

L a Psicología Conductual en Internet: Una primera guía de navegación.

Manuel García Silvente

Centro de Análisis e Intervención Conductual

C/. Prosperidad, 12, esc. Dcha. 6º A - 03010 Alicante

Correo electrónico : ainteco@canaldinamic.es

Agradezco a María Angustias López los comentarios realizados sobre las versiones iniciales del presente artículo y al profesor Miguel García por su revisión técnica.

RESUMEN

En este artículo se presenta una nueva herramienta para el Terapeuta de Conducta: Internet. En la primera parte se presenta una descripción de los servicios que Internet ofrece y en la segunda parte, se presenta una guía de ayuda para el psicólogo conductual en su introducción en este nuevo mundo.

ABSTRACT

This article present a new tool for the Behavior Therapist: InterNet. In the first part of the article, there is a description of services that internet offers. In the second part of the article, we can find an aid guide for the behavioral psychologist in his introduction into this new world.

PALABRAS CLAVE

Internet, Psicología conductual, Autopistas de la Información, Terapia de Conducta.

Internet es un recurso prácticamente sin explotar por la psicología conductual. El terapeuta de conducta puede sacarle un enorme partido a esta tecnología. Quizás esta afirmación cause sorpresa en algunos lectores pero para algunos profesionales esto ya es así. Son muchos y variadas las ventajas que se pueden obtener al formar parte de la 'comunidad global' que supone Internet.

Desde nuestro propio centro de trabajo podemos mantener una conversación en tiempo real con otro u otros profesionales que se encuentre a cientos de kilómetros de nosotros, contrastar nuestras opiniones o puntos de vista sobre temas que nos puedan resultar de interés y establecer debates o realizar consultas sobre casos, solicitar información que nos sea necesaria (seguro que dentro de la comunidad científica mundial alguien dispone de ella e incluso es posible que en nuestro propio idioma), asistir a cursos 'virtuales' donde poder recibir enseñanzas de profesionales especializados en áreas de nuestro interés y que se encuentren a miles de kilómetros (algo impensable si tuviéramos que ser nosotros quienes nos desplazáramos allí), etcétera. Estas son solo algunas de las posibilidades que ofrece para el terapeuta de conducta su inmersión en la Red de Redes. A lo largo de este artículo trataré de aportar información que complementará y justificará las afirmaciones acabadas de realizar. Quizás ahora quede algo más claro el sentido de la afir-

mación inicial. De cara a la necesaria actualización de conocimientos y a la ampliación de éstos con las nuevas aportaciones que se realizan continuamente, tener una herramienta a nuestra disposición como Internet es una enorme ventaja. En ocasiones nos vemos imposibilitados de tener acceso a recursos formativos y de reciclaje bien por cuestiones de horarios o de dificultades para desplazarnos hasta los centros de formación. Las nuevas tecnologías aplicadas a Internet pueden hacernos posible lo que por razones geográfico-temporales sería imposible.

La intención de este trabajo no es ofrecer una cobertura exhaustiva ni de lo que es Internet ni de los recursos disponibles en la Red para el psicólogo con una orientación conductual. Lo primero sería más adecuado para otro tipo de audiencia y lo segundo, por amplio y cambiante, prácticamente inabarcable. Más bien se trata de ofrecer un panorama general de lo que nos puede ofrecer Internet e información sobre lo que puede ser un punto de referencia inicial para orientarse en este inmenso 'maremagnum' de información y servicios que es la 'Red de Redes'.

Comenzaremos por una breve introducción de lo que es y de las diferentes formas en las que puede hacerse uso de la Red, para pasar a exponer una serie de direcciones seleccionadas que pueden suponer un punto de partida para quienes quieran comenzar a navegar por las autopistas de la información y para que puedan tomar nuevos

rumbos aquellos quienes habiéndose iniciado ya en la navegación por Internet se encuentren un poco a la 'deriva' en la inmensidad de la red.

Introducción al mundo de Internet.

¿Qué es Internet? Hace cerca de 20 años surgió ARPAnet. Ésta era una red experimental del Departamento de Defensa estadounidense que tenía como finalidad ser resistente a la destrucción parcial o total de alguno de sus componentes. La filosofía de la red era que cada computadora se pudiera comunicar independientemente con cualquiera otra dentro de la red (Krol, 1994). Progresivamente este proyecto original fue evolucionando hasta lo que conocemos en la actualidad aunque sin perder su germen inicial de posibilidad de interconexión de todo tipo de ordenadores.

¿Cómo se puede acceder a ella?

Los elementos necesarios para introducirnos en la red son un ordenador potente, un modem, una línea telefónica, un proveedor de acceso y el software específico de conexión y de navegación por la Red (suele ser aportado por la empresa proveedora de acceso). El acceso a Internet en la actualidad resulta algo muy sencillo y barato¹. Las empresas proveedoras de acceso a Internet han proliferado en España de forma increíble en los últimos años. Y sólo se trata de encontrar aquella que nos resulte más ventajosa según los servicios que vamos buscando. Una descripción detallada de cómo establecer la conexión con la empresa proveedora de servicios, que incluye incluso la instalación del software de conexión, podemos encontrarla en J. Guim (1995).

¿Cómo se puede hacer uso de ella? Para poder hacer uso de lo que la red nos ofrece es necesario conocer de qué forma y cuáles son los medios por los que podemos introducirnos en ella.

La World Wide Web.- Este es el medio de acceder a Internet más popularizado en la actualidad. Utilizando programas específicos llamados 'navegadores' podemos visualizar desde nuestro ordenador 'páginas electrónicas' situadas en diferentes lugares del planeta. Estas páginas electrónicas se basan en la utilización del hipertexto y están elaboradas en formato *html* (*HyperText Markup language*). El hipertexto permite que al pulsar con el ratón sobre cierta parte del texto que aparece en la página electrónica (de otro color y subrayado) podamos saltar a otras páginas que pueden estar en el mismo ordenador al que hemos accedido o bien en otro situado a miles de kilómetros.

Para acceder por la red a los lugares donde están publicadas (llamados Web Sites) necesitamos conocer su dirección o URL (*Uniform Resource Locator*). La forma que toman estas direcciones es la siguiente: comienzan por 'http://' y a continuación, la dirección específica por ejemplo 'www.cop.es'. De forma que la dirección del Colegio Oficial de Psicólogos de España tiene un *Web Site* en Internet al que podemos acceder por medio de la dirección 'http://www.cop.es'. Los programas informáticos que funcionan bajo Windows 2 que podemos utilizar para ello son muchos pero los más utilizados son Netscape, NCSA Mosaic y Microsoft Internet².

El correo electrónico.- Para saber qué es el correo electrónico será de utilidad compararlo al correo postal, de esta forma podremos saber de qué se trata y las ventajas que tiene su utilización. El correo electrónico es mucho más rápido (mientras una carta puede tardar en llegar desde USA hasta España 15 días, en 5 minutos ya hemos recibido un mensaje de correo electrónico), es mucho más barato (por lo que cuesta un sello podemos enviar bastantes mensajes), tenemos un buzón que podemos mirar siempre que queramos y que se llena inmediatamente (no hay que esperar al reparto), y finalmente,

los mensajes no sólo son de texto sino que también pueden enviarse programas informáticos, fotos, sonidos, etcétera.

El correo electrónico, al igual que el postal, utiliza direcciones. Las direcciones de correo electrónico están compuestas por dos partes, un identificador de usuario y el dominio o nombre del servidor de correo. Veamos como ejemplo la dirección del autor ainteco@canaldinamic.es. El identificador es la palabra **ainteco** y el dominio, **canaldinamic.es**. Ambos, identificador y dominio, deben escribirse sin espacios, en minúsculas y unidos entre sí por el símbolo de la arroba '@'. Para enviar un mensaje al autor sería suficiente con escribir 'ainteco@canaldinamic.es' para que el mensaje en cuestión le llegara sin necesidad de saber nada más, ni ciudad ni domicilio,...

El software para acceder al correo electrónico puede ser o bien el propio navegador como **Netscape** o bien programas específicamente diseñados para esta tarea como son **Eudora Light** o **Pegasus Mail**. La ventaja de los dos últimos es que podemos tanto escribir como leer mensajes sin necesidad de estar conectados al servidor de Internet lo que abarata considerablemente el coste de su utilización al necesitar menos tiempo de conexión para su uso. Es lo que se conoce como correo off-line.

1. Recientemente, la Red de Colegios Profesionales (RECOL) ha comenzado a ofrecer a todos los colegiados acceso completo a Internet de forma gratuita mediante la red de Telefónica llamado Infovia (Esebbag, Martínez y Dato, 1996), por lo que el coste del acceso a Internet para un psicólogo colegiado se reduce a lo que cuesta una llamada local de teléfono Explorer.

2 En adelante, cuando se haga referencia a programas informáticos se estará haciendo referencia a los que funcionan bajo el entorno gráfico Windows 3.1 o el sistema operativo Windows'95 debido a ser los de un uso más extendido. Aunque mucho de los programas citados existen también para otros sistemas operativos

Las listas de distribución de correo electrónico.- A partir de la popularización del uso del correo electrónico se comenzaron a crear listas de correo donde los usuarios se podían inscribir para recibir y mandar correo sobre temas que fueran de su interés. El funcionamiento es el siguiente. La persona que está interesada en participar en una de estas listas envió un mensaje a la misma para darse de alta. A partir de este momento, cualquier mensaje que se envía a la lista le será enviado también a este usuario. De la misma forma, si él envía un mensaje a la lista, éste le llegará a todas las personas inscritas en la misma. De esta forma es posible intercambiar, solicitar y/o recibir información, realizar discusiones, etcétera. Para la utilización de las listas de distribución se utiliza el mismo **software** que para el correo electrónico.

Los foros de discusión o News-Groups.- Los foros de discusión tienen un funcionamiento y finalidad parecida a las listas de distribución de correo pero con la diferencia esencial de que los mensajes no son enviados al buzón del usuario sino que éste puede elegir aquellos que le interesen de los que aparecen listados en el servidor de **newsgroups**. Si no nos conectamos al servidor para revisar los mensajes al pasar un tiempo estos dejan de estar disponibles y son reemplazados por mensajes más actuales. Por lo demás, la participación se realiza por medio del correo electrónico igual que ocurría con las listas de distribución de correo.

Para acceder a estos servicios se puede utilizar el propio 'navegador' **Netscape** o bien programas especialmente diseñados para esta función (llamados 'lectores de **newsgroups**') como es el programa **Free Agent News** que es un programa de 'libre distribución', es decir, gratuito (y que está disponible en Internet como el resto de los citados y los que se van a citar).

La transmisión de ficheros o

FTP ('Fila Transfer Procol').- Al igual que a la información expuesta en páginas de **webs**, también es posible acceder a miles de ficheros de programas informáticos. Estos ficheros aparecen a la disposición de los usuarios en los llamados **servidores de FTP**. Se trata de cientos de ordenadores, por lo general de universidades y compañías de informática, situados en distintas zonas del planeta a los que nos podemos conectar, con programas diseñados para ello, y traernos hasta nuestro ordenador aquellos programas informáticos que deseemos. Por lo general, se suele tratar de muestras de programas con una fecha límite de prueba (a partir de la misma deja de funcionar) o de programas que no tienen todas sus funciones activadas sino sólo algunas de ellas a modo de muestra pero también programas de 'libre distribución'. Algunos de los programas para la transmisión de ficheros son **Netscape, Wftp, CuteFTP**, entre otros.

El acceso remoto a terminales o Telnet.- El acceso remoto a otros ordenadores de la red o Telnet consiste en conectarse por medio de la red a otros ordenadores (también llamados **terminales o 'hosts'**) especialmente preparados para ello de forma que podemos utilizarlo como si fuera el nuestro propio. El uso más habitual de este sistema es el de la consulta de bancos de datos como puede ser el fondo bibliográfico de la Universidad de Alicante.

Las conversaciones en vivo o IRC (**Internet Relay Chat**).- Existe la posibilidad de realizar conversaciones en tiempo real con otros usuarios de la red mediante servidores y programas especiales para ello. Las conversaciones se realizan mediante el teclado del ordenador y pueden ser entre dos o más personas al mismo tiempo (a elegir por los usuarios). Para ello debemos utilizar programas tales como **wIRC** o **mIRC** para conectarnos a un servidor específico de IRC, a partir de ese momento tendremos a nuestra disposición un listado de 'canales' en los que se están

llevando a cabo conversaciones y a los que podremos sumarnos para participar en ellas.

Estos son los servicios más importantes que pueden realizarse a través de Internet, sin embargo, aún existen otros como **Gopher, WAIS, SHOIS, Finger, Verónica**, y algunos otros cuya presentación aquí rebasa nuestro propósito. No obstante, puede obtenerse una información más detallada y extensa tanto de los servicios presentados como de los que no en SÁNCHEZ-CRESPO (1995), GILSTER (1995), LAQUEY y RYER (1995), GUIM (1995), MARTÍNEZ-ALMEIDA y ALCÁNTARA (1995), KROL (1994), Sáez y Vázquez (1995) y en el número 80 de PC Magazine (1995).

Una guía de navegación por el ciberespacio para el Psicólogo Conductual

Una vez alcanzado este punto estamos en disposición de ponernos manos a la obra para sacarle partido a internet navegando por el ciberespacio. Para ello se ofrece a continuación una guía de ayuda.

Las publicaciones electrónicas en la Red.

En este apartado nos vamos a detener algo más que en el resto puesto que las publicaciones electrónicas son una de las mayores ventajas que ha traído, y seguirá trayendo, la red Internet para la diseminación del conocimiento científico y en especial de la psicología por todos los países (al menos entre los que disponen de servidores de Internet). Tal y como se plantea en una de las publicaciones electrónicas disponibles actualmente en Internet, en un futuro no muy lejano las publicaciones en papel van a ir dejando paso a otro tipo de publicaciones cuyas ventajas más importantes serán las de (1) la rápida publicación de los artículos, (2) difusión inmediata del contenido de las publicaciones, (3) bajo coste de su utilización. No será necesario tener que

abonar cantidad alguna por acceder a sus contenidos íntegros. (4) Posibilidad de interactividad. Los lectores podrán ofrecer respuestas inmediatas a los contenidos de las publicaciones que a su vez pueden ser editadas casi inmediatamente junto al artículo original. Igualmente, es posible replicar directamente al autor del artículo. (5) Capacidad multimedia. Las publicaciones electrónicas ofrecen la posibilidad de mostrar información a sus lectores no sólo por medio de texto y fotos sino que además ofrece (u ofrecerá en un corto espacio de tiempo) la posibilidad de completar el texto y las fotos con imagen y sonido, lo que ofrece unas inimaginables posibilidades al psicólogo conductual.

En Internet, las publicaciones electrónicas sobre psicología pueden encontrarse en dos modalidades de edición diferentes: en los **web sites** y vía correo electrónico. La primera modalidad de edición de las publicaciones electrónicas se sirve para su difusión de los **web sites**. De forma que quien desea leer alguno de los artículos publicados sólo tiene que poner rumbo al servidor correspondiente con su navegador. Un ejemplo de este tipo de edición elec-

trónica es la revista *Journal of Behavior Analysis and Therapy* (jBAT).

La revista electrónica *Journal of Behavior Analysis and Therapy* (jBAT) está editada por la *Society for Behavior Analysis and Therapy* (SBAT) y editada por el Dr. Joseph J. Plaud de la Universidad de Dakota del Norte. Su consejo de redacción está constituido tanto por Analistas de Conducta como por Terapeutas Conductuales. Esta publicación electrónica trata de conseguir los anteriores objetivos aunque su aparición en septiembre de 1996 no ha hecho posible aun conseguir buena parte de ellos.

Las secciones en las que jBAT está dividida son la revisión de materiales de otras revistas relacionadas con el análisis y terapia conductuales, cuestiones teóricas y filosóficas sobre el Análisis Conductual, el Análisis Experimental del Comportamiento, el Análisis Conductual Aplicado y la Terapia de Conducta, farmacología conductual, manejo de la Conducta Organizacional y aspectos educativos y comunitarios.

La segunda de las modalidades de edición de este tipo de publicaciones se sirve del correo electrónico para su

difusión. La revista *PsychNews International* (PNI) nos puede servir muy bien de ejemplo.

Parafraseando el mensaje de bienvenida de la revista diremos que *PsychNews International* es una publicación interdisciplinaria dirigida a profesionales, estudiantes y todos aquellos interesados en el área de la 'salud mental'. Esta revista contiene artículos sobre temas actuales relevantes dentro de la 'salud mental', informaciones procedentes de los grupos de discusión relevantes en Internet, así como artículos de investigación y teóricos. Además, es posible encontrar en esta publicación información sobre nuevos recursos que aparecen en Internet, conferencias, empleo y anuncios.

Esta publicación se diferencia de la anteriormente presentada en que podemos recibirla mensualmente en nuestro buzón de correo electrónico sin necesidad de navegar por la red para encontrarla, aunque existen copias en diversos lugares de ésta (ver tabla 1). Para poder recibirla debemos enviar un mensaje de suscripción (que es gratuita) a la dirección de correo electrónico listserv@listserv.nodak.edu. Inmediatamente recibiremos un mensaje de

Tabla nº 1: Las publicaciones en Internet.

NOMBRE	DIRECCIÓN (URL)
Anales de Psicología	http://www.um.es/~facpsi/public/anales.htm
Behavior Therapy	http://www.fmhi.usf.edu/btherapy/bt.html
jBAT	http://sage.und.nodak.edu/org/jBAT/jbatinfo.html
Journal of the Experimental Analysis of Behavior Analysis (JEAB)	http://www.envmed.rochester.edu/wwwrap/behavior/jeab/jeabhome.htm
Journal of Behavioral & Brain Sciences	http://louis.ecs.soton.ac.uk/~harnad/index.html
Journal of Applied Behavior Analysis (JABA)	http://www.envmed.rochester.edu/wwwrap/behavior/jaba/jabhome.htm
Psithema	http://www.uniovi.es/UniOvi/Apartados/Centro/Psicologia/psithema
Psyche: an interdisciplinari journal	http://hurl.open.ac.uk/psyche.html
PsychoNews International	http://www.mhnet.org/pni
Psychology	http://info.cern.ch/hypertext/DataSources/bySubject/Psychology/Psychology.html
Revista Electronica de Metodologia Aplicada (REMA)	http://www3.uniovi.es/user_html/herrero/REMA
The GlobalPsych Bulletin (GPB)	http://rdz.stjohns.edu/index.html

confirmación de que estamos suscritos además de un saludo de bienvenida.

Otras publicaciones electrónicas sobre Psicología que están disponibles en la red y las direcciones donde poder encontrarlas dentro del ciberespacio aparecen en la tabla número 1.

Finalmente, en el terreno de las publicaciones hay que reseñar que algunas revistas que aparecen publicadas en papel también tienen su lugar en Internet. Algunas de ellas aparecen listadas en la tabla 1. Las que más han apostado por la red de redes han sido el *Journal of Applied Behavior Analysis* (JABA) y el *Journal of the Experimental Analysis of Behavior* (JEAB). Ambas además de una descripción de la publicación e información de números anteriores, en lo que coinciden con las demás, ofrecen algunos de sus artículos en versiones electrónicas y lo que es más importante, un sistema de búsqueda muy avanzado en todo su fondo editorial. Realmente merece la pena visitar estos lugares

Las páginas personales

Debido al fenómeno del incremento de la accesibilidad de cualquier persona a Internet y de las facilidades ofreci-

das por los servidores de acceso a Internet, están comenzando a aparecer multitud de páginas personales dentro del WWW. De igual forma, multitud de psicólogos conductuales están comenzando a tener este tipo de páginas. En ellas presentan, a quienes quieran acceder a ellas, información sobre aspectos profesionales y biográficos de esa persona. Además ofrecen interesantes conexiones con otros puntos de información seleccionados por ellos mismos donde podemos encontrar programas informáticos y variada información que nos pueda interesar. Igualmente, sería recomendable visitar la página personal del autor (que será publicada en los meses próximos y cuya dirección puede verse en la tabla 'Páginas Personales en internet') para obtener actualización de mucha de la información que aparece en este artículo.

La página personal de Paul K Brandon, profesor del Departamento de Psicología de la Mankato State University (USA), puede ser descriptiva de lo que son éstas. No obstante, lo más recomendable es visitar todas las propuestas porque cada una de ellas aporta información distinta de las otras y, lo que es más importante en Internet, in-

formación y acceso a otros recursos que puede que nos interesen.

Paul Brandon posee una página personal que utiliza como medio para facilitar materiales a sus alumnos, una opción para que quienes la visiten le puedan dejar un mensaje (esta opción no falta en ninguna de las páginas personales) una copia del boletín de la *Midwestern Association Analysis and Therapy* (Asociación del Medioeste para el Análisis y Terapia de Conducta), un documento muy interesante para conocer lo que Internet ofrece llamado *NetSurfing for Behaviorists* (Surfing en la red para conductistas), una conexión con el departamento de psicología de su universidad y una descripción de la lista de distribución que él modera.

Los servicios ON LINE

Los servicios 'On line' están comenzando a aparecer recientemente en la red. Son servicios que ofrecen empresas o particulares a través de la red y que pueden ser de distinto tipo. Por lo general ofrecen información sobre diferentes temas dependiendo del servicio *on-line* de que se trate. La compañía 'BhaviorCo Online Behavioral Consulting' es un magnífico ejemplo de lo que este tipo de servicios aporta a la red, además de las posibilidades que ésta ofrece.

La 'BhaviorCo Online Behavioral Consulting' ofrece a través de su **Web Site**, llamado 'BhaviorCo Home Office', diferentes e interesantes servicios. Utilizan su programa de cambio conductual llamado 'Online Lifestyle Modification' para el manejo conductual a través de Internet de conductas basadas en el 'autocontrol' tales como tabaquismo y ejercicio, entre otras. Según describe la propia empresa 'nuestros procedimientos utilizan estrategias conductuales educativas basadas en los datos para ayudar a los clientes a diseñarse su propia y única intervención efectiva para alcanzar el cambio conductual centrado en el cliente en áreas relacionadas con la salud'.

Tabla nº 2: Páginas Personales en Internet

NOMBRE	DIRECCIÓN (URL)
Dan Opdyke	http://members.gnn.com/opdyke/opdyke.html
David W. Eby	http://www-personal.umich.edu/~eby/eby.htm
Dennis Fox	http://www.uis.edu/~fox/ssuhome.html
Ira Pasternack	http://www.sensenet.com/ci/
Joseph J. Plaud	http://sage.und.nodak.edu/org/jBAT/
K. Wildman	http://www.onu.edu/~kwildman
Kale M. Kritch	http://www.coedu.usf.edu/~kritch/kritch.html
Karen Pryor	http://karenpryor.com
Manuel Garcia Silvente	http://www.canaldinamic.es/users/ainteco/welcome.htm
Paul k. Brandon	http://vax1.mankato.msus.edu/~pkbrandon/welcome.html
Robert J. Bischoff	http://www.shrinktank.com
Tom Donaldson	http://homepage.interramp.com/pp002882/
William S. Verplanck	http://finnelweb.utec.utk.edu/~wverplanck
William Dube	http://www.bbp.com/edpsych.html

Tabla nº 3: Los servicios 'On Line'

NOMBRE	DIRECCIÓN (URL)
Behavior On Line	http://www.behavior.net/
BhaviorCo Home Office	http://www.bhavior.com
Class Homepage of Psychology	http://blue.temple.edu/~orgpsych
InterPsych	http://www.med.umich.edu/psychiatry/interpsych.html
On Line Psychological Services	http://www.onlinepsych.com/home.html
The Radical Psychology Network	http://uts.cc.utexas.edu/~neilands/radpsy/
The Continous Learning Group Inc. (CLG)	http://www.clg-online.com
Therapy Online	http://www.deepcove.com/therapy/

Asociaciones, sociedades, fundaciones y departamentos.

Hoy en día podemos encontrar en la Red prácticamente a cualquier entidad o institución desde asociaciones hasta cualquier otra. No sólo empresas y departamentos universitarios. Este es un hecho indicativo del desarrollo que está teniendo Internet. Casi podemos llegar a decir que si no 'está en la red' no existe. De esta forma intentan difundir su existencia al mayor número de gente posible (virtualmente a cualquier parte del mundo). (Ver tabla nº 4).

Todas estas organizaciones pretenden darse a conocer a todo el mundo por medio de Internet. En consecuencia, lo que muestran en sus páginas **web** son descripciones de su finalidad, de los servicios que ofrecen, de otros recursos relacionados con ellos en la red, etc. Una completa exposición del **web site del Servicio de Psicología Aplicada** de la Universidad Autónoma de Madrid puede encontrarse en Cubo (1996).

Las listas de distribución de correo electrónico

Este es otro de los valiosísimos recursos de que dispone el terapeuta de conducta en Internet. Su utilización permite el intercambio multidireccional con otros profesionales que pue-

den tener las mismas inquietudes que nosotros. Merece la pena aprovechar esta posibilidad.

A continuación se van a comentar algunas de las listas de distribución. Una mayor información sobre éstas y otras que nos puedan interesar puede obtenerse enviando un mensaje con el comando 'INFO nombre-lista' (por ejemplo, 'INFO behav-an', de esta forma obtendremos información sobre Behavior Analysis Net).

Lista SMAC.- Ésta es la única lista de psicología conductual en español. La lista está mantenida por la Sociedad Mexicana de Análisis de la Conducta. Los temas que se tratan en ella están relacionados con el Análisis de la Conducta especialmente desde el punto de vista del interconductismo.

afective-disorders (*)- Discusión sobre el tema de los desordenes afectivos. Está pertenece a la organización **InterPsych**.

anxiety-depression-yout (*)- Centrada específicamente en la depresión y ansiedad entre niños y adolescentes.
anxiety-disorders (*)- Se abordan las fobias, los desórdenes obsesivo-compulsivos, los ataques de pánico y la agorafobia.

assessment-psychometrics.- Temas sobre el uso y evaluación de las pruebas psicométricas incluyendo la discusión de instrumentos.

Behavior Analysis Net.- Esta lista está dirigida a aquellas personas interesadas en discutir fundamentalmente asuntos profesionales, aspectos clínicos y teóricos relacionados con el análisis de la conducta. Se trata de una lista muy activa y con una suscripción aproximada de 700 profesionales.

Behavior Analysis List.- Esta lista tiene como finalidad el servir como medio de discusión para aquellas personas interesadas en el campo del Análisis de la Conducta. En esta lista existen aproximadamente unos 200 suscriptores. El propietario de la lista es el profesor Paul K. Brandon (ver apartado 'las páginas personales').

Clinical Psychology Net (Asociación Americana de Psicología) (*)- Dirigida especialmente para los miembros de la División 12 de la A.P.A. (Psicología Clínica) para diseminar y compartir ideas relativas a la psicología clínica desde un punto de vista científico y práctico. Tiene más de 400 suscriptores.

helplessness-1 - Está moderada por Martin Seligman. Los intereses se centran en la 'Indefensión Aprendida y los estilos atribucionales'.

hiv-aids-psycho-social (*)- Centrada en las respuestas psicológicas y conductuales a la infección y la enfermedad, las intervenciones para el manejo de los estresores relacionados con la enfermedad y la relación de apoyo social, distress psicológico y el **coping**.

InterPsych Clinical Psychologists (*)- Se trata de una lista abierta sobre psicología clínica y su finalidad es la de ser un foro internacional para la difusión de los datos y la información relevante para la ciencia y la práctica de la psicología clínica alrededor del mundo. Está moderada por el profesor de la Universidad de Dakota del Norte, Joseph J. Plaud. La componen aproximadamente unos 700 miembros.

managed-behavioral-healthcare.- Incluye temas sobre el cuidado de la salud, las mejores prácticas clínicas, resultados de las investigaciones y sobre informática aplicada a este tema.

Tabla nº 4: Asociaciones, Sociedades, fundaciones y departamentos

NOMBRE	DIRECCIÓN (URL)
Metodología de las CC del Comportamiento Univ. de Barcelona	http://www.nb.es/comporta/comporta.htm#DdepartamentodeMetodologiaadelasCCdelComportamientoUB
Metodología de las Ciencias del Comportamiento (Univ. Murcia)	http://www.un.es/~psibm/metodo.htm
Metodología de las CC del Comportamiento de la Universidad de Oviedo	http://www.uniovi.es/~Psi/Dpto_Psicologia/metodos/
Psicología Aplicada. (UCM)	http://www.ucm.es/OTROS/psypap/index.html
Psicología de la Universidad de las Islas Baleares	http://www.uib.es/depart/dpsweb/indice.html
Servicio de Psicología Aplicada. (UAM)	http://www.uam.es/Facultades/Psicologia/spa/paginas/spahome.html
American Psychology Society (A.P.S.)	http://www.hanover.edu:80/psych/APS/aps.html
American Psychology Association (A.P.A.)	http://www.apa.org:80/
Asociación Española de Metodología de las CC del Comportamiento (AEMCCO)	http://www.nb.es/comporta/acemco.htm
Association for the Advancement of Behavior Therapy (AABT)	http://www.fmhi.usf.edu/btherapy/bt.html
Colegio Oficial de Psicólogos de España	http://www.cop.es
Experimental Analysis of Human Behavior (EAHB)	http://www.duc.aurum.edu/~critets/critchfield/EAHBSIG/EAHB.html
Florida Association for Behavior Analysis	http://www.psy.fsu.edu/~FABA/index.htm
Fundación B.F. Skinner	http://www.lafayette.edu/allanr/skinner.html
Midwestern Association for Behavior Analysis and Therapy (MABAT)	http://vax1.mankato.msus.edu/~pkbrandon/psych.html
National Association of Cognitive-Behavioral Therapists	http://www.nacbt.org
Society of Behavioral Medicine	http://psychweb.syr.edu/sbm/sbm.html
The SouthEastern Association for Behavior Analysis (SEABA)	http://www.duc.aurum.edu/~critets/critchfield/seaba/seaba.html
The Society for Quantitative Analysis of Behavior (SQAB)	http://www.jsu.edu/psychology/sqad.html
The International Behaviorology Association (TIBA)	http://www.lafayette.edu/allanr/behavior.html
The International Behaviorology Association (TIBA)	http://www.lafayette.edu/allanr/behavior.html

personality-disorders(*).- Se abordan todo tipo de alteraciones. Se discute el tema de diagnóstico dual y diferencial. El moderador es Thomas E. Will, psicólogo clínico.

Psychology-Developmental Disabilities.- Tiene aproximadamente 300 suscriptores. No está dirigida directamente a tópicos que tengan relación directa con la Terapia de Conducta pero puede

resultar de interés para alguno de los lectores por su cercanía a ésta. Se abordan temas relacionados con la discapacidad física y psíquica.

traumatic-stress.- Se dedica a promover la investigación, evaluación y tratamiento de las consecuencias psicossociales, fisiológicas y existenciales de los eventos altamente estresantes. El moderador es Charles Figley, profesor y

director del programa de investigación del estrés psicossocial de la Universidad del Estado de Florida, USA.

Las listas que aparecen seguidas de (*) requieren la verificación del usuario. Debido a que estos foros están limitados a profesionales de la 'salud mental' y de las ciencias de la conducta es necesario solicitar la identificación previa a la participación en ellos. Una vez que un usuario es verificado es incluido en la base de datos de *InterPsych* y ya no es necesario que repita este proceso para suscribirse a otra lista moderada por esta organización.

Los foros de discusión o NewsGroups

Como ya se ha comentado en este artículo, en Internet existen una serie de lugares donde puede participarse en discusiones sobre temas que nos interesen. Cada *newsgroup* que es el nombre que dijimos que se le daba a estos foros de discusión, tiene una finalidad y un contenido específico. A continuación se van a presentar algunos de los que pueden serle de interés a un psicólogo conductual, aunque la mejor forma de saber si son o no de nuestro interés será mirando qué temas son los que se discuten y de qué forma son enfocados por los participantes.

alt.education.disabled. Este foro alternativo (ese es el significado de la abreviatura *alt* que aparece al principio) trata temas sobre la educación de personas con discapacidad psíquica y/o física.

sci.bio.ethology. Este foro científico (reconocido por la abreviatura *sci* que aparece al principio de su nombre) trata temas relacionados con la conducta animal y la ecología conductual.

sci.psychology. En este newsgroup se tratan temas generales relacionados con la psicología.

Tabla nº 5: Listas de Distribución de Correo Electrónico

NOMBRE	DIRECCIÓN COMANDOS	DIRECCIÓN MENSAJES
afectivo-disorders*	listserv@netcom.com	
anxiety-depression-youth	listserv@netcom.com	
anxiety-disorders*	listserv@netcom.com	
assessment-psychometrics	listserv@netcom.com	
Behavior Analysis Net (Behav-An)	listserv@listserv.nodak.edu	behav-an@listserv.nodak.edu
BehaviorAnalysis List	BehaviorAnalysis-request@Mankato.msus.edu	BehaviorAnalysis@Mankato.msus.edu
Clinical Psychology Net of the American Psychological Association (Div12)	listserv@listserv.nodak.edu	div12@listserv.nodak.edu
helplessness-1	listserv@netcom.com	
hiv-aids-psycho-social*	listserv@netcom.com	
InterPsych Clinical Psychologists Net (CliniPsy)*	listserv@listserv.nodak.edu	clinical-psychologists@listserv.nodak.edu
Lista SMAC	listserv@askar.staff.udg.mx	smac@askar.staff.udg.mx
managed-behavioral-healthcare	listserv@netcom.com	
personality-disorders*	listserv@netcom.com	
Psychology-Developmental Disabilities Net (Psych-DD)	listserv@listserv.nodak.edu	psych-dd@listserv.nodak.edu
traumatic-stress	listserv@netcom.com	

NOTA: Las listas cuyo nombre aparece seguido de un asterisco necesitan verificación previa a la suscripción.

sci.psychology.research. Ésta es una discusión profesional de temas relacionados con la psicología.

Servidores de Archivos Informáticos

La *Association for Behavior Analysis* (ABA) posee un servidor de archivos informáticos en la Universidad de Wisconsin (Milwaukee, USA). La información que aquí puede encontrarse es muy variada (artículos, información sobre diferentes recursos disponibles en Internet, programas de ordenador,...). La descripción del contenido de este servidor de forma general puede verse en la tabla correspondiente.

Para acceder a este servicio puede hacerse a partir de la página de la Universidad de Michigan del Oeste [ftp://www.uwm.edu/Dept/Psychology/], una vez conectados al servidor hay que seguir la ruta siguiente de subdirectorios hasta encontrar el subdirectorio Behavior Analysis que es el que nos interesa: University of Wisconsin-Milwaukee (academic)/ UWM Information/Psychology/. Si accedemos

mediante alguno de los programas diseñador para la transferencia de ficheros deberemos indicarle que se conecte a *alpha.csd.uwm.edu* [ftp://alpha.csd.uwm.edu/pub/psychology/BehaviorAnalysis] accediendo directamente al contenido que puede verse en la figura 1.

Si se desea obtener una mayor información sobre los contenidos o sobre el propio servicio puede solicitarse mediante correo electrónico a la dirección Behavioranalysis@csd.uwm.edu.

(Ver figura 1).

Software para Psicología disponible en la Red

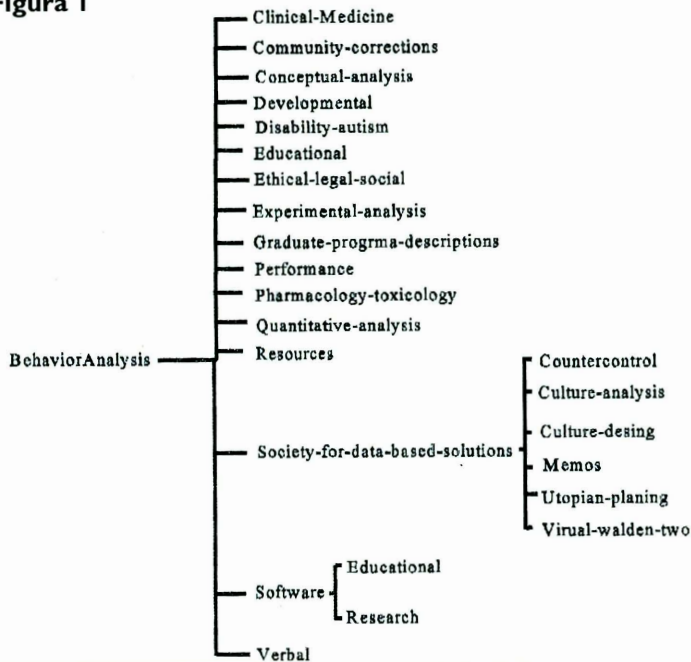
En toda la red existen muchos lugares que disponen de programas informáticos que pueden resultar de utilidad para el psicólogo conductual, sin embargo, aquí se van a presentar únicamente algunos de los que se pueden dar algunos datos. Para poder acceder a otros puede consultarse la tabla 'Software para Psicología en Internet' (ver Tabla) así como la sección de páginas

personales, puesto que en algunas de ellas aparecen o bien el acceso directo a programas informáticos o bien 'hiperlinks' a servidores donde se puede conseguir éste.

SIMSTAT para Windows: Según la descripción del creador del programa, se trata de un programa estadístico que ofrece un amplio abanico de análisis estadísticos así como algunas características que lo hacen valioso para cubrir aspectos educativos: capacidad multimedia, posibilidad de utilizar ficheros de comandos con instrucciones para crear enseñanza asistida por ordenador; reorganización de las muestras que aporta..... Se puede obtener una copia en <http://ourworld.compuserve.com/homepages/simstat/>.

ABBY para Windows: Se trata de un programa informático diseñado por psicólogos conductuales para simplificar al profesional la tarea del registro, la elaboración de informes y la graficación de datos conductuales y de otro tipo relacionado con el trabajo en la

Figura 1



clínica. La dirección donde podemos conseguir este programa es <http://www.compumart.ab.es/jhealth>. Hay que advertir de que es bastante extenso (5 disquetes de 1'44Mb).

POLAR: Este programa permite realizar registros del ciclo menstrual, alimentación, consumo de cafeína, nicotina; problemas de sueño, etc. Podemos conseguirlo a partir de la página web del autor en <http://members.aol.com/broknbear/polar.htm>.

Estos son sólo algunos de los programas informáticos específicos para psicólogos conductuales que pueden encontrarse en el ciberespacio. Otros programas pueden conseguirse también a partir del **Directorio CTI de software de psicología y del GlobalPsych Software Repository**, cuyas direcciones en Internet o URL's son <http://ctipsych.york.ac.uk/CTI/Directory.html> para el primero, y <http://www.shef.ac.uk/unil/projects/gpp/gsr.html>, para el segundo.

Las conversaciones en tiempo real mediante IRC

Dentro de los servicios que más auge están teniendo últimamente en la red tenemos las conversaciones en tiempo real mediante IRC. Aunque como prácticamente en el resto de medios el idioma predominante es el inglés, si se tiene un nivel que al menos permita la comprensión lectora del mismo se podrá seguir al menos alguno de los foros existentes en la red.

PsyComNet Conferencing Service.- Este es un servicio de la red **InterPsych** que consiste en la programación de una serie de conferencias en Internet por medio de IRC para los suscriptores a **InterPsych**. Cada jueves se realiza un encuentro informal entre profesionales de la 'salud mental', y una o dos veces a la semana se realizan conferencias más formales. Para recabar mayor información acerca de este servicio es necesario dirigirse a Ivan Goldberg (psydoc@netcom.com).

Walden Two Meeting.- Para aquellos psicólogos que tengan especial interés

o curiosidad sobre el Análisis Experimental y Aplicado del Comportamiento, existe la posibilidad de participar en este foro en tiempo real. En él se habla sobre diferentes temas que tienen que ver con el Análisis Conductual y para acceder a él es necesario conectarse mediante IRC al servidor us.undernet.org u otro más cercano como oxford.uk.eu.undernet.org por el puerto 6667.

La consulta de bases de datos y la búsqueda de información

Distribuidos por la red mundial existen diferentes servicios que nos permiten realizar diferentes tipos de consultas y búsquedas de información que nos sea necesaria y que no sepamos donde encontrarla. Los sistemas **gopher**, **archie**, **WAIS**, **WHOIS**, ... tienen esta finalidad. Con cada uno de ellos podemos tener acceso a diferentes fuentes y tipos de información. Aquí se van a presentar dos modalidades de búsqueda de información que se sirven de dos recursos que ya han sido presentados en la primera parte de este artículo: **Telnet** y **WWW**.

La consulta de bases de datos. Se trata de acceder a servicios públicos como pueden ser bibliotecas de universidades o privados, como es el caso de la base de datos CARL. Hay que advertir que el acceso a los centros públicos suele ser gratuito mientras que para el segundo hay que realizar algún desembolso previo en la mayor parte de los casos.

Dado que dedicarnos a presentar todos los sistemas de consulta no tiene que ver con el cometido de este artículo, remitimos al lector a la bibliografía recomendada y pasamos a exponer un ejemplo. La base de datos CARL está diseñada para la búsqueda de información en artículos de revistas. Existe la posibilidad de realizar consultas por el título de la revista, por una palabra clave o por el autor. Una vez que se ha encontrado lo que se buscaba, CARL

Tabla nº 6: Buscadores de documentos html en Internet

NOMBRE	DIRECCIÓN (URL)
DejaNews	http://www.dejanews.com
Alta Vista	http://altavista.digital.com
EINet	http://galaxy.einet.net/
Fantástico!	http://www.fantastico.com
InfoSeek	http://www2.infoseek.com/
Internet access made easy	http://alpha.acast.nova.edu/start.html
Lycos	http://lycos.cs.cmu.edu/
Olé!	http://www.ole.es
OpenText	http://www.opentext.com
Ozú!	http://www.ozu.es
WebCrawler	http://www.webcrawler.com/
Who Where?	http://www.whowhere.com
Yahoo	http://www.yahoo.com

tiene un servicio desde el que se pueden solicitar los artículos de interés previo pago de su coste. Para acceder a este servicio debe utilizarse el sistema *Telnet* tecleando la dirección *database.carl.org*.

Los motores de búsqueda. Por medio del *World Wide Web* podemos localizar información mediante unos sistemas de búsqueda ofrecidos por diferentes empresas y entidades tales como departamentos universitarios. Una lista de los más usuales aparecen en la tabla 6. Estos buscadores sólo realizan búsquedas de documentos html, es decir, de páginas *web*.

Estos motores de búsqueda poseen un interfaz diseñado para introducir las palabras e incluso frases por las que queremos buscar. Si queremos realizar una búsqueda para saber qué información existe en los documentos html sobre, por ejemplo depresión, solo hay que escribir en el recuadro correspondiente y pulsar el botón de búsqueda. Si realizamos la búsqueda en inglés debemos teclear en ese idioma y en los buscadores en este idioma (*WebCrawler, Yahoo, Lycos,...*). Por el contrario, si queremos realizar la búsqueda en español, deberemos dirigirnos a los buscadores en español como *Olé!, Ozú!* y *Fantástico!*

Una descripción más amplia sobre lo

que son estos sistemas de búsqueda y de cómo funcionan puede encontrarse en Egea (1996) y Tejón (1996).

A modo de conclusión.

En esta primera guía de navegación lógicamente no se ha cubierto todo el abanico de recursos que podrían ser de utilidad para el psicólogo conductual. Un ejemplo de lo que podría ser el abordaje futuro de este tema sería recabar información disponible en la red sobre las diferentes alteraciones conductuales. En la actualidad este tipo de informaciones van aflorando con cierta frecuencia pero no todo lo que hay se ajusta a una visión científica de la psicopatología.

Una limitación inherente al presente trabajo es que en cierta medida ya resulta algo antiguo desde el mismo momento de ser publicado. Muchos de los lugares que se han citado habrán modificado parte de sus contenidos y estructura, otros nuevos lugares con información relevante habrán aparecido, e incluso es posible que cuando alguno de los lectores intente acceder a algunas de las direcciones que aquí se presentan (sobre todo si ha pasado algún tiempo) se encontrará con un mensaje del CERN informándole de un error en la conexión ocasionado porque esa

dirección ha cambiado. En otras ocasiones, con algo de suerte, puede que nos muestren un mensaje con la nueva dirección. Así es este cambiante mundo de las telecomunicaciones y así hay que aceptarlo. La única forma de solventar este problema es tratar en la medida de lo posible de apropiarse de lo bueno que nos pueda aportar. Esta es nuestra apuesta.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- CUBO, S. (1996). Recursos psicológicos en internet. *Papeles del Psicólogo*, 64, 66-73.
- EGEA, A. (1996). ¿Quién sabe dónde?. *Netmani@*, 60-66.
- GILSTER, P. (1995). *El navegante de Internet*. Anaya Multimedia. Madrid.
- GUIM, J. (1995). *Internet para todos*. Servicom. Barcelona.
- KROL, E. (1994). *Conéctate al mundo de Internet*. McGraw-Hill. México.
- LAQUEY, T.L. y RYER, J. (1995). *Qué es Internet*. Addison-Wesley Iberoamericana. Argentina.
- MARTÍNEZ-ALMEIDA, P. Y ALCÁNTARA, P. (1995). *Internáutica. Una guía de viajes para Internet en la era de la comunicación global*. Cronopolis Ediciones. Madrid.
- SAÉZ, F. y VÁZQUEZ, S. (1995). Conozca los secretos de Internet. Un universo de servicios. *PC Actual*, 62, 108-111.
- SANCHEZ-CRESPO, D. (1995). *Internet. Curso de iniciación*. InforBock's Ediciones. Madrid.
- TEJÓN, T. (1996). Las búsquedas en Internet. *Servicom Magazine*, 7, 57-60.
- PC MAGAZINE nº 80 (1995). La conexión a Internet. *Bienvenido al infoespacio*. pp. 183-206.
- ESEBBAG, C.; MARTÍNEZ, J. y DATO, J. (1996). *Infovía. La nueva vía de acceso a las autopistas de la información*. Anaya Multimedia. Madrid.