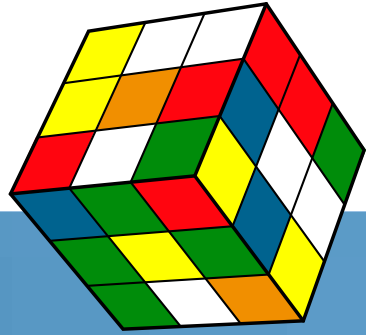
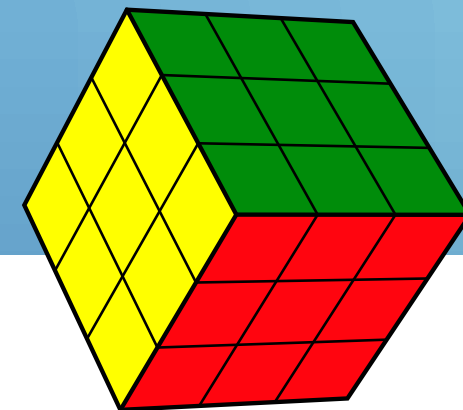
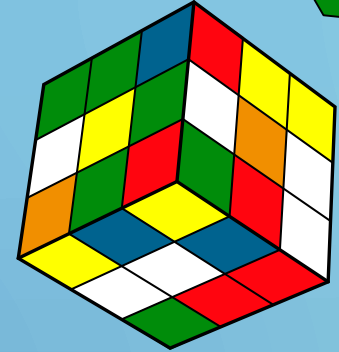
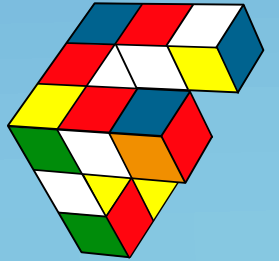


# Alumnado desafiante y negativista:



## Guía para docentes

Esther Trepal  
Lourdes Ezpeleta  
Núria de la Osa



Alumnado desafiante y negativista: Guía para docentes

UAB

**UAB**  
Universitat Autònoma  
de Barcelona

# **Alumnado desafiante y negativista:** Guía para docentes

**Esther Trepal  
Lourdes Ezpeleta  
Núria de la Osa**

**Título:** *Alumnado desafiante y negativista: Guía para docentes*

**Edita:** Unitat d'Epidemiologia i de Diagnòstic en Psicopatologia del Desenvolupament. Departament de Psicologia Clínica i de la Salut, Universitat Autònoma de Barcelona.

**Autoría:** Esther Trepal, Lourdes Ezpeleta y Núria de la Osa.

**Barcelona, Febrero de 2023.**



<http://www.institutpsicologia.cat>

**UAB** Universitat Autònoma de Barcelona

<http://www.ued.uab.es/>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons "Reconocimiento-NoComercial- Sin Obra Derivada 4.0 Internacional". Se permite la reproducción, distribución y comunicación siempre que se cite al autor y no se use con fines comerciales. Si se transforma el material o se reconstruye sobre él no se puede distribuir el material modificado. Puede consultar la licencia completa en [Creative Commons — Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International — CC BY-NC-ND 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

## Informe de difusión de los proyectos I+D financiados por el Ministerio de Ciencia e innovación, Ministerio de Economía y Competitividad, y Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades.



PSI2009-07542 Factores psicológicos de vulnerabilidad a la psicopatología: Estudio longitudinal de una cohorte de preescolares.



PSI2012-32695 Factores de vulnerabilidad a la psicopatología: Estudio longitudinal de una cohorte de preescolares. Seguimiento de los 6 a los 8 años.



PSI2015-63965 Factores de vulnerabilidad a la psicopatología: Estudio longitudinal de una cohorte de preescolares. Seguimiento de los 9 a los 11 años.



PGC2018-095239-B-I00 Factores de vulnerabilidad a la psicopatología: Estudio longitudinal de una cohorte de preescolares. Transición a la adolescencia de los 12 a los 15 años.

## Igualdad de género

En coherencia con el valor asumido de la igualdad de género, todas las denominaciones que en este documento hacen referencia a cualquier colectivo o persona y se efectúan en género masculino, cuando no se hayan sustituido por otros términos específicos, se entienden hechas indistintamente en género femenino o masculino, según el género de la persona a la que se refiera el texto. En este sentido, el término "niños", se refiere a niñas y niños, "padres" a madres y padres, "profesores" a profesoras y profesores.

# Presentación

Esta guía forma parte de las actividades de difusión sobre la investigación realizada a la Unidad de Epidemiología y de Diagnóstico en Psicopatología del Desarrollo de la Universidad Autónoma de Barcelona entre los años 2010 a 2021 en cuatro proyectos I+D que han estudiado longitudinalmente el comportamiento disruptivo desde la edad preescolar hasta la adolescencia.

Los comportamientos disruptivos en la infancia y la adolescencia alteran el funcionamiento cotidiano en casa, en la escuela y en la comunidad. Suelen ser difíciles de controlar y generan un gran malestar tanto en la persona que los presenta como en aquellos que la rodean, especialmente en los adultos, que son los encargados de poner normas y límites. Típicamente, éstos intentan aplicar las estrategias de las que disponen y que han funcionado con otros hijos o con otros niños, pero en estos casos no funcionan. ¿Qué hacer en estos casos en que los desafíos y la desobediencia no se pueden controlar?

A lo largo de la investigación longitudinal, los padres y los profesores han sido “aliados” insustituibles para entender las manifestaciones del comportamiento disruptivo en casa y en la escuela. Las personas no se comportan de la misma manera en cada entorno. Las reglas, las personas que comparten el contexto y el vínculo que se establece con cada una de ellas, los retos que se plantean en cada medio, y muchas otras cosas, son distintos y, en consecuencia, la respuesta que resulta en cada caso también puede ser distinta. Para atender estas especificidades y las necesidades particulares que pueden tener las familias y los docentes ante los comportamientos perturbadores se han elaborado dos guías: una para padres y otra para profesores. El objetivo de estas guías es enseñar estrategias de control del comportamiento basadas en la evidencia que puedan ayudar a los padres

y profesores a manejar los comportamientos disruptivos que se presentan en el día a día en casa y en la escuela.

La guía para docentes tiene por objetivo proporcionar estrategias útiles y fáciles de aplicar en el entorno escolar que ayudan a mejorar la conducta de los alumnos difíciles. Para ello, se describen en primer lugar las características del negativismo desafiante, un trastorno que manifiesta muchas de las conductas disruptivas que preocupan habitualmente, como la desobediencia y el enfrentamiento, sus factores de riesgo y las estrategias de intervención educativa. A continuación, se proporcionan estrategias psicoeducativas que facilitan el manejo conductual de estos alumnos y contribuyen a una evolución positiva. También se proporcionan recursos para facilitar el bienestar emocional de los alumnos, incrementar su flexibilidad cognitiva y su nivel de autocontrol. Finalmente, se facilitan pautas orientativas de gestión de la comunicación con las familias afectadas.

Esta guía constituye un tributo a la dedicación y a la profesionalidad de los profesores en la formación integral de sus alumnos. Deseamos haber contribuido a una mayor comprensión de los niños y adolescentes que presentan alteraciones conductuales. Asimismo, esperamos que las herramientas proporcionadas puedan facilitar a los equipos docentes su acción educativa y así contribuir a mejorar el pronóstico de estos niños y adolescentes.

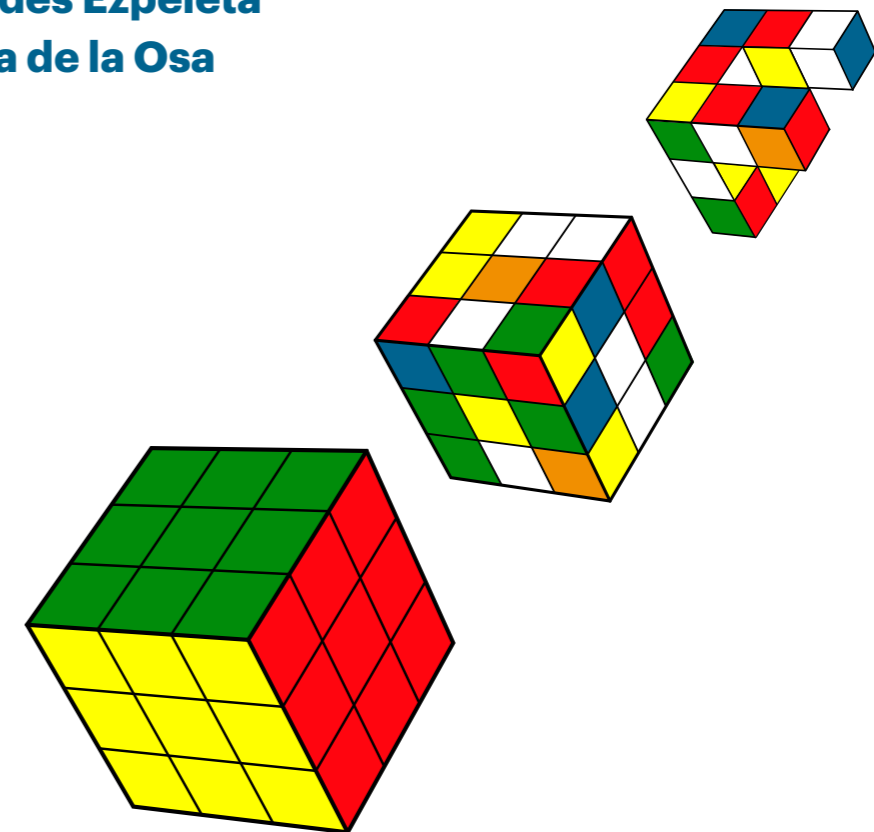
# Alumnado desafiante y negativista: Guía para docentes

---

**Esther Trepal**

**Lourdes Ezpeleta**

**Núria de la Osa**



# Alumnado desafiante y negativista: Guía para docentes

---

Esther Trepal  
Lourdes Ezpeleta  
Núria de la Osa

## Índice

### **1. Psicoeducación: comprender el trastorno negativista desafiante (TND) y saber qué hacer**

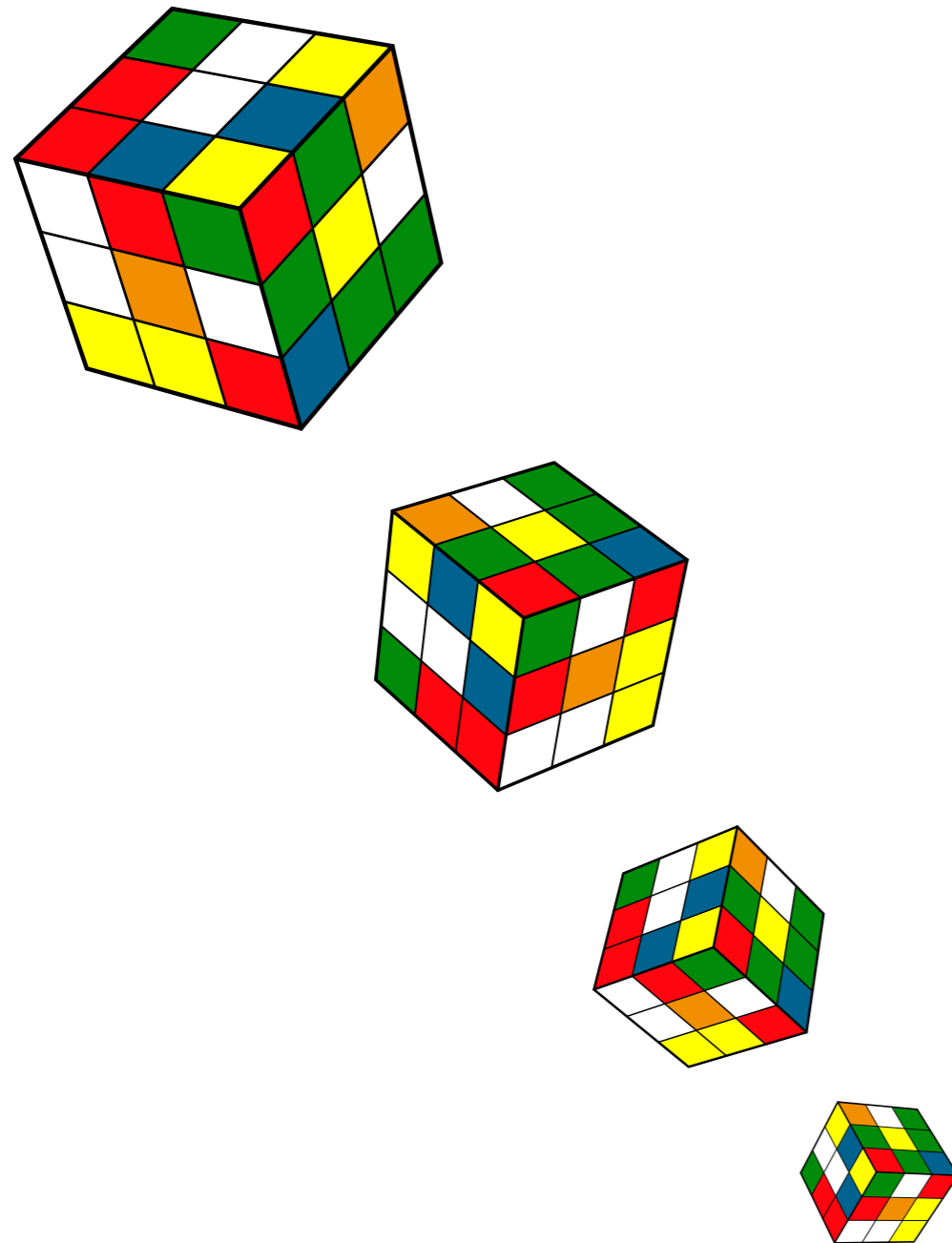
|  |    |
|--|----|
| <b>1.1. Definición</b>   | 17 |
| <b>1.2. Origen y factores que inciden</b>                      | 19 |
| <b>1.3. La importancia de tratarlo</b>                         | 21 |
| <b>1.4. Tratamientos eficaces del TND</b>                      | 21 |
| 1.4.1. Tratamiento dirigido a niños o adolescentes             | 21 |
| 1.4.2. Entrenamiento a familias                                | 22 |
| 1.4.3. Coordinación con la escuela y formación del profesorado | 23 |

### **2. Pautas psicoeducativas para docentes para el manejo del TND en el entorno escolar**

|   |    |
|---|----|
| <b>2.1. Introducción</b>  | 25 |
| <b>2.2. Objetivos del profesorado con el alumnado con TND</b>                 | 25 |
| <b>2.3. Pautas generales de intervención</b>                                  | 26 |
| <b>2.4. Estrategias de intervención: Técnicas de modificación de conducta</b> | 27 |
| 2.4.1. Definición y eficacia  | 27 |
| 2.4.2. Definición de las conductas diana                                      | 29 |

|  |           |
|--|-----------|
| 2.4.3. Establecimiento de antecedentes.....  | 31        |
| 2.4.4. Cómo establecer las consecuencias de cada conducta.....                     | 35        |
| 2.4.5. Estrategias para incrementar conductas deseadas.....                        | 37        |
| 2.4.5.1. El refuerzo positivo.....   | 37        |
| 2.4.5.2. Economía de puntos.....   | 41        |
| 2.4.5.3. El refuerzo negativo.....   | 47        |
| 2.4.6. Estrategias para eliminar o reducir conductas inadecuadas.....              | 48        |
| 2.4.6.1. La extinción.....   | 49        |
| 2.4.6.2. El tiempo fuera.....  | 51        |
| 2.4.6.3. La sobrecorrección.....   | 53        |
| 2.4.6.4. La retirada de privilegios.....   | 55        |
| <b>2.5. Formas de comunicación asertiva ante la mala conducta.....</b>             | <b>58</b> |
| <b>2.6. Estrategias para incrementar el nivel de autocontrol del alumnado.....</b> | <b>60</b> |
| <b>2.7. Flexibilidad cognitiva y estrategias de resolución de problemas.....</b>   | <b>62</b> |
| <b>2.8. Prevención de explosiones conductuales.....</b>                            | <b>68</b> |
| <b>2.9. Actuación ante la explosión conductual.....</b>                            | <b>70</b> |
| <b>2.10. Las entrevistas con familias de alumnado con TND.....</b>                 | <b>71</b> |
| <b>3. Referencias.....</b>   | <b>74</b> |





# 1. Psicoeducación: comprender el trastorno negativista desafiante (TND) y saber qué hacer

## 1.1 Definición

La escuela inclusiva debe dar respuesta al conjunto del alumnado. Entre el 1% y el 11% de la población general infantil presenta unas características temperamentales que dificultan el proceso educativo. Son niños y niñas a los que les cuesta obedecer, se muestran irritables ante las órdenes de los adultos, les cuesta más tolerar la frustración y cuya conducta es desafiante y opositora. El manejo de estos alumnos requiere de un elevado nivel de especialización que conlleve su comprensión y el dominio de las técnicas psicológicas que favorezcan su inclusión.

A menudo, estos alumnos tienen mayor riesgo de ser expulsados de los centros escolares y de sufrir fracaso escolar. Cuando esto se produce, se incrementa, a su vez, el riesgo de trayectorias evolutivas negativas favoreciendo la aparición de trastornos emocionales, de conducta, de personalidad antisocial y de consumo de tóxicos.

El Trastorno Negativista Desafiante (TND), según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos mentales (APA, 2013), se define como un patrón recurrente de conducta negativista, desafiante, desobediente y hostil dirigido a las figuras de autoridad, que dura por lo menos 6 meses y que presenta al menos 4 de los siguientes síntomas:

| <b>Enfado/Irritabilidad</b>  |
|--|
| Pierde la calma a menudo por motivos triviales                           |
| Se muestra susceptible o se molesta fácilmente                           |
| Frecuentemente se enfada y se siente resentido                           |
| <b>Discusiones/Actitud desafiante</b>                                    |
| Con frecuencia, discute con los adultos o figuras de autoridad           |
| Desafía activamente a los adultos o rehúsa cumplir sus demandas a menudo |
| Molesta deliberadamente a los otros                                      |
| Culpa a los otros de sus errores o mal comportamiento                    |
| <b>Vengativo</b>   |
| Se manifiesta rencoroso o vengativo                                      |

En ocasiones, estos niños no obedecen, desafiando de manera pasiva; miran y hacen ver que no oyen y siguen con lo que están haciendo sin hacer caso a las peticiones de los adultos. En otras, desafían activamente gritando, llegando a insultar, quejándose y buscando tener la última palabra. En ambos casos, los profesores tienen la percepción de que los llevan al límite y los desautorizan.

**Los niños/as o adolescentes que presentan TND también muestran:**

|   |   |
|---|---|
| <b>&gt; Dificultad para controlar las emociones, especialmente la rabia</b> | <b>&gt; Tendencia a hacer una interpretación hostil de las interacciones sociales</b> |
| <b>&gt; Baja tolerancia a la frustración</b>                                | <b>&gt; Tendencia a pensar de forma polarizada (es blanco o negro)</b>                |
| <b>&gt; Baja capacidad de flexibilidad y de adaptabilidad</b>               |   |

En los casos leves, los síntomas se suelen manifestar en un solo entorno, siendo el más frecuente el ámbito familiar. A menudo sus familias se sorprenden ante el hecho de que en la escuela se porten bien. En cambio, en los casos moderados y graves, la sintomatología se muestra también en la escuela y en otros ambientes. Poder detectar los casos de manera precoz y orientar a las familias puede ser determinante en su evolución.

Se observan diferencias según la edad. En la infancia, es frecuente que muestren un temperamento problemático, les cuesta tranquilizarse, presentan una alta reactividad, pataletas frecuentes y mayor actividad motora. En los menores de 5 años, los síntomas se deben mostrar prácticamente cada día. A partir de los 5 años, para considerarlos un problema, deben estar presentes por lo menos una vez a la semana. A medida que crecen se van observando dificultades de cognición social con sesgo hostil, puede aparecer baja autoestima, labilidad emocional, déficit en la gestión de emociones como la rabia, utilización de palabras groseras y se pueden incrementar los problemas de conducta y empezar a asociarse con otros trastornos. Por ello, son frecuentes los conflictos con profesores, padres y compañeros, lo que interfiere en los diferentes ámbitos de su vida y produce deterioro funcional.

A algunos de los niños con TND se les puede identificar a partir de los 2-3 años; a las niñas se les suele identificar en torno a los 5 años. Para realizar una correcta detección tenemos que saber diferenciar las conductas normativas de enfado de las propias de los niños y niñas con negativismo.

**Las conductas propias de la edad, por las cuales los niños se enfadan son:**

**> Los niños de entre 3-5 años** se enfadan porque están aprendiendo a compartir las cosas, no les es fácil entender que las otras personas tienen pensamientos distintos a los suyos, no pueden controlar sus emociones y todavía no utilizan bien las palabras cuando están enfadados. Expresan su enfado con rabietas y también peleando con otros niños.

**> Los niños de entre 6 y 8 años** se enfadan porque ven algo injusto, se sienten rechazados, criticados, discriminados o incomprendidos. Éstos expresan el enfado causando daños a otros, vengándose y logrando dominar. Pueden usar palabras para intimidar a otros.

Los niños en desarrollo normativo suelen aprender con agilidad cómo regularse y sus pataletas son fácilmente reconducidas por los educadores. Suelen durar un máximo de 7-10 minutos y no se presentan cada día diversas veces antes de los 5 años, ni cada semana después de los 5 años. Sin embargo, los niños con un temperamento difícil se van a mostrar más susceptibles, se van a enfadar con mayor frecuencia, va a ser más difícil que recuperen la calma, van a culpar a los otros de sus errores y no van a obedecer a las figuras de autoridad con facilidad.

## 1.2. Origen y factores que inciden

**El TND es un trastorno de etiología multifactorial. La genética y el ambiente tienen un papel relevante. Se han identificado diversos factores:**

- **El temperamento:** características biológicas y caracteriales con las que se nace que condicionan las reacciones del niño ante las diferentes situaciones. El temperamento es el origen de los problemas de regulación emocional (alta reactividad y baja tolerancia a la frustración) que llevan a conductas desafiantes, negativistas y a enfados frecuentes e irritabilidad.

- **Factores biológicos:** Se han detectado marcadores biológicos alterados como la frecuencia cardíaca, menor reactividad de la conductancia de la piel, reactividad reducida del cortisol basal, anormalidades en el córtex prefrontal y la amígdala. Se necesita de mayor investigación, ya que hasta el momento estos marcadores son comunes a los niños diagnosticados de TND y de trastorno de conducta.

- **El estilo educativo y las consecuencias inmediatas del comportamiento del niño o adolescente:** las características propias del trastorno hacen que el manejo de la conducta de este tipo de alumnos sea difícil. Ello provoca que a menudo los percibamos como alumnos que nos retan y, por tanto, reaccionemos de una manera autoritaria y básicamente apliquemos estrategias de castigo. Los estudios muestran que las personas diagnosticadas de TND mejoran su conducta ante estrategias positivas de manejo conductual centradas en el refuerzo de conductas adecuadas y el aprendizaje de otras nuevas más adaptativas.

## 1.3. La importancia de tratarlo

Los estudios indican que la prevalencia del TND se está incrementando en la última década y muestran que es necesario tratarlo para prevenir que pueda evolucionar hacia otros trastornos, como el trastorno de conducta, así como la aparición de consumo de sustancias y alteraciones del estado de ánimo. Asimismo, es relevante poder detectar posibles comorbilidades frecuentes, como el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH).

## 1.4. Tratamientos eficaces del TND

El equipo docente tiene la responsabilidad de orientar a las familias de aquellos alumnos que muestran dificultades en el entorno escolar. Para ello es necesario conocer qué opciones de tratamientos se han mostrado eficaces y pueden ayudar a estos alumnos.

El tratamiento del TND es multimodal y multidisciplinar. Incluye un abordaje directo con el propio niño o adolescente y uno indirecto dirigido a la familia y la escuela. Hay abundantes estudios que describen que estos tratamientos han demostrado eficacia. La duración del tratamiento es variable, según la edad del niño o adolescente, la gravedad del trastorno, la presencia de trastornos asociados o comórbidos y la calidad del apoyo familiar y escolar.

### 1.4.1. Tratamiento dirigido a niños o adolescentes

#### **TRATAMIENTO PSICOLÓGICO:**

El objetivo es incrementar las conductas adaptativas y reducir las conductas de desobediencia, desafío y negativismo. Se trabaja con técnicas dirigidas a facilitar la autorregulación de la conducta y de las emociones, la identificación y la expresión de sentimientos, el control de la rabia, el autocontrol, la reducción de la irritabilidad, la mejora de la cognición social, la comunicación y la interacción con los otros con estrategias de resolución de problemas y habilidades sociales, y con técnicas para identificar y modificar los pensamientos desadaptativos que están relacionados con las conductas negativistas.

### **TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO:**

El tratamiento farmacológico no es el tratamiento de elección en el TND. En aquellos casos en que exista un trastorno asociado (comórbido) moderado o grave, como TDAH, depresión o agresividad e impulsividad difíciles de controlar, se debe contemplar la posibilidad de tratamiento farmacológico.

### **TRATAMIENTO PEDAGÓGICO:**

Cuando existen trastornos del aprendizaje asociados es recomendable incluir sesiones de reeducación psicopedagógica.

## 1.4.2. Entrenamiento a familias

Se debe realizar psicoeducación del TND para que se comprendan sus características y entrenamiento en técnicas de modificación de conducta, ya que hay una sólida y elevada evidencia científica de la eficacia de este tipo de intervenciones.

### **El objetivo principal es enseñar a los padres y madres a:**

- ▶ Interactuar más eficazmente con sus hijos con TND adquiriendo nuevas habilidades y eliminando estrategias ineficaces.
- ▶ Aplicar sistemáticamente las consecuencias después de las conductas apropiadas y de las conductas inapropiadas.
- ▶ Fomentar y reforzar las conductas deseables y a utilizar medidas de disciplina positivas y estrategias alternativas al castigo tradicional.
- ▶ Enseñar a los padres y madres a prever y anticipar las situaciones difíciles para evitar la aparición de las conductas oposicionistas y desafiantes.

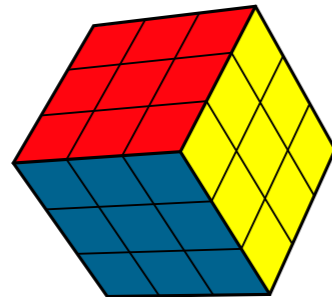
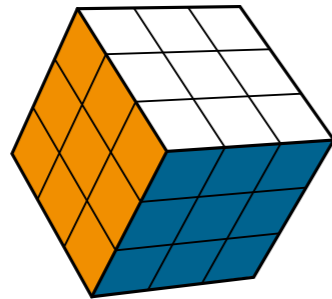
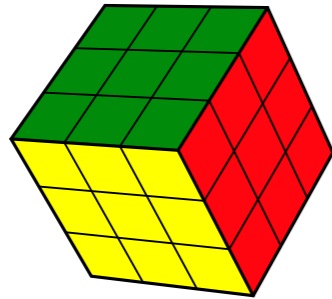
## 1.4.3. Coordinación con la escuela y formación del profesorado

Los psicólogos clínicos que tratan a los niños con TND y a sus familias deberían coordinarse con los centros escolares para actuar de manera conjunta. Por un lado, explicar al profesorado las estrategias que se están trabajando puede favorecer que el alumno las aplique en el entorno escolar y así generalice su uso. Por otro lado, el profesor puede informar de las conductas

que deben ser objeto de intervención, ya que son las que le producen interferencia en el entorno escolar. Paralelamente, la coordinación entre ambos hará que se apliquen estrategias comunes consiguiendo así una mayor eficacia y eficiencia.

### **En resumen, el alumnado con TND:**

|  |   |
|--|---|
| ▶ Tiene un <b>temperamento</b> innato difícil que le lleva a fracasar en el intento de portarse bien, aceptar las normas y relacionarse adecuadamente. | ▶ Se manifiesta desde edades <b>muy tempranas</b> por lo que es un reto ayudarles, ya que tienen mayor riesgo de fracaso escolar. |
| ▶ Tiene un <b>déficit</b> de habilidades de <b>interacción</b> y de <b>autorregulación</b> .   | ▶ Dispone de tratamientos eficaces que inciden en mejorar el pronóstico del TND.  |
| ▶ Muestra dificultades en la gestión de la rabia.  | ▶ En el tratamiento deben implicarse familiares y centros escolares.  |
| ▶ No han escogido tener este problema ni son niños mal educados.   |   |



## 2. Pautas psicoeducativas para profesorado para el manejo del TND en el entorno escolar

### 2.1. Introducción

Tal como se ha comentado anteriormente, el primer aspecto fundamental es que los profesionales de la educación conozcan las características de los alumnos con TND. Entender que su conducta desafiante y negativista responde a un temperamento difícil y no a la mala educación recibida o la voluntad de portarse mal, es el primer paso para diseñar de manera adecuada la intervención educativa. A continuación, facilitamos un conjunto de principios que han demostrado su utilidad en el manejo de estos alumnos favoreciendo su desarrollo y favoreciendo el aprendizaje de conductas positivas y adaptativas.

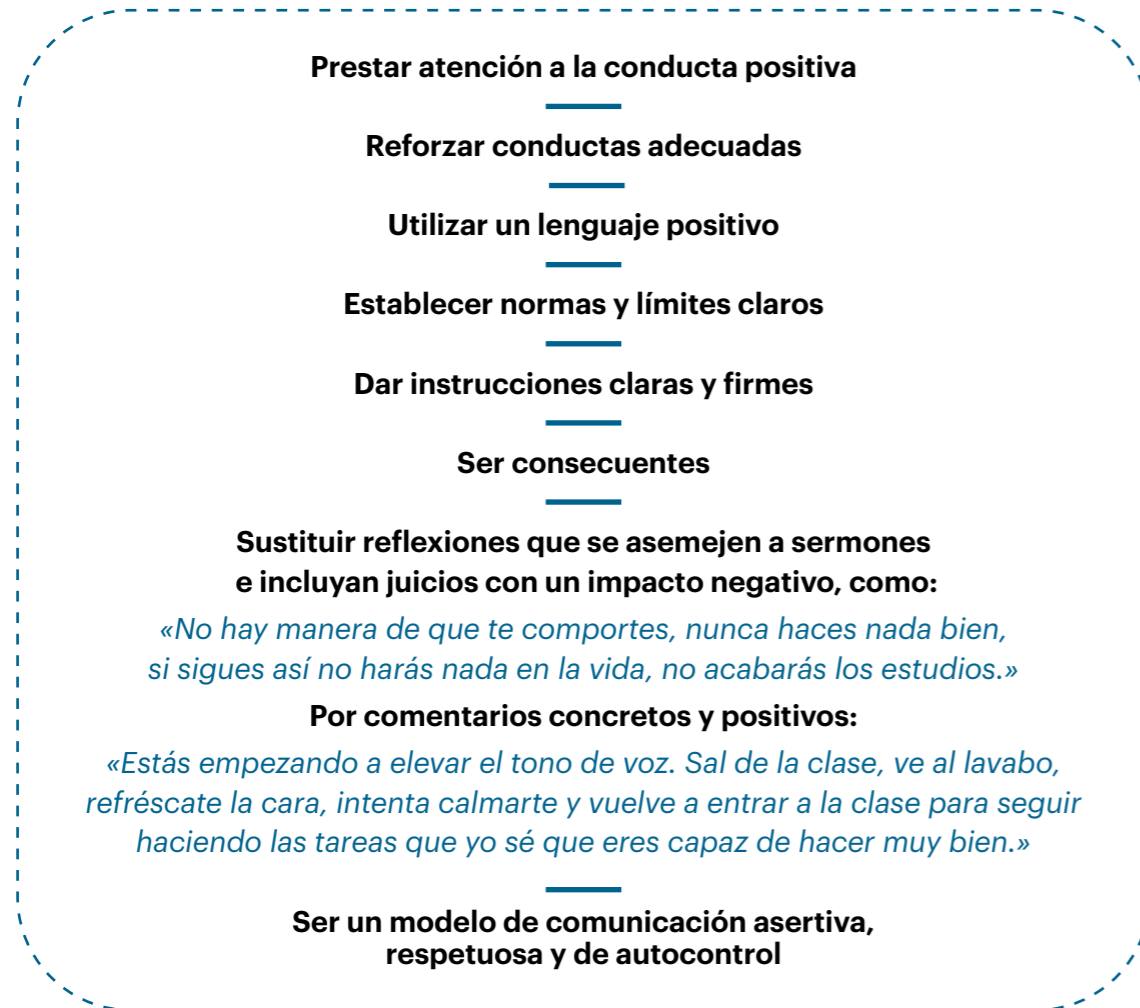
### 2.2. Objetivos del profesorado con el alumnado con TND

Dadas las dificultades que estos alumnos tienen para obedecer y controlar sus emociones y conducta, los objetivos educativos se deben centrar en aplicar estrategias que favorezcan la obediencia e incrementen el nivel de autocontrol de sus alumnos. Debemos aplicar estrategias que los guíen y les enseñen a portarse bien. Por tanto, deberemos centrar la atención en las conductas positivas para fomentarlas y aplicar estrategias que ayuden a reducir las conductas negativas.

Los estudios sobre el TND han demostrado que el castigo constante (faltas, expulsiones, etc.) y la imposición autoritaria de normas mantienen el

problema. Las respuestas punitivas por parte del maestro fomentan sentimientos de rabia pudiendo entrar así en un ciclo vicioso de difícil resolución.

## 2.3. Pautas generales de intervención



Ahora bien, como hemos explicado anteriormente, los niños, niñas y adolescentes con TND ponen muy difícil la aplicación de estas pautas educativas generales. Por ello, a continuación, se exponen alternativas que se

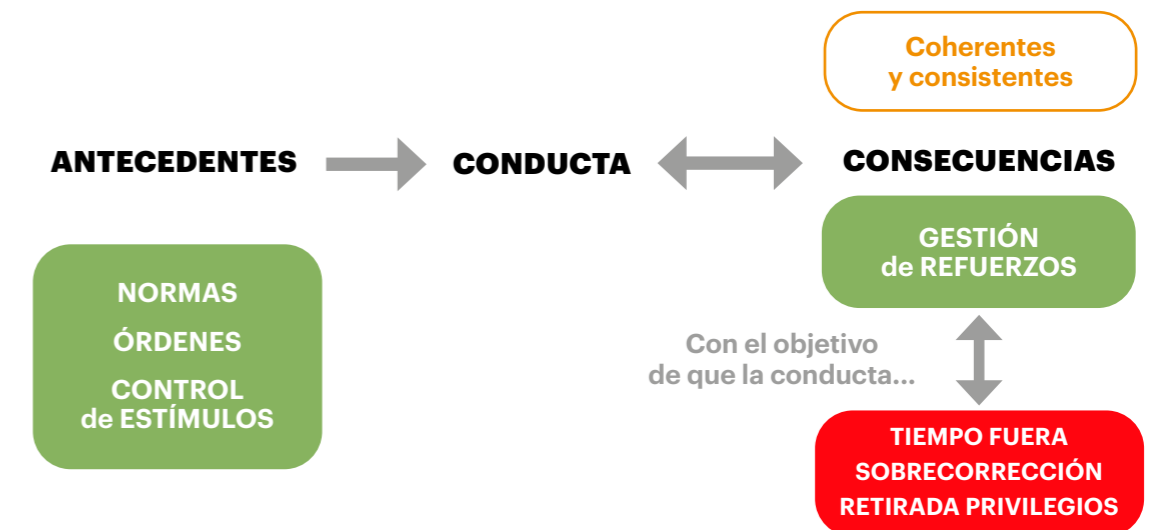
deben aplicar en los casos que presentan sintomatología de TND. Estas alternativas se centran en las técnicas de modificación de conducta que son aquellas que han demostrado mayor eficacia para el manejo de los problemas de conducta en múltiples estudios.

## 2.4. Estrategias de intervención: técnicas de modificación de conducta

### 2.4.1. Definición y eficacia

Hay un conjunto de principios universales que regulan el comportamiento humano y que se fundamentan en las leyes básicas del aprendizaje. Es por ello por lo que siempre son eficaces para modificar la conducta si se aplican correctamente. El análisis y aplicación de estos principios es lo que se llama **Análisis Funcional de la Conducta**.

**Toda conducta humana viene precedida de unos antecedentes y seguida de unas consecuencias.**



**Por ejemplo, imaginemos la siguiente situación:**

«**Marcos ha insultado a Pedro diciéndole “idiota.”**»

- Pedro le ha respondido empujándole y tirándolo al suelo.
- El profesor envía a ambos alumnos al despacho del jefe de estudios.”

**Si analizamos esta situación vemos:**

#### **ANTECEDENTES:**

«**Marcos ha insultado a Pedro diciéndole “idiota.”**»

- Un antecedente es aquel estímulo o situación que precede la ocurrencia de una conducta. Sin este antecedente la conducta posterior no se hubiera dado.

#### **CONDUCTA:**

«**Pedro le ha respondido empujándolo y tirándolo al suelo.**»

- La conducta agresiva de Pedro es la que queremos disminuir.

#### **CONSECUENCIA:**

«**El profesor envía a ambos alumnos al despacho del jefe de estudios.**»

- Las consecuencias de una conducta facilitan el aumento o disminución de ésta.

Las técnicas de modificación de conducta son eficaces para instaurar y/o modificar una conducta ya sea aumentando, disminuyendo su frecuencia o eliminándola. Hay unos principios que debemos considerar para garantizar la eficacia de estas técnicas:

**Contingencia:** para que el alumno realmente asocie su conducta al estímulo que presentamos después, es importante que sea lo más inmediato posible.

**Consistencia:** Si hemos decidido premiar con nuestra atención cada vez que realice una conducta, debemos ser consecuentes y sólo prestarle atención cuando hace las conductas deseadas. La probabilidad de que reciba nuestra atención positiva cada vez que haga la conducta adecuada debe ser mayor a la probabilidad de que la reciba si realiza la conducta inadecuada.

**Coherencia:** Cuando establecemos una norma es importante que seamos coherentes, sin contradicciones en el tiempo. La coherencia educativa aumentará la velocidad de aprendizaje de las normas. En consecuencia, lo primero que debemos aprender es a definir las conductas que deseamos instaurar en nuestros alumnos.

## 2.4.2. Definición de las conductas diana

Las conductas diana son aquellas que queremos potenciar. Para que las estrategias de modificación de conducta resulten útiles es necesario ser cuidadosos en la definición de estas conductas.

**Requisitos:**

#### **FORMULACIÓN EN POSITIVO:**

Siempre que sea posible debemos plantearlas en positivo. Se trata de mostrar al niño lo que queremos que haga, en vez de decirle lo que no debe hacer. Por ejemplo, «No dejar la mochila en el suelo» (está redactado en negativo). La redacción en positivo sería: «Colgar la mochila en su colgador» (está redactado en positivo).

**Hay que operativizarlas de manera que el alumno entienda de manera precisa a qué nos referimos:** para ello hay que enunciarlas de la forma más concreta posible para que el alumno las tenga claras y las podamos valorar más fácilmente. Para definir las de forma operativa se pueden tener en cuenta aspectos como la situación, las personas implicadas, el momento del día, etc.

Ejemplos: «Portarse bien entre clases» sería demasiado general. En cambio, decir: «Cuando el profesor sale de clase puedo hablar con mis compañeros en un tono de voz bajo y puedo aprovechar para levantarme hasta que vea entrar al profesor siguiente, momento en el que debo sentarme de nuevo» (se trata de especificar al máximo las conductas).

**Algunos ejemplos de las conductas en el entorno escolar que podemos valorar y potenciar pueden ser:**

**A) Conductas sociales:**

- Comparte ideas con los compañeros y profesor
- Es amable cuando se solicita su ayuda
- Sigue las normas que se le indican
- Cooperera y participa en las actividades del grupo
- Permanece en el lugar asignado
- Trabaja tranquilamente. Pide ayuda
- Llega a tiempo a clase
- Mantiene su pupitre, su espacio y taquilla ordenados

**B) Conductas relacionadas con el rendimiento académico:**

- Pregunta, se interesa por los contenidos
- Realiza aportaciones sobre el tema tratado
- Acaba las tareas asignadas en clase
- Trae los deberes acabados de casa a tiempo
- Pone su nombre, la fecha y los títulos en los trabajos con buena presentación
- Dispone del material necesario para la clase
- Sigue las instrucciones
- Repasa los exámenes antes de entregarlos
- Acaba los exámenes
- Se interesa por saber qué no ha hecho bien en el examen

**En cambio, algunos ejemplos de las conductas diana que queremos que se reduzcan pueden ser:**

- Se niega a cumplir con las indicaciones del profesor
- Interrumpe al profesor/habla sin permiso
- Abandona el asiento asignado/clase/patio sin permiso
- Utiliza el móvil cuando no se puede
- Dice palabrotas
- Molesta, insulta o se burla de compañeros o del profesor
- Es excesivamente ruidoso
- Hace el tonto (es el payaso de la clase)
- Empuja o pega a los compañeros

### 2.4.3. Establecimiento de antecedentes

Una vez hemos determinado las conductas que queremos instaurar vamos a reflexionar sobre los antecedentes, es decir, sobre aquello que podemos hacer que favorecerá que se produzcan las conductas deseadas y evitará que aparezcan las conductas inadecuadas.

Un primer paso es tener el compendio de normativa del centro escolar en general y del aula en concreto bien establecido. Las normas deben ser claras, específicas y conocidas por todos los miembros de la comunidad educativa.














Las normas generales de centro se recogen en los protocolos de convivencia escolar y deben clarificar cuándo y cómo el alumnado va a ser sancionado.

Para el buen funcionamiento de un alumno con dificultades conductuales es imprescindible establecer de manera clara y precisa qué se espera de él en el aula por cada docente.



### Algunos ejemplos de normas claras pueden ser:

#### NORMAS DE CLASE

|   |   |
|---|---|
|    | Trabajo en silencio y aprovecho el tiempo                       |
|    | Traigo el material necesario para trabajar cada día             |
|    | Escucho con atención las explicaciones y sigo las lecturas      |
|    | Levanto la mano antes de hablar y preguntar                     |
|    | Presento los trabajos limpios, ordenados y con buena letra      |
|   | Me siento correctamente y no me levanto si no es imprescindible |
|  | Mantengo limpia la clase  |
|  | No como en clase  |
|  | Entro y salgo de clase en orden, sin ruidos y sin correr        |
|  | Soy educado y respetuoso con todos. Nunca me peleo ni insulto.  |
|  | Hablo sin gritos  |
|  | Cuido el material y las instalaciones de clase                  |
|  | Estoy callado mientras el profesor explica                      |
|  | Cuando quiera decir algo, levanto la mano                       |

En cambio, no serían normas claras, por poco específicas, portarse bien, mostrarse maduros, ser un buen estudiante o hablar correctamente.

Otra manera de controlar los antecedentes y favorecer la aparición de conductas adecuadas es realizar un buen control de estímulos. Es decir, saber prever qué situaciones son de riesgo y facilitan la irrupción de conductas inadecuadas, con el fin de controlar las variables claves que puedan evitar las conductas problemáticas.

#### A continuación, se exponen diferentes ejemplos de control de estímulos:

##### > Anticipar lo que pueden ser situaciones problema:

- Detectar situaciones entre clases, recreo, salidas, etc.
- **Recreo:** vigilancia del alumno con seguimiento ocular y planificación de actividades dirigidas de juego grupal
- **Comedor:** pautas básicas de control de conducta a los monitores del comedor
- **Pasillos:** refuerzo de las líneas de organización del centro en los cambios de profesorado y desplazamientos del grupo
- **Actividades extraescolares en la escuela:** el monitor responsable debe generalizar las estrategias implementadas en el horario escolar
- Justo antes de la situación recordar las normas clave, por ejemplo, sólo se puede jugar a pelota en el patio, durante el recreo se puede estar en el patio, pero no el aula, etc.
- Recordar de manera individual y con afecto al alumno inmediatamente antes de la situación de riesgo las consecuencias positivas de hacerlo bien y las consecuencias negativas de no cumplir las normas.

##### > Planificar las actividades escolares y ser un ejemplo de comunicación asertiva:

- Proponer tareas adecuadas a su nivel de habilidad y en una cantidad adecuada
- Garantizar que retira distractores de la mesa cuando tiene que trabajar
- Fomentar un estilo de interacción colaborativo entre los miembros de la comunidad educativa
- Probar varios grupos de compañeros para determinar aquél en el que se comporte de manera más adecuada
- Sentarlo lejos de alumnos con los que es más probable que moleste o separarlo de aquellos que faciliten su enfado
- Encontrar un compañero que pueda trabajar con él y ser una buena influencia
- Dirigirnos con calidez, sin dar por hecho su mala conducta ni anticiparla
- Expliquémosle qué hace mal (discutir, gritar) y qué debería hacer (alejarse de la situación, tomarse un tiempo para pensar, pedir ayuda al profesor, etc.)
- Ser un ejemplo de autocontrol y respeto en nuestras interacciones con el alumnado

También, para establecer los antecedentes de la conducta de manera que propicien la aparición de conductas adecuadas es necesario reflexionar cómo se deben dar las instrucciones.

#### > **Las instrucciones deben:**

- Ser claras y específicas
- Darse en tono amable y firme
- Ser comprensibles para los niños (lenguaje claro y con vocabulario conocido)
- Ser breves
- No ser contradictorias entre ellas
- Establecer claramente las condiciones y las consecuencias de la conducta adecuada

- Empezar haciendo peticiones de acciones que lleven implícito un refuerzo natural de actividad o social: “Recuerda que para poder acceder al juego de ordenador primero debes finalizar los ejercicios 1 a 5”.
- Incrementar poco a poco las peticiones en número y complejidad
- Reforzar siempre la conducta adecuada inmediatamente
- Darse de una en una y suficientemente separadas en el tiempo
- Hablar manteniendo contacto ocular
- No ir acompañadas de manifestaciones invalidantes o agresivas.

### 2.4.4. Cómo establecer las consecuencias de cada conducta

Las consecuencias de las conductas deben ser claramente diferentes cuando nuestro objetivo es incrementar la conducta que acaba de realizar nuestro alumno y cuando lo que pretendemos es que esa conducta se reduzca o se elimine.

#### > **El sistema de consecuencias debe:**

- Ser coherente con las normas
- Concretar quiénes son los responsables de aplicar las consecuencias (tutor escolar, profesores, progenitores, monitores, etc.)
- Favorecer la autorreflexión del alumno como persona responsable de sus propios actos
- Establecer cómo se va a informar a alumnos, familiares y equipo docente
- Tener carácter educativo y reparador
- Estar limitado en el tiempo
- Establecer las actuaciones de seguimiento y evaluación

Debe tener en cuenta el siguiente esquema:

### CATEGORÍAS DE CONDUCTA

#### **ALTA: Categoría A**

- > Riesgo de hacerse daño

---

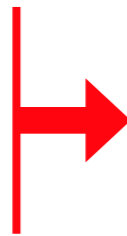
- > Agresión física a otra persona

---

- > Riesgo de romper un objeto

---

- > Atentar contra la propiedad ajena



#### **MEDIA: Categoría B**

- > Sin riesgo propio o ajeno

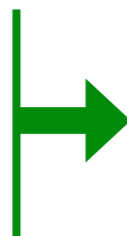
---

- > Generan problemas importantes en la dinámica escolar (negarse a obedecer, demandas desmesuradas,...)



#### **BAJA: Categoría C**

- > Conductas inadecuadas que no generan riesgo y no generan problemas importantes en la dinámica escolar.



## 2.4.5. Estrategias para incrementar conductas deseadas

### 2.4.5.1. El refuerzo positivo

**Cuando queremos enseñar conductas adecuadas debemos garantizar que cada una de las conductas deseadas o aproximaciones a ellas van a ser reforzadas.**

Definimos refuerzo positivo como la estrategia que recompensa al niño o adolescente como consecuencia de haber realizado una conducta adecuada.

Éste es uno de los principios universales más contrastado. A las personas nos gusta y necesitamos recibir gratificaciones. Si estas recompensas se reciben inmediatamente después de una conducta, incrementan su frecuencia y facilitan su instauración. Está demostrado que el refuerzo positivo fomenta la autoestima y la seguridad, además de facilitar la instauración de hábitos y rutinas. Se debe reforzar la conducta de manera sistemática inmediatamente después que se realiza.

#### > Hay diferentes tipos de reforzadores:

- Sociales: el reconocimiento social y los elogios
- De actividad: actividades gratificantes
- Materiales: premios que pueden ser objetos deseados, tiempo de móvil
- Comestibles: alimentos favoritos, chocolate, etc.

#### > En el entorno escolar vamos a utilizar básicamente los refuerzos sociales y de actividad.

A continuación, se exponen algunos **ejemplos** de cómo elogiar y hacer comentarios positivos para reforzar las conductas adecuadas.

- > **Describir lo que se ve**: "Veo tus libros recogidos en tu cajón"
- > **Describir lo que se siente**: "Da gusto ver tu cajón tan bien ordenado"
- > **Sintetizar la conducta en una palabra o dos**:

*“Has guardado los lápices en el estuche, los dosieres en tu carpeta y los libros en el cajón. ¡A esto se le llama organización!”*

**> Deben ser apropiados para la edad**

**> Evitar sugerir antiguos puntos débiles o fracasos:**

*“¡Bien, finalmente tocas bien esta canción!”*

*“No imaginaba que aprobarías el curso, ¡felicidades!”*

**> Con una muestra de entusiasmo apropiado y natural**

**> Intentar “pillar al alumno” haciendo algo bien**, no esperar a que haga algo perfecto para elogiarle, hay que premiar cada uno de sus logros, aunque sean pequeños.

**> Dar elogios específicos y concretos:**

*“Me gusta cómo has colaborado hoy en el grupo de trabajo”*

**> Combinar el elogio con una sonrisa, un gesto de satisfacción, una palmadita, un abrazo, etc.**

**> Ejemplos de comentarios reforzantes:**

- *Me gusta cuando trabajas tranquilamente en grupo*
- *Has participado muy bien en esta actividad*
- *Has hecho un buen trabajo de equipo*
- *Has ayudado a tu compañero, estoy muy contento*
- *Me encanta que sonrías*
- *Has sido capaz de controlarte y has venido a decirme que un compañero te ha molestado*
- *Aunque no estabas de acuerdo con tu compañero, has sabido hablar del tema y llegar a un acuerdo*
- *Has reconocido tu error y esto me ha gustado mucho*

**> En síntesis, se utilizarán expresiones como:**

*“Me gusta cuando tu...”, “Es bueno cuando tu...”, “¡Buen trabajo!”, “¡Excelente!”, “¡Eres todo un campeón, has acabado los deberes!”, “Cuando vea a tu*

*familia le diré lo bien que...”, “Estoy muy orgulloso de ti cuando...”, “Bravo”, “Estoy muy contento...”, etc., acompañadas de una sonrisa y de un lenguaje no verbal en consonancia con el mensaje verbal.*

Una vez más, es importante pensar en la edad del alumno para seleccionar el lenguaje que se va a utilizar. A un niño pequeño se le puede decir: *“Eres un campeón y ahora toda la clase te va a aplaudir”* y a un adolescente será más apropiado decirle: *“Estás consiguiendo tus objetivos y eso me llena de alegría, deseo que a ti también”*.

**> Para conocer qué le puede reforzar al alumno se puede hacer este tipo de cuestionarios:**



|           |  |  |
|-----------|--|--|
| <b>1</b>  | ¿Qué tipo de juegos o hobbies te gustan?                 |  |
| <b>2</b>  | ¿Qué actividad escolar prefieres?                        |  |
| <b>3</b>  | ¿Qué actividad deportiva te gusta?                       |  |
| <b>4</b>  | ¿Qué música te encanta?                                  |  |
| <b>5</b>  | ¿De qué te gusta ser el encargado de la clase?           |  |
| <b>6</b>  | ¿Con quién te gusta sentarte?                            |  |
| <b>7</b>  | Cuándo te portas bien, ¿qué te gusta oír de tu profesor? |  |
| <b>8</b>  | ¿Qué comportamiento de tu profesor te agrada mucho?      |  |
| <b>9</b>  | ¿Qué pequeña meta diaria te gustaría conseguir?          |  |
| <b>10</b> | ¿Cuál es tu mejor habilidad?                             |  |
| <b>11</b> | ¿En qué actividades de grupo te gusta participar más?    |  |

En el momento de seleccionar los reforzadores, nuevamente, se tendrá en cuenta la edad. A un alumno de parvulario o 1ª de primaria le puede ser muy reforzador ser el primero de la fila; en cambio para un adolescente lo puede ser ver libros de manga los últimos diez minutos de la clase o cuando ha finalizado correctamente la tarea pactada.

#### > **El refuerzo está indicado cuando se quiere:**

Enseñar una nueva conducta; ej. obedecer, llevar los deberes hechos, colaborar en la limpieza de la clase, etc.

- > Que un comportamiento que ya realiza aumente en frecuencia.
- > Aumentar una conducta existente que impide que se haga una "negativa".

#### **Ejemplo:**

*Felicitar cuando está bien sentado  
porque queremos que no se levante.*

La atención que damos al alumnado es un refuerzo muy poderoso, por este motivo buscan conseguirla de muchas formas y se muestran satisfechos cuando lo consiguen. Por ello, es necesario aprender a prestar atención positiva a la conducta deseada para aumentar el cumplimiento de los mandatos y peticiones, así como otras conductas positivas. Es importante saber que hay dos tipos de atención:

#### > **La atención positiva:**

Dar atención mediante elogios, escuchándolo, mirándolo, sonriéndolo, jugando con él, etc.

#### > **La atención negativa:**

Atendiendo con sermones, gritos, críticas, etc. Ésta es la que debemos evitar ante su mala conducta.

Una manera de prestar atención positiva y así reforzar la conducta adecuada, como se ha comentado, es mediante los elogios. Los elogios son efectivos si se expresan de forma correcta. Dar un elogio por una buena conducta, es favorecer que la vuelva a hacer. Hay que recordar que

cuando se presenta un TND portarse bien es un gran esfuerzo no comparable a lo que les supone a sus compañeros sin TND. El refuerzo positivo es el arma más potente para fomentar un buen comportamiento, a la vez que se favorece el desarrollo de una autoestima adecuada.

#### 2.4.5.2. Economía de puntos

La economía de puntos es una estrategia útil para mantener la conducta cuando ya se ha aprendido sin necesidad de refuerzo positivo inmediato y así aprender a demorar la recompensa o el refuerzo.

El objetivo principal de esta técnica es incorporar en el repertorio conductual del niño conductas adecuadas y adaptativas o incrementar su frecuencia. También tiene por objetivo conseguir que el niño o la niña aprenda a pasar de las gratificaciones más inmediatas a las de medio plazo. Por eso, antes de obtener el refuerzo que ha elegido, tendrá que ganar una serie de puntos que en los más pequeños se concretaran en fichas. Es decir, se trata de dar puntos o fichas (en lugar de dar directamente recompensas) que después podrá intercambiar por reforzadores o recompensas. Cuando se opte por fichas, éstas podrán ser de colores, hechas por el niño, fichas de un juego, adhesivos infantiles, etc. Es importante que llamen la atención del niño, adaptándose a su edad y gustos. Se debe explicar al niño, en un momento de tranquilidad, sin prisas, qué se espera de él así como las reglas de intercambio de fichas

Para que la técnica sea eficaz es necesario realizar de forma sistemática una serie de pasos y tener en cuenta la edad de nuestro alumno. Seguiremos los siguientes pasos:

#### **A. Hacer listado de conductas a instaurar**

El primer paso será realizar un listado de las conductas susceptibles de ser trabajadas o que se considera que deberían mejorar. De estas conductas será necesario escoger cuáles son prioritarias para cada caso. Para ello debemos valorar el nivel de interferencia que provocan y el nivel de dificultad que suponen para el alumno.

Es recomendable en las primeras economías elegir algunas conduc-

tas que, aunque no sean prioritarias, sean más fáciles de cambiar. Así, tendrá mayor percepción de autoeficacia.

Las economías de puntos funcionan muy bien, especialmente si las conductas diana son hábitos (apuntar los deberes en la agenda, colgar sus pertenencias en el colgador, etc.). Aunque también pueden utilizarse con conductas que tienen que ver con el buen comportamiento, tratar con respeto a profesores y compañeros (hablar con un tono de voz medio, con palabras y gestos amables).

Se establecerán entre 3 y máximo 5 conductas-objetivo que se quieran trabajar. Es importante que las conductas que se elijan para trabajar no sean todas muy difíciles de alcanzar. Lo adecuado es hacer una jerarquía progresiva.

### **B. Establecer reforzadores:**

Se trata de pensar qué reforzadores le pueden gustar al alumno. No es necesario pensar en reforzadores muy extraordinarios, sino simplemente en esas cosas o actividades del día a día que ya suelen hacer. Para ello puede ayudar hacerse estas preguntas: ¿Qué actividades le gusta hacer y pide realizar? (ser el primero de la fila, jugar a un juego determinado, leer, dedicar un tiempo a juegos educativos en el ordenador, dibujar, escuchar música, regar las plantas de la clase, etc.).

Es necesario que pensemos cuál de estos reforzadores le motivarán más a esforzarse. Los reforzadores deben ser privilegios de su ambiente natural y deben pactarse juntamente con el alumno. En la edad escolar un reforzador muy potente es la felicitación por su conducta y trasladar esta felicitación a la familia. Las consideraciones para escoger estos reforzadores son las mismas que se han explicado en el apartado anterior.

### **C. Explicar el funcionamiento de la economía de puntos**

De la forma más sencilla, visual y motivadora posible se debe presentar las conductas que se ha decidido trabajar y su equivalencia en puntos para la obtención de los reforzadores.

Es necesario que quede reflejado de forma clara qué se espera del niño o del adolescente, cuándo, qué obtendrá y a qué se comprometen los profesores.

También se debe decidir cuántos puntos o fichas se darán por cada conducta realizada. Si todas las conductas o hábitos son igual de difíciles se dará una ficha o un punto por cada uno realizado correctamente. En cambio, si hay conductas que le resultan más difíciles le daremos más fichas o puntos. Si, por ejemplo, lo que más le cuesta es obedecer a la primera y en cambio hacer los deberes y colgar la chaqueta en el colgador es igual de difícil, se puede establecer dar dos fichas/puntos por obedecer a la primera y una/o por hacer los deberes y otro por colgar la chaqueta. Para determinar el número de fichas o puntos necesarios para conseguir un reforzador (premio), se tendrán en cuenta los puntos o fichas totales que puede conseguir cada semana y el valor que se le haya dado a ese reforzador en concreto. Por ejemplo, cada 4 puntos/fichas conseguidos es el primero de la fila o tiene 10 minutos al final de la clase para mirar manga. Cada 15 puntos obtenidos se escribe un comentario positivo de su evolución a la familia.

Es conveniente establecer un momento en el que los profesores registrarán los puntos o las fichas. Es necesario realizar un recuento de los puntos o fichas y anotarlos. Asimismo, es necesario ir reforzando cada una de las conductas que el niño haga bien, omitir comentarios por lo que no ha hecho bien y animarle a realizar las conductas que todavía le cuestan. Es importante tener presente que recibe atención, puntos o refuerzos por lo que ha conseguido mejorar y hacer, no por lo que todavía no se ha logrado. Para que la economía funcione, es necesario ser muy sistemático al registrar lo que ha conseguido el niño a la hora de dar los reforzadores. Esta técnica suele ser muy motivadora y les ayuda a esforzarse al máximo por conseguir los objetivos pactados. Habitualmente, cuando no funciona es que nos hemos equivocado en la aplicación y es necesario revisar el procedimiento que hemos realizado.

### Un ejemplo gráfico de economía de puntos es:

|   | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|-------|--------|-----------|--------|---------|
| Hago las tareas que me dice el profesor con una sonrisa<br>(2 puntos) | ●     | ●      | ○         | ○      | ○       |
| Levanto la mano antes de hablar<br>(1 punto)                          | ○     | ●      | ○         | ○      | ○       |
| Como todo lo que me han puesto en el plato<br>(1 punto)               | ●     | ○      | ○         | ○      | ○       |

Una consideración importante en el alumnado con TND es poner fichas sólo cuando se está premiando la conducta a instaurar. Hay que recordar que la atención se da sólo cuando el alumno se está portando bien. Poner una cara triste o un adhesivo rojo, como señal de que lo ha hecho mal, da atención a la conducta negativa y facilita el enfado del niño que tiene un déficit de autocontrol de la rabia. Por tanto, se premia y se pone la ficha o se dan los puntos cuando consigue la conducta pactada. Esta técnica se fundamenta en el refuerzo positivo no en el castigo.

**Cuando esta técnica se aplica en adolescentes** se deben adaptar los formatos. Los adolescentes se muestran sensibles al respeto por su maduración y crecimiento, por lo que hay que asegurarse de que se presentan los pactos conductuales en un formato adecuado a su edad y motivaciones. No se usarán dibujos ni adhesivos infantiles, sino que se utilizarán contratos en formato preferentemente escrito o con imágenes adecuadas a la edad, donde se reflejan las conductas que el adolescente debe realizar y las consecuencias positivas de realizarlas adaptando los reforzadores a los gustos propios de la adolescencia. Si la familia se muestra colaborado-

ra, se pueden proponer contratos donde las consecuencias positivas de la buena conducta en la escuela se premien en el entorno familiar. Es más fácil encontrar reforzadores en el entorno familiar que en el escolar.

### Por ejemplo:



#### Contrato

Yo, ..... **junto con mi madre y mi padre, estoy de acuerdo en seguir el siguiente contrato:**

- 1.** Anotaré todos los deberes en la agenda antes de salir de clase **(1pt)**
- 2.** Estoy de acuerdo en hacer 30 minutos de deberes dentro del horario pactado **(3pt)**
- 3.** Estoy de acuerdo en entregar los deberes puntual **(2pt)**
- 4.** Estoy de acuerdo en entrar puntual a clase **(2pt)**
- 5.** Estoy de acuerdo en respetar a los profesores **(2pt)**
- 6.** Estoy de acuerdo en no pelearme en la escuela **(2pt)**

**Si cumplo con estos puntos, mis padres están de acuerdo en dejarme el siguiente privilegio cuando haya acabado.**

**10 PUNTOS = 30 minutos de internet**

Firma niño / Firma padres / Firma tutor/a escolar

Una manera ágil de aplicar esta técnica en el ámbito escolar con alumnos más mayores de 9 años es la utilización de la ficha diaria de valoración de la conducta. Se identifican las conductas que se quiere instaurar. Hay que limitarse a 4 o 5 al principio, e incluir una o dos en las que el alumno tenga probabilidades de éxito. Hay que procurar que el formato sea fácil de rellenar para el profesorado:

### **FICHA DE VALORACIÓN DE LA CONDUCTA DIARIA EN LA ESCUELA**

**Valore el comportamiento diario del alumno en los aspectos indicados a continuación:**

- Utilice una columna separada para cada asignatura (máximo 5 en un día)
- Utilice la siguiente escala de valoración:
  - 1** ➤ Conducta excelente
  - 2** ➤ Buena
  - 3** ➤ Normal
  - 4** ➤ Mala conducta

| <b>CONDUCTAS A VALORAR</b>  | <b>CASTELLANO</b> | <b>INGLÉS</b> | <b>MATEMÁTICAS</b> | <b>EDUCACIÓN FÍSICA</b> | <b>EDUCACIÓN VISUAL</b> |
|-----------------------------|-------------------|---------------|--------------------|-------------------------|-------------------------|
| Participación en clase      | 2                 | 1             | 3                  | 2                       | 1                       |
| Calidad del trabajo         | 3                 | 1             | 4                  | 2                       | 1                       |
| Sigue las normas            | 2                 | 1             | 4                  | 3                       | 1                       |
| Relación con los compañeros | 1                 | 1             | 3                  | 1                       | 1                       |
| Deberes                     | 3                 | 1             | 3                  | -                       | 1                       |

**Comentarios:** Hoy ha ido muy bien, la profesora de inglés le ha felicitado

Con esta ficha de valoración de cada profesor, el tutor podrá asignar los puntos pactados con el alumno y la familia en el contrato conjunto o en el realizado en el ámbito escolar únicamente.

### 2.4.5.3. El refuerzo negativo

El procedimiento llamado de refuerzo negativo es una manera distinta de premiar. Si en el refuerzo positivo la consecuencia positiva de realizar una conducta es dando un premio en cualquiera de los formatos comentados, en el refuerzo negativo se premia liberando al alumno de alguna actividad que no le guste.

**Por ejemplo:** *“Has hecho tan bien estos 3 ejercicios que no hace falta que hagas los dos siguientes” o “has estado toda la clase escuchando al profesor y has controlado tu enfado cuando te ha corregido, por lo tanto, hoy no hace falta que te encargues tú de vaciar las papeleras”.*

**En resumen:**

---

- **El refuerzo es el arma más potente para fomentar un buen comportamiento.**

---

- **El refuerzo favorece el desarrollo emocional positivo.**

---

- **La economía de puntos:**

- Permite establecer conductas apropiadas y facilita la demora del refuerzo.
  - Mantiene las conductas positivas aprendidas.
  - Permite individualizar el programa y graduar mejor la relación entre conducta y reforzador.
  - Facilita aumentar la exigencia de manera progresiva.
  - No se produce tan fácilmente la saciedad ya que los premios a obtener son más y variados.
-



---

## PROCEDIMIENTO

---

**1)** Determinar las **conductas** que se quieren incrementar y que se recompensarán con las fichas

---

**2)** Realizar, junto con el niño, un **listado de reforzadores positivos** que le gustaría conseguir o que en general le gusten mucho.

---

**3)** Establecer una lista de **equivalencia** entre reforzador y número de fichas que necesita para conseguir cada uno de los reforzadores

---

## 2.4.6. Estrategias para eliminar o reducir conductas inadecuadas

Cuando se quiere disminuir o eliminar las conductas inadecuadas hay que asegurarse de que cada vez que el alumno muestra una conducta negativista o desafiante no va a obtener ningún refuerzo. Como se ha visto, esto mantendría su conducta. Por ello, lo que se va a garantizar, en la medida de lo posible, es que ante las conductas que quieren corregir se utilicen técnicas de obediencia y disciplina positiva.

En este apartado se explica en qué consisten la extinción, el tiempo fuera, la sobrecorrección o la retirada de privilegios. Todas ellas son técnicas positivas de disciplina y obediencia que favorecen que el alumno aprenda a portarse bien y a discriminar las consecuencias de su buena o mala conducta. En cambio, no se abordan estrategias tradicionales de castigo, es decir, la aplicación de estímulos aversivos como los castigos físicos, la ridiculización, las reprimendas hostiles, etc. En la actualidad, hay evidencias de que estas medidas de disciplina tienen efectos no deseados:

- Pueden fomentar sentimientos desagradables hacia la persona que lo aplica (miedo, rabia, venganza, etc.).
- No son educativas, ya que no enseñan las conductas adecuadas ni proporcionan estrategias de autorregulación.
- El adulto que castiga se convierte en un modelo inadecuado de autocontrol y comunicación.

Por ello, **como norma general se deben aplicar consecuencias lo menos aversivas posible.**

### 2.4.6.1. La extinción

Es la técnica que aplicamos cuando dejamos de reforzar o recompensar una conducta.

Está indicada para reducir o eliminar las conductas no deseadas o inadecuadas que no suponen un peligro inmediato para nadie ni son destructivas. Es especialmente útil para conductas propias del alumnado con TND que consisten en pataletas, quejas, amenazas, protestas, comentarios inapropiados, echar la culpa a otros, querer decir la última palabra, etc. Consiste en dejar de reforzar o recompensar una conducta. Si a un comportamiento no le siguen consecuencias de ningún tipo irá disminuyendo hasta que llegue a desaparecer.

Consiste en ignorar la conducta problemática. Por lo tanto, no hay que mirar al niño mientras haga esta conducta, ni escucharlo, ni contestarle ni hablarle, ni hacer gestos con la cara ni de aprobación ni de desaprobación. Cuando deje de hacer esa conducta le prestaremos atención de manera inmediata y, si es posible, reforzaremos la conducta incompatible, la adecuada. El alumno debe notar el contraste entre el caso que le hacemos cuando se porta mal y cuando se porta bien. Se debe informar al alumno que cuando realice estas conductas, las cuales se deben concretar, no será escuchado ni atendido.

Al principio la conducta no deseada puede aumentar temporalmente, pero si el educador se mantiene firme desaparece.

**Recuerde:** no se debe utilizar la extinción cuando son conductas peligrosas que implican riesgo físico para el niño o para los demás como agresiones o autoagresiones (ej. como cuando se sube a la ventana o pega a otro niño, etc.) ni en conductas destructivas como romper material escolar colectivo.

En los centros escolares, en ocasiones, son los propios iguales los que pueden reaccionar riendo o haciendo comentarios a las conductas inadecuadas de sus compañeros con TND, lo cual puede actuar como un reforzador para éstos. En estas situaciones, el grupo clase debe ver de manera clara qué espera el profesorado de ellos y a qué conductas deben responder. Puede resultar útil, explicar al conjunto del grupo clase ante qué situaciones se les pide su colaboración. Las asambleas o espacios de tutoría son un buen momento para hacer reflexiones tipo: “como sabéis, en todas las clases, en la nuestra también, hay alumnos que tienen mayores dificultades para portarse bien, a veces se pueden quejar o hacer cosas que os pueden provocar la risa al resto. Para poder ayudarles, de la misma manera que tenemos el compromiso de ayudar a cualquier otro compañero, en estas situaciones os tenéis que controlar, no reiros y seguir el modelo de lo que haga el profesor. De esta manera mantendremos entre todos un buen ambiente en el aula y ayudaremos a que todo el mundo aprenda a comportarse de la mejor manera”.

Seguir estas indicaciones ayudará, también, a jerarquizar las conductas sobre las cuales intervenimos. El alumnado con problemas de conducta, a menudo, recibe a lo largo de la jornada escolar numerosas amonestaciones de los diferentes educadores. Esto hace que se vaya construyendo un autoconcepto negativo. Con el tiempo, los adultos dejan de esperar que se porte bien, y ellos mismos se convencen de que no saben portarse bien. A menudo expresan que no saben por qué se portan mal, que ellos quisieran portarse bien pero que no lo consiguen. Sienten que cuando la rabia los inunda pierden el control. De manera paralela, es frecuente que las familias reciban quejas diarias de la conducta de sus hijos. Esto hace que se entre en un círculo vicioso donde reina la desesperanza y la impotencia. Aplicar la extinción de las conductas que hemos comentado puede ayudar a no intervenir en todas las conductas

cayendo en un exceso de rectificación constante. Si de manera paralela aplicamos las estrategias de refuerzo antes comentadas, podremos empezar a crear la expectativa positiva de que también hacen cosas de manera correcta, que hay días en los que no es necesario aplicar estrategias punitivas y con ello contribuiremos a un mejor desarrollo y pronóstico de estos alumnos.

#### 2.4.6.2. El tiempo fuera

Es la técnica que se aplica cuando se **retira al alumno de una situación problemática**. Sirve para romper de forma rápida un ciclo de mal comportamiento. Cuando los alumnos pierden el control y entran en rabietas y provocaciones y se comportan mal, se muestran nerviosos y no saben ni qué dicen ni qué hacen, y debemos reconducir la situación de manera adecuada.

El tiempo fuera es una estrategia psicológica de intervención, muy utilizada en la infancia y la adolescencia, para conseguir eliminar una conducta inadecuada. En esta técnica se aplica una consecuencia negativa al niño, ya que se le priva de reforzadores, aislándolo durante un período breve de tiempo sin recibir atención y aburriéndose, cuando ha realizado una conducta que se quiere eliminar.

**Está indicada**, por tanto, para facilitar el autocontrol del alumno y eliminar los reforzadores que están manteniendo la conducta inadecuada. **Consiste** en sacar al niño o adolescente inmediatamente de la situación en la que se ha producido la conducta a eliminar, dándole un tiempo para que reconsidere su conducta y se pueda calmar para volver a incorporarse en el aula o en la actividad con la conducta adecuada.

**Se aplica informando** al alumno en qué situaciones se utilizará esta técnica, generalmente cuando tiene rabietas o comportamientos agresivos o peligrosos, por ejemplo, insultar o pegar o provocar. Se debe explicar al niño claramente el funcionamiento de la técnica (lugar al que debe ir, durante cuánto tiempo y por qué), y dejarle claro qué conducta inadecuada traerá como consecuencia el aislamiento.

**El tiempo fuera será proporcional a la edad, calculando, en general, un minuto por año.** Se debe pactar con el equipo docente el lugar dónde se realizará el tiempo fuera. Cuando son niños pequeños, puede ser dentro de la misma aula, en un rincón ausente de reforzadores. En otras ocasiones, puede ser un tiempo para ir al lavabo, calmarse y volver a entrar. En otras, ir a la sala de profesores o a un despacho o aula dónde sepamos que hay un profesor que lo pueda vigilar sin darle atención ni conversación, solo supervisando su conducta. **Se debe garantizar que esté en un espacio seguro dónde no tenga acceso a ningún tipo de reforzador.** Por tanto, sacar a un alumno de la clase al pasillo, donde se pueda sentar en el suelo y escuchar música con sus auriculares o con el móvil pueda acceder a sus redes sociales, no sería un tiempo fuera, sino un refuerzo positivo a su mala conducta (el premio es escuchar música o estar con el móvil) y un refuerzo negativo (librarse de estar en clase). Tampoco lo sería estar un rato de agradable conversación con un docente que muestre interés por su situación o por lo que ha sucedido.

Se utilizará un tono de voz firme y contundente y se dará la consigna: "Este comportamiento es inaceptable: no se empuja a los compañeros, está mal, no lo vuelvas a hacer. Ahora debes salir de clase e ir al aula de refuerzo".

Mientras el alumno esté en tiempo fuera, los adultos de su alrededor deberán hacer extinción (no hablar con él, no mirarle, no hacer recriminaciones ni comentarios).

Si cuando se acaba el tiempo el niño está llorando o el adolescente sigue portándose mal se le dejará en el tiempo fuera hasta que haya estado medio minuto calmado, ya que si lo dejamos salir sin haber reconducido su conducta reforzaremos su conducta negativa.

La mayoría de los niños, niñas y adolescentes no se rebelan cuando se aplica el tiempo fuera de manera sistemática y correctamente. En caso de que lo hagan, a las dos semanas de aplicación de la técnica lo acostumbra a aceptar correctamente. Aun así, si nos encontramos con algún alumno que se resista se pueden utilizar las siguientes estrategias:

### En alumnos preescolares:

- Si tarda en ir al tiempo fuera: llevarlo de la mano, aunque se niegue.
- Si hace ruido mientras está en el tiempo fuera: ignorarlo.
- Si se escapa: volver a sentarlo y ordenarle que se quede.
- Si sigue levantándose poner la mano firme encima del hombro sin contacto visual.

### En la primaria y la secundaria:

➤ Si tarda en ir al tiempo fuera: decirle que debe ir de inmediato o, si no, tendrá que quedarse unos minutos adicionales. En el caso de que no responda se deberá aplicar retirada de privilegios (por ejemplo, no podrá ir al patio) que es una técnica que explicaremos en breve.

➤ En los alumnos más pequeños, si tiene rabietas mientras está en el tiempo fuera: ignorarlo. Si cuando finaliza el tiempo establecido sigue sin calmarse, se le dice: "*Te vendré a buscar cuando estés más tranquilo*".

**No hay que olvidar elogiar al alumno cuando se disculpe, se controle y empiece a comportarse de manera adecuada.**

#### 2.4.6.3. La sobrecorrección

Está indicada ante conductas inadecuadas que se pueden reparar. Es decir, cuando se puede establecer una correspondencia entre la conducta inadecuada que ha realizado y la conducta que se desea que aprenda. Ésta será la consecuencia de su mala conducta: rompes un dibujo, la consecuencia es que tienes que hacer un dibujo; pintas la mesa, la consecuencia es que debes limpiar la mesa. Por tanto, consiste en enseñar la conducta adecuada. Se le obliga a deshacer el mal que ha originado (sobrecorrección restitutiva) y después se le hace practicar de forma correcta la tarea (sobrecorrección de práctica positiva).

Se aplica de manera inmediata a la realización de la conducta inadecuada estableciendo qué debe hacer como consecuencia de la mala conducta. Le explicaremos con un tono de voz firme, a la vez que cálido, que lo que acaba de hacer tiene sus consecuencias porque sabemos que él es ca-

paz de hacerlo correctamente y eso es lo que se le va a exigir. Evitar gritar y mostrar enfado, pero sí contundencia ante la aplicación de la consecuencia.

**En resumen, se seguirán los siguientes pasos:**

- Establecer la conducta que debe realizar para corregir o deshacer el daño social o físico.
- Hacer que el niño restaure el ambiente hasta dejarlo mejor de cómo estaba.
- Guiar, si es necesario, en la ejecución de la conducta reparadora.
- En los niños pequeños si se resisten a realizar la sobrecorrección, se les puede ayudar con las manos a realizar la acción correcta. Si no quiere recoger, se pueden coger sus manos de manera respetuosa y guiarle como si fueran las de un robot, cogiendo los objetos y poniéndolos en el lugar adecuado. Ignorar los llantos, rabietas o resistencias. Es importante mantenerse tranquilos y firmes hasta que el niño haya realizado la tarea o la empiece a hacer solo.
- Si el adolescente se resiste, simplemente se anuncia la retirada de un privilegio si no repara el daño (no salir al patio hasta que lo haga, no ir a una salida).
- Inmediatamente que realiza la conducta adecuada, se elogia y refuerza la obediencia, *“sabía que eras capaz de hacerlo así de bien”*, por ejemplo.

|   |   |   |
|---|---|---|
| Si el niño dibuja en la pared, se le debe pedir que la limpie, y dejarla más limpia de lo que estaba. | <b>REPARAR EL DAÑO</b><br>   | Hacer varios dibujos en lugares adecuados que debe pedir o buscar |
| Si tira un bote de pintura al suelo deberá limpiarlo.   |   | Limpiar otros espacios de la escuela                              |
| Si empuja a un compañero: deberá pedir disculpas al compañero que ha empujado.                        | <b>PRÁCTICA POSITIVA</b><br> | Hacer cosas agradables al compañero que empujó                    |
| Si baja las escaleras hacia el patio corriendo: deberá volver al aula desde el patio.                 |   | Bajar despacio las escaleras varias veces                         |

#### 2.4.6.4. La retirada de privilegios

Está indicada cuando se quiere que el alumno deje de realizar alguna conducta no deseable que no podemos ignorar. También, está indicada cuando no obedece ante las técnicas anteriormente explicadas: tiempo fuera o sobrecorrección.

Consiste en que el alumno debe “pagar” las consecuencias de su mala conducta con la retirada de un beneficio o privilegio. Es similar a la multa que debemos pagar los adultos por haber cometido una infracción de tráfico.

**Se aplica de la siguiente manera:**

- Se debe informar al alumno de antemano de cuándo se va a aplicar la retirada de privilegios, es decir, debe conocer ante qué conductas se le aplicaran sanciones, cuando no salgas de clase cuando se te dice, cuando no cumplas con las normas establecidas (se le concretan cuáles), cuando agredas a un compañero, etc.

- También se le debe informar de las consecuencias de su conducta "cada vez que no obedezcas cuando se te indica salir de clase X minutos, te quedarás sin patio y estarás en mi despacho haciendo tareas escolares", "Si agredes a un compañero, te quedarás sin viaje de fin de curso".
- Se debe concretar mucho para que el niño o adolescente conozca perfectamente qué condiciones o conductas supondrán una retirada de privilegios (por ejemplo, pegar, no hacer los deberes, etc.), qué privilegios se retirarán y durante cuánto tiempo. Es conveniente que las consecuencias negativas duren poco en el tiempo. No sería correcto "un mes sin patio".
- Nunca se debe amenazar con una consecuencia negativa si no se piensa aplicarla ("si no haces los deberes no irás de excursión" y luego va). La amenaza incumplida hace que perdamos credibilidad.
- El tipo de consecuencias negativas estará relacionado con privilegios del niño o adolescente nunca con cosas importantes para su desarrollo y educación, como dejarlo sin ir al colegio o a actividades deportivas o de arte.
- La consecuencia debe aplicarse todas las veces que aparece la conducta inadecuada; así se establece rápidamente la relación conducta-consecuencia.
- Debe aplicarse lo más rápido posible después de la conducta que se quiere modificar.
- Para que la retirada de privilegios resulte eficaz, debe hacerse con algo que sea gratificante para el alumno.
- Si el niño o adolescente percibe la consecuencia negativa como algo poco razonable, es posible que reaccione de forma desproporcionada y se comporte aún peor. Si la consecuencia negativa se alarga mucho (por ejemplo, un curso sin excursiones), no tendrá incentivos para portarse bien.
- No es conveniente alterarse cuando se aplica una consecuencia

negativa, ni gritar ni verbalizar cosas como "siempre acabas haciéndolo todo mal", "estás agotando mi paciencia", "no vas a conseguir nada en la vida", etc.

- Aplicamos la consecuencia negativa, con una actitud tranquila y firme.
- No debemos olvidar mantener un equilibrio entre los refuerzos y las consecuencias negativas. La consecuencia negativa sólo indica al niño o al adolescente lo que no debe hacer, pero no enseña lo que debe hacer. Por tanto, no hay que enseñar (y reforzar) conductas alternativas a la que se quiere eliminar. Por ejemplo, le retiraremos privilegios cada vez que no obedezca, pero recordaremos reforzarlo/la cada vez que sí obedezca.
- Dado que en el entorno escolar hay menos privilegios de los que puede haber en el entorno familiar, cuando la familia está dispuesta a colaborar, se puede pactar la retirada de privilegios en el entorno familiar ante informes del colegio de conductas que se consideren realmente graves: agresiones, faltas de respeto considerables, etc. En estos casos, el alumno debe conocer los pactos acordados y ante qué conductas tendrá consecuencias en casa (no salir el fin de semana, retirada de móvil, retirada de *play*, *switch*, etc.). Es importante jerarquizar y dejar este recurso, como se ha indicado, sólo ante conductas realmente graves. Es probable que el alumno negativista en el colegio también lo sea en el entorno familiar. No hay que sobrecargar a la familia con sanciones e informes negativos ya que así se incrementa su desesperanza, su cansancio, su desolación e impotencia.
- No es recomendable expulsar al alumno de la escuela. A menudo esto se convierte en un premio, ya que es difícil controlar que mientras dure la expulsión no tenga acceso a juegos, plataformas digitales, etc. Si hay reincidencia y conductas graves que requieran separarlo de la dinámica escolar, es aconsejable una expulsión del aula, pero dentro del mismo centro educativo, estableciendo un horario con profesores que lo vigilen sin prestarle atención y con tareas escolares a realizar, con la consigna de que hasta que no las finalice

no se podrá incorporar al grupo. En estos casos no debe ir al patio con sus compañeros. La expulsión tampoco se puede alargar en el tiempo. Hay que procurar no abusar de esta estrategia y no dejar de aplicar todas las estrategias antes descritas, como el refuerzo positivo de todo lo que haga bien. Si no es posible realizar la expulsión en el mismo centro escolar, hay que procurar que la familia controle que no sean unos días de vacaciones, por tanto, mientras dura la expulsión en el horario escolar no puede tener acceso al móvil, internet, televisión y debe realizar tareas escolares. Mucho menos, si es adolescente, puede salir con amigos en horario escolar. Cuando los padres disponen de recursos es aconsejable poner un profesor de clases particulares que supervise que está trabajando o llevarlo a un entorno controlado (un despacho, casa de algún familiar que lo pueda supervisar, etc.)

## 2.5. Formas de comunicación asertiva ante la mala conducta

Es importante recordar que el alumnado con TND tiene dificultades para controlar la rabia y tiende a mostrar irritabilidad, encolerizarse y enfadarse con facilidad. Por ello, hay que proporcionarle un modelo de autocontrol adecuado y fomentar un estilo de comunicación asertivo. Por tanto, el adulto debe mantener la calma, sin enfadarse, mostrarse firme pero cálido, describir la conducta inadecuada y la que se espera que realice. Se debe transmitir confianza en que es capaz de mejorar y aprender a controlarse y a portarse bien. Si los adultos crean expectativas de mejora, es más probable que su conducta mejore, tal como han indicado múltiples estudios con el conocido efecto Pigmalión. Además, así se fomentará un buen autoconcepto, se preservará su autoestima y se contribuye a prevenir alteraciones del estado de ánimo.

### Algunos ejemplos de este tipo de comunicación son:

(Adaptado de Faber y Mazlish, 2006)

#### > Refiérase a sus conductas no a su manera de ser

—“No es correcto que dejes las pinturas por el suelo y sin tapar. Por favor, recógelas del suelo, tápalas, guárdalas en su caja y deja la caja en la estantería”, en vez de

—“Eres un desordenado y un dejado, todo lo estropeas”

#### > Expresa sus sentimientos con rotundidad

—“Me disgusta mucho cuando encuentro las pinturas tiradas por el suelo”

#### > Manifieste sus expectativas

—“Cuando usamos un material común espero que se respete”

#### > Enseñe cómo rectificar

—“Lo que hay que hacer ahora con estas pinturas es ponerlas en su sitio, ordenadas y cerradas”

#### > Dele opciones

—“Puedes usar las pinturas con cuidado y dejarlas cerradas en su sitio o no utilizarlas. Depende de ti”

#### > Tome medidas y provoque la reflexión

Alumno: —“¿Por qué ahora guardas las pinturas en tu armario?”

Maestro: —“Explícamelo tú”

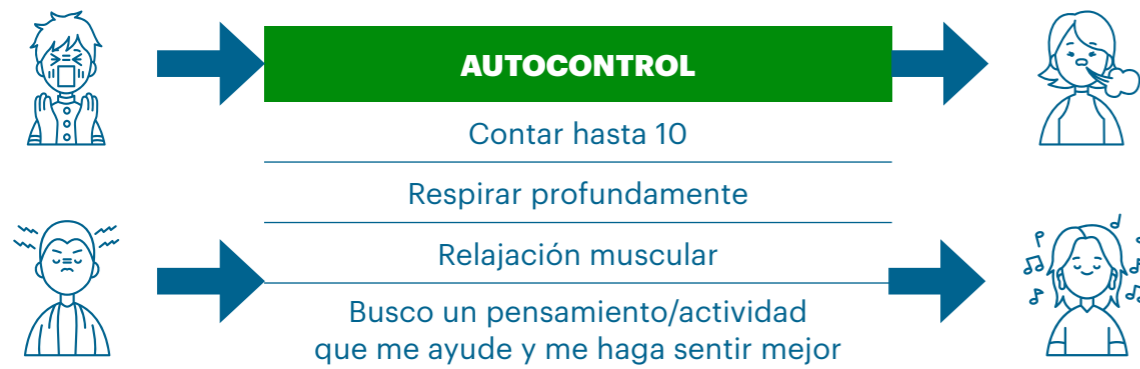
#### > Resuelva conjuntamente los problemas

—“¿Cómo lo podríamos hacer para que uses las pinturas de clase cuando las necesites y yo sepa que están bien ordenadas y cerradas?”

## 2.6. Estrategias para incrementar el nivel de autocontrol del alumnado

Si el alumno está yendo a una psicóloga clínica seguramente le estará ayudando a mejorar su nivel de autocontrol. Si es así, es recomendable coordinarse con él para ayudar al alumno a aplicar en el entorno escolar las técnicas de autocontrol que haya trabajado con la psicóloga y, así, las generalice de la consulta a la vida diaria que es dónde realmente necesita saber controlarse.

El objetivo de las técnicas de autocontrol es ayudar al niño a que aprenda a controlar sus arrebatos, pataletas y enfados. Para ello se facilita que analice adecuadamente su situación, reconozca sus propios sentimientos y emociones, evite conclusiones precipitadas y erróneas (errores de pensamiento), interiorice estrategias que le ayuden a mantener la calma: auto-tiempo fuera, relajación, respiración profunda...



### Algunos recursos que se pueden utilizar en el aula son:

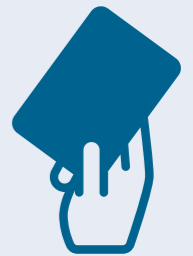
> Utilizar **tarjetas de recordatorio** que eviten tener que llamarle la atención en público y le recuerden técnicas de autocontrol. El profesor se dirige al sitio del niño y le deja la tarjeta con un STOP donde se le recuerda que respire, cuente hasta diez, piense antes de hablar, etc.

> **1. STOP. Respira y cálmate**

> **2. Habla con un tono de voz bajo y escucha**

> **3. Piensa en cuál es el problema y cómo se puede resolver**

> **4. Escoge una opción que te ayude a hacer bien las cosas**



> Utilizar **señales verbales o no verbales pactadas** previamente con el alumno que le indiquen que puede salir unos minutos de clase para relajarse y volver a entrar.

> **Establecer la rutina** de realizar ejercicios de relajación o *mindfulness* con el conjunto del alumnado en determinados momentos de la jornada escolar.

> Si se observa que el alumno con TND está empezando a descontrolarse, se puede **hacer una pausa** y proponer un breve ejercicio de *mindfulness* o un minuto de relajación colectiva.

En algunos casos, se pueden utilizar las estrategias antes descritas para motivar al alumno a aplicar las técnicas de autocontrol, por ejemplo, utilizando **contratos conductuales**:

**Contrato de comportamiento de .....**

Yo, X, junto con mis padres, profesores y psicólogo, estoy de acuerdo en llevar a cabo el siguiente compromiso:

1. Cuando identifique que me estoy enfadando me iré del lugar
2. Me calmaré
3. Avisaré al profesor si creo que no puedo resolver el problema yo solo
4. Resolveré el conflicto dialogando y llegando a la mejor solución para ambas partes

Si lo consigo, llevaré una notificación de felicitación en la agenda.

---

**PRIVILEGIO**

Mis padres están de acuerdo en dejarme usar el ordenador 40 minutos cada día después de las 8. Si lo cumplo 5 días consecutivos de la semana, el fin de semana me dejarán conectarme 1 hora.

## 2.7. Flexibilidad cognitiva y estrategias de resolución de problemas

A menudo, el alumnado con TND tiene dificultades de cognición social con tendencia a un sesgo hostil en la interpretación de las situaciones sociales y un déficit de habilidades para resolver problemas de manera adecuada. Por ello tienden a enfadarse y mostrarse susceptibles.

- **Para incrementar la flexibilidad cognitiva se puede ayudar al alumnado a:**

- **Favorecer el pensamiento causal:** establecer las causas
- **Favorecer el pensamiento alternativo:** imaginar el mayor número de soluciones o explicaciones alternativas (Choca con un compañero - Alumno: "es su culpa, lo ha hecho expresamente"; Maestro: "no crees que quizás no te ha visto y por eso ha chocado contigo". Ante un conflicto con un profesor de matemáticas - Alumno: "me tiene manía"; Tutor: "puede ser que hoy se haya disgustado porque llevas toda la semana sin hacer los deberes y hablando en clase").
- **Favorecer el pensamiento consecuencial:** prever las consecuencias de un hecho, "¿Qué crees que va a pasar si sigues gritando e insultando?"
- **Favorecer el pensamiento en perspectiva:** ponerse en el sitio del otro "¿cómo crees que se siente cuando le hablas gritando y le insultas?"
- **Favorecer el pensamiento medios-objetivos:** fijar los objetivos y prever los medios, "recuerda que tu objetivo era ganar los puntos de esta semana, para ello debes controlar tus enfados y ahora estás a punto de enfadarte, recuerda qué debes hacer para calmarte: respirar, contar hasta 10, ir a lavarte la cara, etc."

La escuela es un entorno rico en experiencias sociales, por ello es un lugar óptimo para ayudar al alumnado a mejorar sus habilidades sociales y a adquirir estrategias de resolución de conflictos. Algunas ideas que pueden ayudar son:

- **Ayudarlo a mediar en sus conflictos**
- **Priorizar las conductas a intervenir en función de su gravedad o importancia.**
- **Ayudarlo a analizar las situaciones de conflicto y a generar posibles alternativas de resolución adecuada.**
- **Dar modelos de resolución y alternativas**

Para ello es recomendable utilizar estrategias de resolución de problemas con el objetivo de gradualmente ir incrementando la independencia del alumno, ayudarlo a distinguir aspectos negociables de no nego-



ciables, demostrar que esta técnica es un modo efectivo de resolver sus problemas y ayudar lo a mantener una buena comunicación.

Hay que mostrar interés por el problema y no emitir juicios. El adulto debe procurar no resolver él el problema, sino que debe guiar y enseñar al alumno cómo resolverlo por sí solo.

≈

**“¿Cómo puedes resolver esto?”**

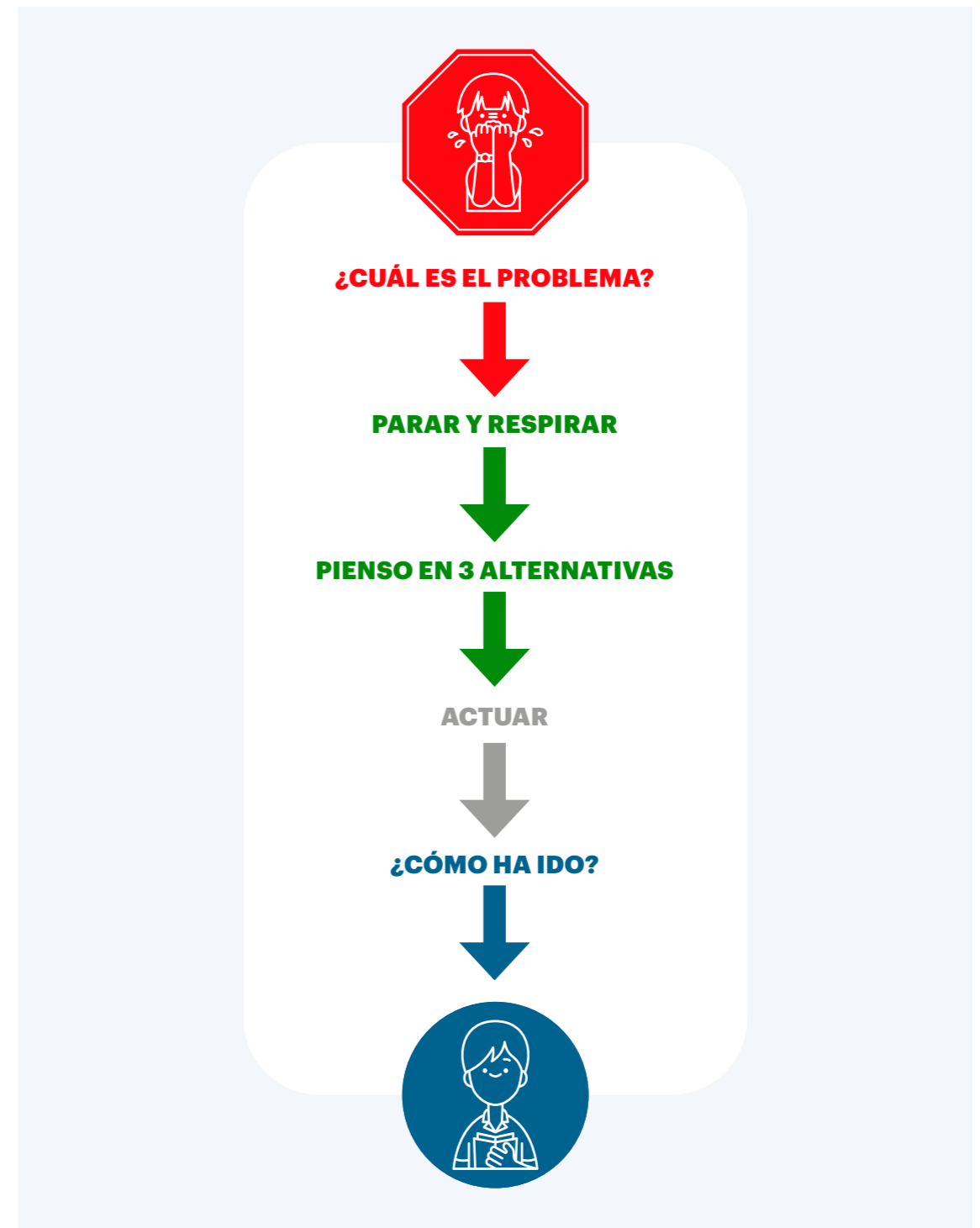
**“¿Qué otra cosa podrías haber hecho que te permitiera alcanzar tu objetivo y cumplir las normas?”**

≈

**Para enseñar a resolver problemas al alumnado se puede seguir el siguiente guión:**

- Hablar con respeto sin descalificaciones ni insultos
- Escuchar a ambas partes
- Exponer cómo se siente cada parte
- Expresar las necesidades de cada parte
- Trabajar para encontrar una solución mutuamente aceptable
- Escribir todas las ideas o posibles alternativas de solución sin evaluarlas
- Decidir qué sugerencias os gustan, cuáles son descartables, y cuáles escogéis como alternativas o solución
- Hacer el seguimiento de la resolución

Se puede disponer de fichas con las pautas de resolución de problemas con una presentación adecuada a cada edad:



## Carteles de solución de problemas para el aula

- > **1.** STOP. Recobrar la calma

---

- > **2.** Hablar y escucharse el uno al otro

---

- > **3.** Determinar lo que ambos necesitan

---

- > **4.** Proponer soluciones

---

- > **5.** Elegir la idea que más les guste a los dos

---











- > **6.** Diseñar un plan. Ponerlo en práctica

## Registro de las soluciones propuestas

### EL PROBLEMA

¿Qué pueden hacer ahora mismo para que....

\_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ ?  
*El primer niño obtenga lo que necesita      El segundo niño obtenga lo que necesita*

| Ideas<br>Marcad las ideas que más os gusten a los dos   | Lo que nos parece la idea   |   |
|---|---|---|
|   | Mario   | Eva   |
|  Jugar mañana              |  |  |
|  Jugar en el próximo patio |  |  |
| Jugar después de clase  |  |  |
| Hacer juntas otras actividades  |  |  |

## Ante un conflicto entre alumnos se puede guiar para su solución de la siguiente manera:

- > ¿Qué ha pasado?
- > ¿En qué me fijo para saberlo?
- > ¿Qué explicaciones doy?
- > ¿Cuál es mi papel en esta situación?
- > ¿Qué quiero conseguir?
- > ¿Qué soluciones puede haber?
- > ¿Cuál es la mejor?
- > ¿Con qué criterios evalúo?
  - ¿Es eficaz?
  - ¿Es justa?
  - ¿Crea buenos sentimientos?
  - ¿Es segura?

## Un ejemplo de diálogo en un conflicto entre dos compañeros con la guía del profesorado, a modo ilustrativo, podría ser:

- > Explicame tu punto de vista, ¿qué ha pasado? ¿Cuál es el problema?
- > ¿Cómo se estaba sintiendo tu compañero?

- > ¿Cómo te sentías tú? (Utilizando la fórmula: "Yo me siento.... cuando tú.... porque....")
- > Di qué dijo el....
- > Parece que (el primer alumno necesita)....y (el segundo alumno) necesita.... ¿Es así?
- > ¿Por qué puede ser que este niño se portara así?
- > ¿Qué hubieras hecho tú si...?
- > En qué estabas pensando o qué querías conseguir cuando te portaste así?
- > ¿Crees que has conseguido tu objetivo?
- > ¿Crees que comportarte de esta manera estuvo bien?
- > ¿Qué podéis hacer ahora para resolver el problema?
- > Sí, podéis ... ¿Qué más podéis hacer?
- > ¿A ti te parece bien?
- > ¿Está resuelto el problema?
- > ¿Qué haréis?
- > ¿Qué tiene que pasar antes? ¿Y después? ¿Cómo, cuando, dónde y con quién?
- > Si esto volviera a pasar, ¿qué haríais?
- > ¿Cómo ha funcionado la solución?

**Un ejemplo de diálogo en un conflicto entre un profesor y un alumno, a modo ilustrativo, podría ser:**

“Quiero resolver el problema de una manera conveniente para los dos.”

“Me siento \_\_\_\_ cuando tú \_\_\_\_ porque \_\_\_\_”

“Así que te sientes \_\_\_\_ porque \_\_\_\_”

“Parece que yo necesito \_\_\_\_ y tú necesitas \_\_\_\_ . ¿Es así?”

“¿Qué podemos hacer que nos convenga a los dos?”

“Sí, podríamos \_\_\_\_ . ¿Qué más podríamos hacer?”

“¿Cuáles serían las consecuencias?”

“¿Cómo ha funcionado nuestra solución?”

## 2.8. Prevención de explosiones conductuales

Si se aplican todas las estrategias hasta aquí explicadas, se reducen las probabilidades de la aparición de explosiones conductuales. Aun así, en los alumnos con TND es probable que no podamos evitar que aparezcan algunos episodios. Depende de cómo reacciona el adulto al inicio de los episodios, éstos podrán ser más o menos intensos y graves.

**Para intentar evitar que la conducta negativista y desafiante se intensifique se puede:**

- Antes de llamar la atención públicamente, al intuir su enfado, acercarnos de manera discreta, respetuosamente y de manera cálida y preguntarle qué le está disgustando. Ofrecerle que aplique alguna de las estrategias de autocontrol que hemos explicado.

- Escuchar activamente
- Mostrar afecto y reconocimiento, a pesar de las dificultades que presenta
- Ofrecer diferentes opciones para escoger, en vez de insistir en una única propuesta
- Reconducir su atención hacia un foco diferente de aquello que le está molestando, por ejemplo, solicitando su colaboración en alguna tarea cooperativa que le pueda motivar, ayudar a un compañero, ir a buscar material, etc.
- Recordarle las normas, los límites y las consecuencias pactadas

En los momentos de enfado una interacción frontal y autoritaria puede agravar la situación. En cambio, es positivo disponer de estrategias alternativas al “no” ante las peticiones inadecuadas del alumnado que generan menor irritabilidad:

### ➤ Dar información

Alumno: —“¿Puedo salir de clase?”

Profesor: —“Debes acabar la actividad primero”

### ➤ Aceptar los sentimientos

Alumno: —“¡Esto es un palo! Paso de hacerlo”

Profesor: —“Entiendo que te aburra, es pesado hacer cosas que no nos gustan”

### ➤ Describir el problema

Alumno: —“Vaya rollo, no lo pienso hacer”

Profesor: —“Me encantaría decirte que no hace falta que lo hagas, pero esta actividad es necesaria para aprobar esta asignatura”

### ➤ Siempre que sea posible, sustituir el no por un sí

Alumno: —“¿Puedo salir de clase?”

Profesor: —“¡Claro que sí! En cuanto acabes la actividad”

**Darse tiempo para pensar**

Alumno: —“Yo no lo voy a hacer”

Profesor: —“Déjame que lo piense antes de darte una respuesta”

## 2.9. Actuación ante la explosión conductual

A pesar de aplicar todas las estrategias y técnicas hasta aquí comentadas, en ocasiones, no se puede evitar que el alumno con TND tenga episodios de desafío, negativistas y de enfado. En estos momentos, cuando se observa que está a punto de perder la calma, se debe recordar sus dificultades de regulación, su tendencia a la hostilidad e irritabilidad y, por tanto, percibir esta situación como una oportunidad de aprendizaje, nunca como un ataque o una cuestión personal. Nuestro modelo y manera de actuar va a ser crucial para reconducir la situación y ayudarle a regularse mejor.

**Algunas recomendaciones para las situaciones de crisis son:**

- > No entrar en argumentaciones
- > Evitar el enfrentamiento
- > No caer en luchas de poder
- > Mantener la propia calma
- > Mantenerse firme

**Cuando ya ha pasado el episodio, en un lugar tranquilo y sin la presencia del resto de compañeros:****1. Analizarlo:**

¿Cuál ha sido el problema? ¿Qué te ha hecho enfadar?

**2. Aplicar las estrategias de resolución de problemas:**

¿De qué otras maneras lo hubieras podido solucionar? ¿Qué consecuencias hubieran tenido estas alternativas?

**3. Aplicar consecuencias:**

“Estoy seguro que la próxima vez lo conseguirás, hoy no ha sido posible y por eso...”.

**En el momento máximo de enfado, rabietta o descontrol, nunca debemos:**

- > Reaccionar impulsivamente
- > Tomarlo como si fuese un ataque personal
- > Pedir explicaciones en aquel momento
- > Aceptar desafíos o retos del alumno
- > Gritar
- > Provocar

## 2.10. Las entrevistas con familias de alumnado con TND

Las familias con hijos con TND a menudo acumulan un elevado malestar emocional. Por lo general, viven con desesperanza y frustración la mala conducta de sus hijos. No es infrecuente que reciban comentarios invalidantes, por parte de familiares y amigos, culpándolos de no haber educado bien a sus hijos. En consecuencia, intentar establecer una relación empática, comprensiva y profesional con estas familias va a ser de gran utilidad y el único camino que puede favorecer una necesaria relación de mutua colaboración.

**Para conseguirlo se propone:**

- > Hacer uso de una comunicación asertiva: defendemos nuestros criterios e ideas de manera clara y directa, pero respetando y mostrando interés por la opinión de los padres.
- > Empatizar y evitar reproches, juicios de valor, sentencias y predicciones de futuro a largo plazo.
- > Escuchar activamente la situación de la familia

- > Mostrar conocimiento y comprensión del TND y de la situación del hijo
- > Recordar los objetivos comunes “la mejor evolución de su hijo”
- > Expresar los motivos y sentimientos de la escuela ante determinadas situaciones
- > Mostrar una actitud de colaboración
- > Explicar los objetivos fijados
- > Comentar las conductas a mejorar, pero también los aspectos positivos del alumno
- > Explicar normas, límites establecidos y los recursos, estrategias y técnicas empleadas en la escuela
- > Solicitar la colaboración y feedback de la familia
- > Establecer acuerdos de las conductas objetivo y mecanismos de control de la conducta en la escuela (informes de conducta y/o contratos)
- > Establecer canales de comunicación con la familia y de coordinación con los diferentes profesionales que intervengan
- > Pactar el seguimiento que haremos, cómo comunicaremos la evolución y los posibles incidentes
- > Tener claro qué podemos y qué no podemos pedir a la familia

**A modo de resumen y teniendo en cuenta los pasos comentados, es aconsejable seguir los pasos de la entrevista orientadora descritos por de Miguel y colaboradores (1996).**

|   |   |
|---|---|
| <b>PREPARACIÓN</b>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Reunir información</li> <li>&gt; Planificar la entrevista</li> <li>&gt; Establecer la hipótesis previa</li> <li>&gt; Preparar la cita</li> </ul>  |
| <b>APERTURA</b>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <b>Hacer explícito:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motivo</li> <li>- Confidencialidad</li> <li>- Duración</li> <li>- Otras condiciones</li> </ul> </li> <li>&gt; <b>Convenir qué se pretende</b></li> <li>&gt; <b>Crear condiciones</b> (clima de colaboración)</li> </ul>                          |
| <b>DESARROLLO</b>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <b>Intercambiar información</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoraciones subjetivas</li> <li>- Datos concretos</li> </ul> </li> <li>&gt; <b>Mantener el intercambio en torno a los temas relevantes</b></li> <li>&gt; <b>Identificar puntos de acuerdo y preparar líneas de actuación</b></li> </ul> |
| <b>CIERRE Y PLANIFICACIÓN DEL SEGUIMIENTO</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <b>Hacer explícitas las conclusiones</b></li> <li>&gt; <b>Llegar a compromisos</b></li> <li>&gt; <b>Planificar el seguimiento</b></li> <li>&gt; <b>Realizar síntesis</b></li> </ul>   |
| <b>SEGUIMIENTO</b>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <b>Realización de las acciones previstas</b></li> <li>&gt; <b>Revisión, identificación de obstáculos y ajustes necesarios</b></li> </ul>  |

## 3. Referencias

Barkley, R. A., & Benton, C. M. (2000). *Hijos desafiantes y rebeldes*. Barcelona: Paidós.

Barkley, R. A., & Robin, A. L. (2008). *Your defiant teen. 10 steps to resolve conflict and rebuild your relationship*. London: Constable & Robinson.

Barkley, R. (2011). *Niños hiperactivos: cómo comprender y atender sus necesidades especiales*. Barcelona: Ediciones Paidós.

De Miguel, C., García, R. J., García-Fraile, F., García, D., Paniagua, G., Tabera, M. V., Torrego, J. C., & Aguado, J. C. (1996). *La entrevista un instrumento de trabajo para el profesorado*. Madrid: Consejería de Educación y Cultura.

Faber, A., & Mazlish, E. (2006). *Cómo hablar para que los adolescentes le escuchen y cómo escuchar para los adolescentes le hablen*. Barcelona: Medici.

Green, R.W. (2013). *El niño explosivo: Un nuevo modelo para comprender y criar al niño fácil de frustrar y crónicamente inflexible*. Bloomington: Universe