

Cómo tomar datos ABC.

Read this lesson in English

Qué es. Los **datos ABC** son una nota de tres columnas que usted escribe cada vez que ocurre una conducta: lo que pasó justo antes (el **antecedente**), lo que hizo la persona (la **conducta**) y lo que pasó justo después (la **consecuencia**). Las letras vienen del inglés: *Antecedent, Behavior, Consequence*.

Por qué importa. No se puede cambiar una conducta que no se puede describir. Diez líneas honestas de datos ABC le dicen más a un equipo que un mes de "ha estado pasando por un momento difícil". Todo plan de conducta, toda evaluación funcional y toda buena reunión escolar empiezan con esta hoja.

EL MÉTODO

Cómo hacerlo usted mismo: ocho pasos, una hoja.

1. **Escoja una conducta y defínala para que un extraño la pueda reconocer.** No "agresión", sino "contacto con la mano abierta o cerrada con otra persona, lo bastante fuerte para oírse". No "berrinche", sino "se tira al piso y grita por más de diez segundos". Escriba la definición arriba de la hoja.
2. **Prepare la hoja antes de que empiece el día.** Hora, lugar, quién estaba, A, B, C, y una casilla para cuánto duró o cuántas veces pasó.
3. **Cuando pase, atienda el momento primero y escriba después.** Dentro de cinco minutos, mientras está fresco. El recuerdo de mañana es un cuento, no datos.
4. **El antecedente son los treinta segundos de antes.** Quién estaba, qué se pidió, qué se quitó, qué estaba pasando (ruido, hambre, un cambio de actividad). Solo hechos. "Estaba frustrado" es una suposición. "Le dije: hora del baño" es un hecho.

5. **La conducta es lo que usted vio y oyó.** Cuéntela o tómese el tiempo. "Gritó, unos dos minutos." "Pegó tres veces."
6. **La consecuencia es lo que pasó en los treinta segundos de después,** sobre todo lo que hicieron las personas. "Le dije que no se pega y lo cargué" cuenta. "Nada" casi nunca es cierto: escriba lo que de verdad pasó, aunque haya sido que usted cedió.
7. **Junte al menos diez registros, o cinco días, antes de buscar un patrón.** Tres líneas son una mala semana, no información.
8. **Luego lea hacia abajo por columnas, no a lo ancho.** ¿Se repite el mismo antecedente? ¿La misma consecuencia? Esa repetición es su primera pista de para qué sirve la conducta. La lección sobre las funciones sigue desde ahí.

EJEMPLO RESUELTO

Mía, de seis años, y el piso.

Ejemplo inventado. Los nombres y los números de abajo son inventados para mostrar el método.

Conducta, definida: *se tira al piso y grita por más de diez segundos*. Cinco registros de una semana:

CUÁNDO, DÓNDE	A: JUSTO ANTES	B: LO QUE PASÓ	C: LO QUE PASÓ DESPUÉS
Lun 7:40, pasillo	Mamá: "Ponte los zapatos, ya nos vamos."	Al piso, gritó ~2 min	Mamá le puso los zapatos
Lun 5:30, cocina	Papá: "Hora del baño."	Al piso, gritó ~4 min	Papá: "Bueno, cinco minutos más." El baño fue después

Mar 7:35, pasillo	Mamá: "Zapatos."	Al piso, gritó ~1 min	Mamá le puso los zapatos
Mié 12:10, cocina	"Ven a sentarte a la mesa."	Al piso, gritó ~3 min	Le llevaron el almuerzo al sillón
Mié 7:00, recámara	Papá: "Pijama."	Al piso, gritó ~2 min	Papá la vistió en el piso

Lea hacia abajo por columnas. Cinco de cinco empiezan con una instrucción. Cinco de cinco terminan con la tarea hecha por ella o aplazada. El piso funciona. Es una hipótesis para llevar al equipo, no un veredicto, pero es un punto de partida mucho mejor que "hace berrinches".

ERRORES QUE EVITAR

Dónde se echan a perder las buenas hojas.

- Escribir sentimientos en vez de hechos ("estaba desafiante"). Escriba lo que se dijo y se hizo.
- Anotar solo los días malos. Los días tranquilos dicen qué fue diferente.
- Parar después de tres registros porque un patrón "parece obvio".
- Definir la conducta con una etiqueta ("berrinche", "actitud"), de modo que dos adultos anotan dos cosas distintas.
- Cambiar lo que usted hace a mitad de semana sin anotarlo también. Cambiar está bien; un cambio sin anotar arruina la hoja.

Una pregunta, y luego la respuesta.

¿Cuál de estas va en la columna A? (a) "Estaba frustrado." (b) "Le dije: hora del baño." (c) "Siempre hace esto en la noche."

▼ Ver la respuesta, y por qué

La (b). Es algo que un extraño en el cuarto habría podido oír. La (a) es una suposición sobre un sentimiento, y la (c) es una afirmación sobre un patrón, no un solo registro. El patrón es lo que se encuentra después de diez líneas honestas como la (b).

ALGO PARA GUARDAR

La hoja de datos ABC.

Una página. Defina la conducta arriba, y luego una línea por cada vez. Diez líneas o cinco días antes de leerla.

Hojas gratis en PDF, en blanco y negro. Lo que escriba en ellas no se envía a ningún lado. Todas las hojas gratis.

DÓNDE AYUDA DRAGEN

Todo gratis, en español.

Las hojas en español son gratis, sin correo ni registro. Cuando tenga diez líneas, la siguiente lección le enseña a leerlas.

F U E N T E

De dónde viene esto.

Bijou, Peterson y Ault (1968) presentaron el registro ABC en el *Journal of Applied Behavior Analysis*. El método como se enseña hoy: Cooper, Heron y Heward, *Applied Behavior Analysis* (3.^a ed., 2020), el capítulo sobre la evaluación funcional de la conducta.

Los ejemplos de esta página son inventados. No contienen información de clientes, estudiantes ni familias. Esta lección enseña un método; no reemplaza al equipo de cuidado de su hijo o hija, a su BCBA ni las reglas escritas de su aseguradora.