

## LA TECNICA DE INUNDACION (FLOODING) EN UN CASO DE FOBIA A HABLAR EN PUBLICO

*Cristina Botella Arbona  
Facultad de Psicología  
Universidad de Valencia*

### RESUMEN

*Se describe la historia de un caso de fobia a hablar en público y el procedimiento terapéutico utilizado ("flooding"). Se construyó una lista de situaciones ansiógenas para el paciente, todas ellas provocadoras de altos niveles de ansiedad. Tales estímulos fóbicos se presentaron en imaginación durante largos períodos de tiempo. Se describen dichos períodos de tiempo de mantenimiento de las escenas y los niveles subjetivos de ansiedad registrados en las sesiones.*

### SUMMARY

*This paper describes a case history of a "public speaking phobia", and the therapy used (flooding). The construction of a social situation list that makes the patient becomes anxious is shown. Such phobic stimuli are seen by imagination, and the period of time than the patient sees the image and the subjective levels of anxiety during sessions are described.*

Las técnicas de implosión e inundación suponen enfrentar al sujeto con los objetos o situaciones que le provocan ansiedad impidiendo que se produzcan respuestas de escape o evitación. La idea que subyace a estos procedimientos parece bastante simple, si lo gramos que una persona se enfrente con lo que teme sin que aparezcan consecuencias aversivas su temor desaparecerá.

Existen, no obstante, algunas diferencias entre ambas técnicas. En la implosión se considera necesario incluir en el proceso de extinción una serie de áreas de conflicto de carácter dinámico, relacionadas con los procesos de desarrollo de la personalidad postulados por la teoría psicoanalítica, ya que tales conflictos afectan la conducta manifiesta (*STAMPEL y LEVIS, 1967*) y además, según los autores citados, resulta crítico hacer que la ansiedad se eleve a niveles máximos para que llegue a producirse el fenómeno de la "implosión". En la técnica de inundación no se incluyen interpretaciones dinámicas ni se considera necesario lograr que la ansiedad se eleve a niveles máximos.

En la bibliografía sobre el tema usualmente se citan como antecedentes experimentales de estos procedimientos los trabajos de laboratorio de *MASSERMAN (1943)* sobre las neurosis experimentales en gatos. Los trabajos de *SOLOMON, KAMIN y WYN (1953)* sobre la creación y extinción de respuestas de evitación en animales. Además de la serie de estudios realizada por *BAUM*, utilizando también animales como sujetos experimentales, para poner a prueba la eficacia de la técnica de prevención de la respuesta (*BAUM, 1966*) y para analizar la influencia de distintos parámetros (*BAUM, 1968; 1969a; 1969b; 1970; LEDERHENDLER y BAUM, 1970; BAUM y POSER, 1971*).

Las primeras descripciones y aplicaciones con resultados positivos a seres humanos fueron realizadas por *MALLESON (1959)*, *POLLIN (1959)*, (*STAMPEL y LEVIS (1967)*), *BOULOGOURIS y MARKS (1969)*. Posteriores estudios se centraron en intentar verificar la eficacia de estas técnicas, tales trabajos han recibido críticas debido fundamentalmente a su pobreza metodológica (*MORGANSTERN, 1973*), aunque en general los trabajos sobre inundación han estado mejor

diseñados que los dirigidos a poner a prueba la terapia implosiva. Independientemente de esta cuestión, un punto sobre el que no parece haber acuerdo se refiere a la explicación teórica de la eficacia de estas técnicas. Las primeras formulaciones se hicieron apelando a un proceso de extinción de condicionamiento clásico (STAMPEL y LEVIS, 1967), al presentar repetidamente el EC sin ir seguido de choque se produciría la extinción de la respuesta de evitación. Sin embargo las distintas teorías biproceso aducidas para explicar el aprendizaje de evitación por el momento no han encontrado respuestas absolutamente satisfactorias al problema de la extinción experimental aunque se ha señalado que aquellas que ponen de manifiesto aspectos cognitivos parecen seguir una vía prometedora (PELECHANO, 1980). Recientemente se ha indicado (VILA, 1984) que otras formulaciones teóricas, como el modelo de habituación de WATTS (1979) pueden resultar más adecuadas. Personalmente pensamos, aunque evidentemente un análisis de estas cuestiones excede con mucho el presente trabajo sobre un informe de caso, que no está agotada la vía explicativa asentada en procesos de extinción de condicionamiento clásico sino que al contrario resultaría fructífero seguir trabajando en ello. Así, aunque resulta prometedora la contribución de EYSENCK (1976, 1980) con su idea de un EC con propiedades impulsivas que producirían un fortalecimiento de la RC creemos en contra de Eysenck que no llegaremos a resolver el problema a no ser que prestemos atención al "segundo sistema de señales". En nuestra opinión habría que insistir en procesos de condicionamiento de segundo orden: procesos de condicionamiento semántico y estudios de transfer para poder progresar en nuestro conocimiento sobre los mecanismos que mantienen o logran extinguir las respuestas de evitación, área central en los trastornos de conducta humana que por el momento sigue siendo un campo no dominado a nivel teórico.

En el presente caso utilizamos la técnica de inundación ("flooding"). Las situaciones o estímulos fóbicos se presentaron en imaginación, construyendo para ello una lista de situaciones que producían ansiedad al sujeto, teniendo en cuenta que todas ellas provocaban altos niveles de ansiedad. Se insistió en la necesidad de que el sujeto no realizara respuestas de escape o evitación y se mantuvo la presencia de estímulos ansiógenos hasta que las reacciones de ansiedad disminuyeron. A continuación se describe la historia del caso y el procedimiento concreto seguido.

## HISTORIA

El paciente es un varón de 41 años, de clase media alta, está casado y el matrimonio no tiene hijos. Acude a terapia por una intensa fobia a hablar en público. Situa el origen del trastorno en su infancia, recuerda perfectamente que cuando contaba 11 años se organizó en su colegio la representación de una obra teatral para la cual I.E. fue seleccionado como actor junto con otros com

pañeros. El día de la representación llegó sin incidentes, todos estaban preparados y según recuerda I.E. él y sus compañeros mostraban "un nerviosismo normal" ya que iban a actuar ante todo el colegio y ante los padres de los alumnos.

La representación dió comienzo, en primer lugar tenía que actuar un amigo íntimo de I.E., su papel era un poco largo y exigía dirigirse al público, I.E. estaba situado al lado del escenario junto con otros niños ya que inmediatamente después iban a actuar ellos. Recuerda cómo su amigo empezó a hablar y cómo, bruscamente, se quedó sin habla, completamente inmóvil mirando hacia el público. Comenzó a ponerse rojo, la respiración se hizo entrecortada hasta el extremo que I.E. pensaba que se estaba ahogando e incluso el mismo I.E. notaba sensación de opresión en el pecho. Además, entre el público comenzaron a escucharse algunas burlas y risas.

A la vista de lo sucedido se corrió el telón y los profesores atendieron al niño actor, éste tardó un rato en tranquilizarse. Le animaron, quitaron importancia al tropiezo hasta que el niño verbalizó que ya se encontraba bien, solamente había tenido un mareo, ya estaba preparado. De nuevo comenzó la representación y ocurrió exactamente lo mismo que la vez anterior solo que en esta ocasión hubo más risas y burlas entre el auditorio.

Por lo que respecta a I.E. afirma que la situación de su amigo la *vivió* con toda claridad. Después del incidente salió corriendo y se negó en redondo a actuar. No le concedió mayor importancia al asunto pero a partir de ese momento declinó cualquier invitación, o evitó claramente situaciones relacionadas con hablar en público.

En su vida privada este hecho no le ha afectado mucho, pero sí en su vida profesional. I.E. es ingeniero y por el trabajo que desempeña le han propuesto en alguna ocasión dar charlas, conferencias o dirigir seminarios de trabajo. Hasta el momento ha encontrado excusas más o menos válidas, para negarse aunque cree que en la empresa pueden sospechar algo. Piensa que ya no puede seguir así, le han ofrecido un ascenso en el grupo de empresas donde trabaja, pasaría a dirigir una de ellas. I.E. está muy satisfecho con el nuevo puesto pero piensa que van a multiplicarse las situaciones ansiógenas. Siente notable nerviosismo ante tal perspectiva y este es el motivo de que acuda a terapia.

No se observa ningún otro tipo de problema, las relaciones con su cónyuge, otros familiares y amigos son buenas. No hay inseguridad en otras áreas, I.E. afirma que si lograra superar este problema (aunque indica que no tiene mucha confianza en ello) sentiría como una gran liberación.

## PLAN DE TERAPIA

Se le explicó a I.E. la lógica del procedimiento de inundación, advirtiéndole que la aplicación de la técnica resulta muy desagradable (aspecto que veía con claridad despues de nuestra explicación). Se le informó que sería necesaria su total colaboración y además que si aceptaba tal tipo de tratamiento, éste no debería ser interrumpido hasta que no hubiera finalizado.

Una vez aceptadas estas condiciones, pedimos a I.E. que confeccionara una relación de situaciones que le produjeran ansiedad, debería describirlas y valorar cada una de ellas en una escala de 1 a 10. Entendió perfectamente la tarea y ya en ese mismo momento indicaba elementos, objetos o personas que podían hacer que él percibiera la situación como más o menos ansiógena. Se le informó que la terapia podría comenzar en cuanto dispusiéramos de esta relación de situaciones y la hubiéramos estudiado conjuntamente con él.

En una sesión posterior I.E. trabajo la lista de situaciones ansiógenas estructurada en función del grado de ansiedad que le producía aunque todas ellas suponían para él una ansiedad notable. En la tabla número 1 puede verse la descripción de tales situaciones.

**TABLA Nº 1: LISTA DE SITUACIONES ANSIOGENAS CONFECCIONADA POR EL PROPIO SUJETO (La explicación en el texto)**

Nivel subjetivo de ansiedad	Descripción de situaciones
2 .....	Reunión con un grupo de tres o cuatro personas, relacionadas con I.E. profesionalmente y a un nivel inferior, que esperan de él la solución de cualquier problema.
3 .....	En cualquier reunión, social o profesional, con un grupo amplio de personas contar una historia o anécdota de duración un poco extensa.
4-5 .....	Cena de amigos en la que se supone y todo el mundo espera que al final de la misma I.E. dirija unas palabras relacionadas con lo que se está celebrando. Aumenta la ansiedad en relación al tiempo que falta para el "momento cumbre".
6 .....	Pedir la palabra en el momento de finalizar una conferencia dada por otra persona para preguntar algo.
7 .....	La misma cena de amigos pero también asiste un grupo heterogeneo de personas más o menos conocidas.
9 .....	Dar una charla sobre un tema profesional a un grupo de 30 a 40 personas.
10 .....	Dar una conferencia en un acto oficial al que acuden altos dirigentes de la empresa.

La primera tarea fue comentar detenidamente la mencionada lista de situaciones con I.E., comprobar la ansiedad que le producían dichas situaciones y qué elementos suponían una mayor o menor ansiedad en cada una de ellas. A partir de los datos obtenidos en esta sesión se decidieron las escenas claves a presentar en las sesiones de inundación, dichas escenas fueron las siguientes:

(1) *Cena de amigos*. Se trata de una cena homenaje-despedida al propio I.E., se reúnen en un comedor privado de un restaurante y el número de asistentes se fija en unas 20 personas. Al finalizar la cena un amigo del grupo, en representación de todos, se levanta, explica el motivo de la reunión, pronuncia unas palabras de alabanza a I.E., le hace entrega de un regalo (se oyen aplausos) y pide que ahora I.E. se dirija a todos. Silencio sepulcral, actitud expectante de los reunidos, I.E. debe hablar, nota como no le salen las palabras, tiene la respiración entrecortada, sensación de ridículo, de fracaso...

(2) *Cena de amigos con mayor número de personas*. También se trata de una cena homenaje-despedida pero en esta ocasión el restaurante es un local muy amplio. Asisten a la cena además de los amigos íntimos de la situación anterior otros grupos de personas: numerosos conocidos, muchos familiares, personas con las que casi no tiene relación, compañeros de trabajo, jefes y directores de su grupo de empresas. Esa noche va a celebrarse una fiesta en dicho local y el grupo de amigos ha organizado la cena pensando en unirse después a tal fiesta. Por este motivo a medida que terminan de cenar el local se va llenando de público más o menos conocido. En el restaurante hay un estrado o tarima y un micrófono, desde allí va a repetirse la situación prevista en la escena anterior: un amigo habla, alabanzas a I.E., entrega de regalo, silencio sepulcral, todas las miradas dirigidas al estrado, I.E. debe hablar, comienza a hacerlo, errores y fallos al hablar, tartamudeos, repeticiones, respiración entrecortada, sensación de fracaso y ridículo...

(3) *Curso-seminario*. I.E. debe dar un seminario a un grupo de 30 ó 40 profesionales sobre temas técnicos. Le avisan en la empresa sobre la necesidad de organizar tal curso y lo conveniente que sería que lo diera él. Prepara el curso, llega el día, tiene que entrar en la sala donde se celebra, se sitúa frente a las personas asistentes, le miran expectantes, I.E. de nuevo comete fallos y errores, respiración entrecortada, sensación de ridículo...

(4) *Convención general anual de las empresas del grupo*. I.E. debe preparar una ponencia para tal ocasión. Ya están todos reunidos en la gran sala de congresos, asisten numerosas personas conocidas de I.E. y otras desconocidas, jefes de la central española del grupo y otros jefes de más alto nivel en el extranjero. Se

describen con claridad los momentos inmediatamente anteriores a la conferencia: preparación de diapositivas, revisión de papeles, conversaciones en pasillos, la gente empieza a hablar en la sala, toman asiento. Toda la presidencia ya está situada en el estrado, una de las personas de la presidencia hace la presentación de I. E., silencio, todo el mundo espera el inicio de la conferencia. I.E. comienza a hablar, errores, fallos, respiración entrecortada...

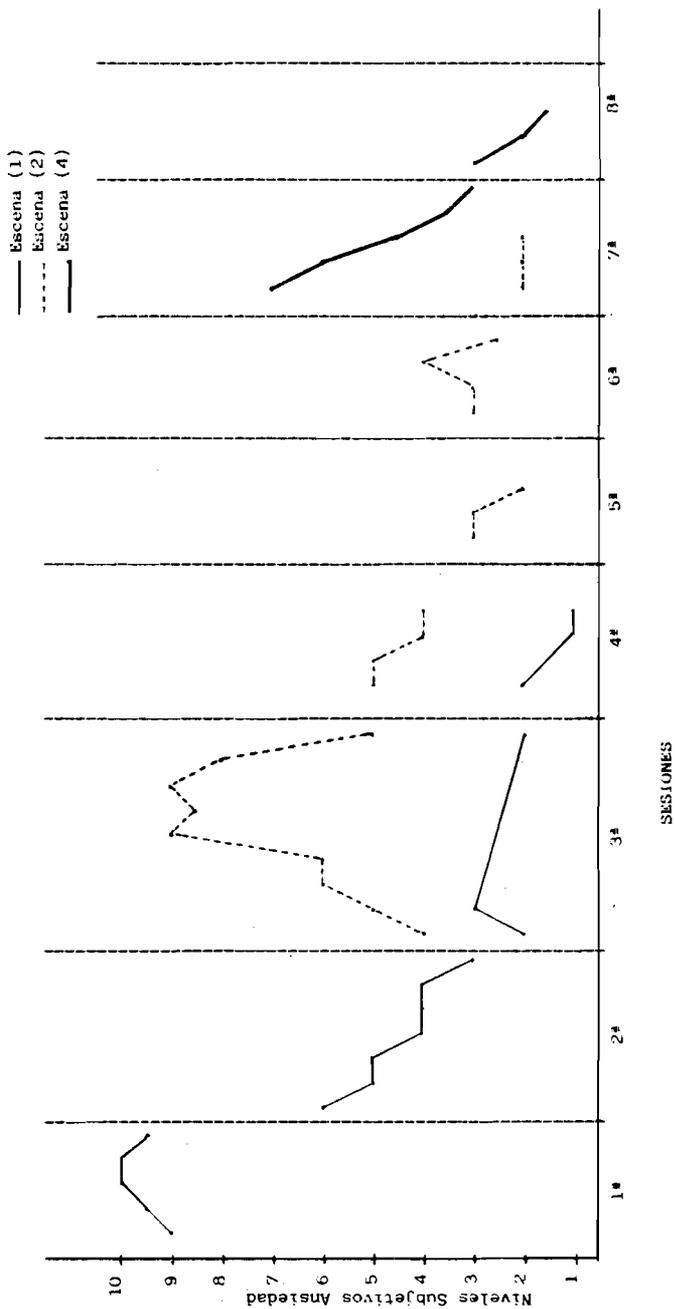
Como ya indicamos, la estructuración de estas escenas globales se hizo conjuntamente con I.E., en todo momento se tomaron en consideración sus indicaciones sobre los elementos que le producían ansiedad. La numeración que se ha dado a las situaciones no sigue un orden *creciente*, de ansiedad, *todas* ellas eran percibias por I.E. como muy ansiógenas, aunque quizás la que menos temiera enfrentar fuera la número 1, por tal motivo nos decidimos a comenzar por ésta.

La presentación de las escenas se hizo del modo siguiente, pedimos a I.E. que se concentrara en las descripciones que realizara el terapeuta y se iban introduciendo los elementos ansiógenos procurando describir minuciosamente detalles y ambiente. Cuando I.E. informaba que había conseguido visualizar la escena le pedía nos indicara el nivel de ansiedad que experimentaba en una escala de 1 a 10. Este proceso de pedir información sobre el nivel subjetivo de ansiedad lo repetíamos periódicamente cada cinco, diez o veinte minutos, dependiendo esto de las descripciones realizadas. En la tabla número 2 puede verse un resumen de todos los elementos presentados en las sesiones, los períodos de tiempo que se mantuvieron las escenas y los niveles de ansiedad subjetivos detectados. Por otra parte, en la gráfica número 1 aparecen los niveles de ansiedad registrados en la presentación de las escenas en cada una de las sesiones. Obsérvese que lo que podríamos llamar "intentos" en cada sesión corresponden a "momentos" en los que se ha pedido información al sujeto sobre su nivel de ansiedad. Estos, como hemos señalado, no se distribuían homogéneamente en el tiempo, dependían de la descripción de la escena por parte del terapeuta y por otra parte de los períodos de tiempo que el sujeto tardaba en vivir la escena, ese tiempo de experimentar los elementos de la escena, evidentemente, no era siempre el mismo.

*Primera sesión.* Como puede verse en la tabla número 2 el nivel de ansiedad en esta primera sesión en la que se presentó la escena número (1) se sitúa en niveles máximos.

El tiempo total de mantenimiento real de la escena fue de 70 minutos, recuérdese que aquí no se computa el tiempo de preparación para visualizar claramente una escena. En todo momento comenzamos a contar el tiempo a partir de que el sujeto informaba que percibía con claridad la escena presentada. Se dió por terminada

FIGURA Nº 1.- NIVELES SUBJETIVOS DE ANSIEDAD REGISTRADOS EN LAS ESCENAS PRESENTADAS EN LAS SESIONES DE INUNDACION. 1.a explicación en el texto.



**TABLA Nº 2: PERIODOS DE TIEMPO DE MANTENIMIENTO DE LAS ESCENAS EN CADA SESION Y NIVELES SUBJETIVOS DE ANSIEDAD. La explicación en el texto.**

Sesiones	Escenas	Elementos ansiógenos	Períodos de tiempo	Niveles subjetivos ansiedad
1ª	(1)	Amigos cenando	10'	9
		mantenimiento	10'	9'5
		de toda la	10'	10
		escena	20'	10
			20'	9
2ª	(1)	Idem	5'	6
		Idem	5'	5
		Sensación ahogo	10'	5
		Mantenimiento de		
		toda la escena	10'	4
			10'	4
			10'	4
		10'	3	
3ª	(1)	Idem	5'	2
		Idem centrando		
	sensación ahogo	10'	3	
	(2)	Más personas	5'	4
		Idem centrando		
		detalles	10'	5
		Idem	10'	6
		Idem	10'	6
		Elemento micrófono	12'	9
		Idem	10'	8'5
		Elemento tarima	8'	9
		Idem	8'	8
		Idem	10'	5
	(1)	Control escena(1)	5'	2
4ª	(2)	Control escena(2)	5'	5
	(1)	Control escena(1)	5'	2
	(2)	Centrar toda la		
		escena	5'	5
		Idem	10'	4
		Idem	15'	4
	(3)	Curso-seminario	10'	3
		Idem	10'	1
	(4)	Conferencia conven-		
		ción	5'	2
Idem		10'	2	
(1)	Control escena(1)	5'	1	
	Control escena(1)	10'	1	

Sesiones	Escenas	Elementos ansiógenos	Períodos de tiempo	Niveles subjetivos ansiedad
5ª	(2)	Control escena(2)	5'	3
		Control escena(2)	5'	3
	(1)	Control escena(1)	5'	1
	(4)	Control escena(4)	5'	3
		Idem	5'	3
		Idem	10'	2
	(2)	Centrar toda la escena	15'	2
6ª	(2)	Control escena(2)	5'	3
		Centrar toda la escena	20'	3
		Idem	10'	4
		Idem	10'	2'5
	(4)	Centrar toda la escena	5'	3
		Idem	5'	3
		Idem	10'	2
		Idem	5'	2
		Idem	5'	2
7ª	(2)	Control escena(2)	5'	2
		Centrar toda la escena	5'	2
		Idem	5'	2
		Habla real del sujeto	10'	7
		Idem	20'	6
		Idem	20'	4'5
		Idem	10'	3'5
		Idem	10'	3
8ª	(2)	Habla real del sujeto	10'	3
		Idem	10'	2
		Idem	20'	1'5

la sesión cuando el sujeto indicó oscilaciones en sus niveles de ansiedad y una clara tendencia al descenso aunque todavía dió como nivel de ansiedad subjetiva 9.

*Segunda sesión.* En la segunda sesión se continuó con la misma escena número (1). Ya en la primera presentación el sujeto informó de un nivel de ansiedad 6 y esto le produjo asombro a él mismo, indicó que se notaba más cómodo en la misma situación. El tiempo total real dedicado a visualizar la escena fue en esta sesión de 60 minutos, se intentó hacer aumentar la ansiedad añadiendo más elementos ansiógenos como sensaciones de ahogo y opresión en el pecho... La ansiedad fue descendiendo paulatinamente y al finalizar la sesión se situaba en un nivel 3.

*Tercera sesión.* La sesión número 3 la iniciamos presentando la misma escena y el nivel de ansiedad subjetiva manifestado por I. E. fue de 2, insistimos centrando imágenes y elementos ansiógenos durante 10 minutos más y solo subió hasta un nivel 3. En ese momento decidimos introducir la escena número (2) que fundamentalmente tenía como elementos ansiógenos nuevos un aumento muy notable del número de personas (conocidos, semiconocidos, compañeros de trabajo, familiares, compañeros de la empresa), un estrado desde el cual se iba a dirigir la palabra al auditorio y un micrófono.

Al introducir la escena incluyendo el elemento "muchas más personas" el nivel de ansiedad subjetivo se situó en 4 y centrando más elementos subió a 5 y a 6. Al incorporar a la situación el estrado y el micrófono, la ansiedad aumentó a 9, posteriormente comenzó a descender hasta llegar a un nivel 5. El tiempo efectivo total en el que I.E. estuvo visualizando esta nueva escena fue de 83 minutos. Finalizamos la sesión tomando un control de la escena número (1). La ansiedad había disminuído y se situaba en un nivel de 2.

*Cuarta sesión.* Comenzamos esta sesión controlando, en primer lugar, los niveles de ansiedad que producían en I.E. las escenas presentadas en sesiones anteriores (1) y (2). Como puede verse en la tabla número 2 los niveles se mantenían idénticos, las disminuciones logradas no se habían alterado. Curiosamente, comentando posteriormente tal hecho con nuestro cliente éste se mostró sorprendido, según sus afirmaciones cuando estaba centrado en una escena no recordaba en absoluto el nivel de ansiedad que le había provocado anteriormente.

Decidimos introducir la escena número (3) básicamente suponía que I.E. impartía un curso-seminario a profesionales. Tal curso lo habían solicitado los jefes de la empresa y según él la opinión que mereciera a los asistentes podía tener repercusiones en el trabajo. Comprobamos que la escena prácticamente ya no causaba ansiedad a I.E. y explicaba el hecho sugiriendo que después de haberse enfrentado a un local abarrotado de gente 30 ó 40 personas le parecía algo bastante familiar. Además, tener que exponer un tema técnico le hacía sentirse más seguro.

Pasamos inmediatamente a la escena número (4) cuyo tema estaba relacionado con el anterior. Significaba dar una conferencia en la convención anual de la empresa ante un numeroso público en el que estaban incluidos jefes del grupo en España y en el extranjero. El resultado puede verse en la tabla número 2. El nivel de ansiedad subjetivo no pasó en ningún momento de 3. I.E. afirmó en esta sesión que casi no llegaba a creerlo, anteriormente solo imaginar la expectativa de tener que dar una charla le producía sudores fríos y ahogos.

*Quinta y sexta sesión.* Las sesiones quinta y sexta transcurrieron sin incidentes, se insistió en los temas anteriores intentando introducir más elementos ansiógenos. El nivel de ansiedad subjetivo solo llegó a un nivel 4 en una ocasión. Todos los restantes controles tomados indicaban niveles inferiores.

*Séptima sesión.* En la séptima sesión, además de controlar las anteriores escenas se introdujo un elemento nuevo que pensamos podía resultar importante antes de una exposición "in vivo". Pedimos al sujeto que imaginara y se centrara en la descripción que realizábamos pero, además, cuando llegara el momento de hablar de bería hacerlo realmente en voz alta. Se eligió la escena número (2) ya que se trataba de decir unas palabras más o menos improvisadas y la escena suponía un suficiente número de personas. Como puede verse tanto en la tabla número 2 como en la gráfica número 1 el nivel de ansiedad se elevó totalmente situándose en un nivel 7. Además, observamos respiración entrecortada, tono de voz inseguro, tartamudeo... Durante 70 minutos estuvimos insistiendo en la repetición de tal escena, cada vez que llegábamos al momento clave de tomar el micrófono y dirigirse al público I.E. habla realmente. La ansiedad fue disminuyendo gradualmente hasta situarse en un nivel 3. Comprobamos que a medida que se sucedían los intentos la respiración se normalizaba, el tono de voz era cada vez más firme y seguro.

*Octava sesión.* La última sesión se dedicó íntegramente (40 minutos) a repetir de nuevo la misma escena con habla real por parte del sujeto. El nivel de ansiedad subjetivo descendió hasta situarse en un 1 o un 2.

Con esto dimos por finalizadas las sesiones de inundación, explicamos entonces a I.E. que debía practicar realmente los elementos que habíamos ido presentando. Resultaba evidente que no todas las situaciones podía realizarlas de modo inmediato pero sí aprovechar y buscar todas las ocasiones que pudiera. I.E. parecía deseoso de ponerlo en práctica, nos dijo que sí podría participar de inmediato en la escena número (1) ya que realmente se le iba a hacer una cena-homenaje de despedida. Hasta la fecha había buscado excusas pero ahora se decidía a enfrentarse.

En una consulta posterior nos informó sobre su desempeño real en la cena. Asistieron unas 25 personas y habló ante ellas, al comienzo notó algo de ansiedad que desapareció al seguir hablando. La sensación que describió era como si le hubieran quitado una losa que lo aprisionara. Posteriormente nos llegó otro informe. Despues de realizarse el cambio de destino dentro de la empresa y al llegar a la nueva fábrica como director se organizó un acto de bienvenida y tuvo que dirigirse también a unas 30 personas de la empresa según él su actuación fue absolutamente adecuada.

## BIBLIOGRAFIA

- BAUM, M.: Rapid extinction of an avoidance response following a period of response prevention in the avoidance apparatus. *Psychological Reports*, 1966, 18, pp. 59-64.
- BAUM, M.: Efficacy of response prevention (flooding) in facilitating the extinction of an avoidance response in rats: the effect of overtraining the response. *Behavior Research and Therapy*, 1968, 6, pp. 197-203.
- BAUM, M.: Extinction of an avoidance response following response prevention: some parametric investigations. *Canadian Journal of Psychology*, 1969a, 23, pp. 1-10.
- BAUM, M.: Extinction of an avoidance response motivated by intense fear: social facilitation of the action of response prevention (flooding) in rats. *Behavior Research and Therapy*, 1969b, 7, pp. 51-62.
- BAUM, M.: Extinction of avoidance responding through response prevention (flooding). *Psychological Bulletin*, 1970, 74, pp. 276-284.
- BAUM, M. y POSER, E.G.: Comparison of flooding procedures in animals and men. *Behavior Research and Therapy*, 1971, 9, pp. 249-254.
- BOULOGOURIS, J. y MARKS, I.M.: Implosion (flooding): A new treatment for phobias. *British Medical Journal*, 1969, 2, pp. 721-723.
- EYSENCK, H.J.: The learning theory model of neurosis - a new approach. *Behavior Research and Therapy*, 1976, 14, pp. 251-267.
- EYSENCK, H.J.: Condicionamiento pavloviano y extinción como componentes básicos para una teoría unitaria de las neurosis y su terapéutica. *Anál. y Modif. de Conducta*, 1980, 6, nº 13, pp. 479-501.
- LEDERHENDLER, I. y BAUM, M.: Mechanical facilitation of the action of response prevention (flooding) in rats. *Behavior Research and Therapy*, 1970, 8, pp. 43-48.
- MALLESON, N.: Panic and phobia: a possible method of treatment. *Lancet*, 1959, 1, pp. 225-227.
- MASSERMAN, J.H.: *Behavior and neuroses*, Chicago: University of Chicago Press, 1943.
- MORGANSTERN, K.P.: Implosive therapy and flooding procedures: A critical review. *Psychological Bulletin*, 1972, 79, pp. 318-334.
- PELECHANO, V.: *Modelos básicos de aprendizaje*, Alfaplús, 1980.
- POLIN, A.T.: The effect of flooding and physical suppression as extinction tech-

niques on an anxiety motivated avoidance locomotor response. *Journal of Psychology*, 1959, 47, pp. 235-245.

SOLOMON, R.L. y KAMIN, J.L. y WYNN, L.C.: Traumatic avoidance learning: the principles of anxiety coservation and partial irreversibility. *Psychological Review*, 1954, 61, pp. 353-384.

STAMPFL, T.G. y LEVIS, D.J.: Essentials of implosive Therapy: a learning theory based psychodynamic therapy. *Journal of abnormal Psychology*, 1967, 72, 6, pp. 496-503.

VILA, J.: Técnicas de modificación de conducta. (En J. MAYOR y F.J. LABRADA (Comps.) *Manual de modificación de conducta*) Alhambra Universidad, 1984.

WATTS, F.: Habituation model of systematic desensitization. *Psychological Bulletin*, 1979, 86, pp. 627-637.

