Y ADOLESCENTES	103
I. Una nota introductoria sobre la prevalencia de los miedos y las fobias	104
A. Población general.....	104
B. Niños y adolescentes	105
II. Frecuencia de los miedos durante la infancia y la adolescencia: prevalencia	108

III. Frecuencia de los miedos durante la infancia y la adolescencia: los miedos más comunes	111
IV. Intensidad de los miedos según la edad y el sexo	119
A. Edad e intensidad del miedo: nivel general y niveles asociados al contenido de los miedos	120
1. Edad y nivel global de miedo	120
2. Edad e intensidad en el contenido de los miedos...	121
B. Sexo e intensidad del miedo	123
V. Conclusiones generales	126
6. ADQUISICIÓN DE LOS MIEDOS Y LAS FOBIAS	131
I. Consideraciones sobre la adquisición de los miedos...	132
A. El modelo de condicionamiento clásico.....	132
B. Comentarios al modelo de condicionamiento de los miedos y las fobias	137
C. La perspectiva del neocondicionamiento.....	142
II. Factores de vulnerabilidad	147
III. Modelo de las tres vías de adquisición del miedo: aspectos teóricos	155
A. El aprendizaje vicario del miedo	158
B. Transmisión de información	160
C. Algunas implicaciones psicopatológicas relevantes	163
IV. Modelo de las tres vías de adquisición del miedo: evidencia empírica basada en estudios con adultos	165
V. Una nota sobre la perspectiva no asociativa de los miedos y las fobias	172
VI. Conclusiones	176
7. ADQUISICIÓN DE LOS MIEDOS Y LAS FOBIAS: ESTUDIOS CON NIÑOS Y ADOLESCENTES.....	181
I. Introducción.....	181

II. Adquisición de los miedos no clínicos en niños y adolescentes	182
III. Adquisición de los miedos clínicos en niños y adolescentes	189
IV. Papel de los padres en el miedo de los hijos	192
V. Consideraciones teóricas y metodológicas	197
VI. Conclusiones generales	201
 ANEXOS.....	 205
Anexo I. <i>Cuestionario de miedos para niños (FSSC-II; Gullone y King, 1992; versión española de Sandín, Valiente y Chorot)</i>	<i>207</i>
Anexo II. <i>Cuestionario español de miedos para niños (FSSC-E; Valiente y Sandín, 2001).....</i>	<i>211</i>
 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	 217

El presente capítulo se centra fundamentalmente en la descripción y análisis del *modelo de las tres vías de adquisición del miedo* desarrollado por Rachman. No obstante, puesto que este modelo se basa y forma parte inherente de la perspectiva asociativa sobre el origen de los miedos, esto es, asume la aceptación de los principios del aprendizaje, resulta necesario que, previamente al análisis de dicho modelo, hagamos un breve análisis sobre algunos de los principales acontecimientos que se han producido en la teoría del condicionamiento de los miedos y/o fobias, y que han llevado, tanto a la emergencia de la propia teoría sobre el triple sistema de adquisición del miedo, como a otros desarrollos modernos fundamentados en los principios del neocondicionamiento.

I. CONSIDERACIONES SOBRE LA ADQUISICIÓN DE LOS MIEDOS

Tal y como indicamos arriba, el análisis que presentamos en esta sección no pretende abordar ni la totalidad de las múltiples teorías sobre la adquisición de los miedos basadas en el condicionamiento, ni el estudio en profundidad de los modelos más predominantes. Se trata, más bien, de examinar algunos puntos centrales de las teorías de aprendizaje más representativas, especialmente las que poseen mayor vinculación o mayores implicaciones con respecto a la perspectiva de las tres vías de adquisición de los miedos/fobias. Análisis más detallados sobre las teorías de condicionamiento de los miedos y las fobias puede encontrarlos el lector en otros trabajos más específicos sobre esta cuestión, tales como los de Pelechano (1984), Delprato y McGlynn (1984), Chorot (1986), Sandín y Chorot (1986a, 1991, 1999), Sandín (1995), Rachman (1991, 1998), Menzies y Clarke (1995a) y Merckelbach, De Jong, Muris y van den Hout (1996a).

A. El modelo de condicionamiento clásico

Suele aceptarse que el primer modelo de condicionamiento sobre la ansiedad fue un modelo de condicionamiento pavlo-

viano formulado por Watson y Rayner (1920). Estos autores establecieron una teoría experimental de las fobias basándose en este tipo de condicionamiento. Según este modelo, cualquier situación o estímulo, inicialmente neutro, adquiere la propiedad de evocar respuestas de miedo por su asociación con estímulos nocivos traumáticos (evocadores naturales de miedo o dolor; estímulos incondicionados, EIs). De este modo, el estímulo neutro se convierte en un estímulo condicionado (EC) de miedo, y su presencia evoca en el individuo respuestas condicionadas (RCs) de temor.

El trabajo de Watson y Rayner puede ser considerado como la primera aportación del enfoque conductual al estudio de la génesis de los miedos y/o las fobias. Este modelo constituyó, así mismo, la base de posteriores formulaciones más o menos identificadas con el modelo conductual, tales como las influyentes teorías sobre la terapia de conducta llevadas a cabo por Wolpe (1958) y Wolpe y Rachman (1960). El aspecto central en la teoría de Watson y Rayner consistió en asumir que un estímulo neutro se convierte en estímulo condicionado de miedo por su contigüidad con un estímulo incondicionado, condicionamiento que puede extenderse a otros estímulos similares (i.e., estímulos que recuerdan al EC) mediante un proceso de generalización.

Aunque, en términos de Eysenck (1979), la formulación de Watson y Rayner (1920) constituyó el primer gran modelo experimental sobre los miedos (el segundo gran modelo fue el de Mowrer, 1939), y aunque muchas de sus premisas fueron asimiladas y difundidas por algunos de los autores más influyentes de los años sesenta en terapia de conducta (p.ej., Eysenck, 1960; Eysenck y Rachman, 1965; Wolpe y Rachman, 1960), el modelo sufrió importantes críticas (p.ej., Emmelkamp, 1982; Eysenck, 1976, 1979; Gray, 1971; Rachman, 1977; Seligman, 1971). Las principales críticas que se han formulado al modelo de condicionamiento de Watson y Rayner (1920) podrían resumirse en los siguientes cuatro puntos (Chorot, 1986, pp. 19-22):

1. El miedo puede adquirirse directamente sin necesidad de que se produzcan acontecimientos traumáticos. Además, el

hecho de que algunos miedos puedan originarse a través de vías indirectas de condicionamiento, evidencia las limitaciones de este modelo.

2. A veces no se condicionan respuestas de miedo, incluso en presencia de experiencias traumáticas. Parece, por tanto, que las experiencias traumáticas no conducen inexorablemente al condicionamiento de respuestas de miedo. Por tanto, la contigüidad física EC-EI, de la que parte el modelo, no es una condición necesaria ni suficiente para que se produzca la adquisición de los miedos.
3. El modelo de condicionamiento clásico asume la premisa de equipotencialidad, según la cual, cualquier suceso natural posee idéntica capacidad para convertirse en estímulo condicionado de miedo. Los miedos, lejos de adecuarse a la premisa de equipotencialidad, tienden a ser selectivos, tal y como demuestra la teoría de la preparación (p.ej., Seligman, 1971; véase el Capítulo 2).
4. La teoría de condicionamiento clásico no explica la no-extinción de la respuesta condicionada de miedo en ausencia de refuerzo. De acuerdo con el principio de extinción, las respuestas condicionadas clásicamente suelen extinguirse rápidamente cuando desaparece la contingencia EC-EI. Sin embargo, en contraste con las predicciones del modelo, las respuestas de miedo no sólo no se extinguen cuando no son reforzadas sino que, a veces, tienden incluso a incrementarse (fenómeno de «incremento paradójico» o incubación).

El modelo bifactorial mediacional de Mowrer (1939, 1960), tal vez uno de los modelos psicopatológicos tradicionales más influyentes en la terapia de conducta de las fobias, pretendía dar solución a uno de los problemas centrales de los miedos y las fobias no explicado por la teoría de Watson y Rayner (1920); esto es, explicar por qué no se produce extinción de las respuestas condicionadas de miedo en ausencia de reforzamiento. Mowrer explica este fenómeno en su modelo bifactorial mediacional del siguiente modo:

- En una fase inicial, se establece una respuesta condicionada de miedo mediante un proceso de condicionamiento clásico; esta respuesta de miedo adquiere propiedades de impulso («drive») secundario con capacidad para mediar y motivar el inicio de una conducta instrumental de evitación.
- En una segunda fase, que implica un proceso de evitación activa, el sujeto no aprende a evitar un castigo (EI), sino más bien a escapar de la exposición al estímulo (EC) que le avisa de la proximidad de una situación aversiva.
- A la respuesta de evitación ejecutada exitosamente le sigue la reducción del miedo, por lo que la conducta de evitación queda reforzada negativamente (i.e., la reducción del miedo refuerza y mantiene la conducta de evitación).

Vemos, por tanto, que el modelo de Mowrer es bifactorial porque incluye componentes de condicionamiento clásico y de condicionamiento operante. Es mediacional porque las reacciones de miedo motivan (median) las respuestas de evitación (respuestas operantes). Es decir, el modelo de Mowrer explica el desarrollo del componente emocional del miedo en términos de condicionamiento clásico, y el componente de evitación del miedo según el principio de reforzamiento negativo (Chorot, 1986; Sandín y Chorot, 1986a). Por tanto, el miedo fóbico se mantiene, aún sin reforzamiento de la contingencia EC-EI, merced al proceso de reforzamiento negativo de las conductas de evitación.

Al margen de las importantes contribuciones que este modelo ha supuesto para la psicopatología y tratamiento de los miedos y las fobias, al igual que ha ocurrido con la teoría de Watson y Rayner (1920), no ha estado exento de importantes objeciones. Entre otras críticas o fenómenos incompatibles con esta teoría, merecen la pena citarse las siguientes (Chorot, 1986):

1. Observación experimental de resistencia a la extinción de las respuestas de evitación en ausencia de miedo. Si la respuesta de miedo motiva la conducta instrumental, entonces la extinción del miedo debería conducir a la extinción de las respuestas de evitación.