

# LOS PROBLEMAS COMUNES DEL COMPORTAMIENTO. EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO

Carmen Servera Morey  
Licenciada en Psicología

# UNA DE CUESTIONES...

- ¿Existen los niños perfectos?
- ¿Existen los padres perfectos?
- ¿Tenemos dudas sobre nuestra forma de corregir los errores de nuestros hijos?
- ¿Han nacido así o podemos ayudarles a cambiar y mejorar?
- La educación, ¿es una ciencia exacta?

# LA MODIFICACIÓN DE LA CONDUCTA 1

## PASOS A SEGUIR:

- 1. DEFINIR EL PROBLEMA:** es indispensable saber qué es lo que se desea cambiar, exactamente. Hay que ser específicos en la conducta a modificar, para no dejarnos llevar por los sentimientos ( “siempre es un desastre”, “ todo está sin recoger” ...) ¿OS SUENAN ESTAS FRASES?

# ¡ A PRACTICAR! 1




- Coged una hoja de papel
- Verticalmente, dividídla por la mitad.
- Escribid, en la parte superior de una de las mitades, MENOS VECES.
- En la otra mitad, MÁS A MENUDO.
- En la 1ª columna, haced una lista de comportamientos que quereis que el niño/s haga menos

# ¡ A PRACTICAR! 2


- En la 2ª columna, escribid las conductas que quereis que se consigan más a menudo.
- Cada punto que escribís tiene que tener su paralelo.
- Por ejemplo:
- SER RESPONDÓN---HABLAR CON RESPETO

# EL REFUERZO POSITIVO 1

## EL REFUERZO POSITIVO (ELOGIO):

-  Elogiar el comportamiento, NO LA PERSONA.
-  Usar elogios concretos, p.e. “me gusta mucho como...”, en lugar de “está bien”.
-  Elogiar los adelantos: reforzar cada pequeño paso dado hacia la conducta deseable, procurando “pillar” al niño en un buen comportamiento.

...





 Elogiar adecuadamente: según la edad, la personalidad, el momento, usar un tipo u otro de elogio. P.e. besos, abrazos... + las palabras y para los adolescentes un guiño, pulgar alzado + las palabras a posteriori, en la intimidad.

 Elogiar inmediatamente.

....

- 📢 Combinar elogios con amor incondicional: al principio refuerzo constante, después gradual, y una vez asumida la conducta deseable, sólo reforzar de vez en cuando.
- 📢 Es muy importante mostrar el cariño y refuerzo aún cuando no se esté trabajando para mejorar su conducta.

# CÓMO IGNORAR

-  Decidir lo que se puede y no se puede ignorar: ignorar conductas que el niño ha aprendido para salirse con la suya (p.e. las rabietas).
-  No prestar atención al comportamiento: ni de manera verbal ni no verbal. Hay que disimular.
-  Esperar a que los comportamientos empeoren antes de mejorar: AGUANTAD!!!( Media 10 min.)
-  Elogiar las conductas deseables: p.e, lloros, jugar con la comida, etc.

# LA TÉCNICA DEL DISCO RAYADO

MANTENIENDO LA CALMA Y  
CONTROLANDO EL LENGUAJE NO  
VERBAL damos la misma orden al niño  
para una conducta que no es  
recomendable, p.e.:

“cuando dejes de llorar, te atenderé”

“no puedes comer patatillas antes de cenar”

# CÓMO CASTIGAR 1

- 1) Elegir un castigo que reduzca la conducta no deseada (no castigar en la habitación, p.e.).
- 2) Moderarnos a la hora de castigar, para que no se produzca la habituación.
- 3) Usar el castigo combinado con técnicas positivas.
- 4) **NO RETRASAR EL CASTIGO:** “ verás cuando venga tu padre”

# CÓMO CASTIGAR 2

- 5) Explicar siempre las consecuencias del castigo: NO A LA COLLEJA PSICOLÓGICA.
- 6) Ser firmes: castigar siempre y cada vez que se dé la mala conducta.
- 7) No amenazar en vano: NO DAR 1.000 OPORTUNIDADES ANTES DE ENTRAR EN ACCIÓN.
- 8) Dar una oportunidad a la buena conducta: que nos demuestre lo que ha aprendido en el día a día
- 9) Castigo corporal, breve y controlado.

# CÓMO CASTIGAR LOS COMPORTAMIENTOS INDESEABLES MÁS PERSISTENTES: LA SOBRECORRECCIÓN 1

- 1) Obligar al niño a deshacer o corregir el daño social o físico: p.e. recoger la ropa del suelo, pedir disculpas por morder...
- 2) Obligar al niño a poner en marcha comp. positivos: p.e. si no saluda al entrar, hacerle salir y que inicie correctamente la acción.
- 3) Supervisar la puesta en práctica

# CÓMO CASTIGAR LOS COMPORTAMIENTOS INDESEABLES MÁS PERSISTENTES: LA SOBRECORRECCIÓN 2

- 4) Actuar de guía para la ejecución correcta de la tarea: p.e. cómo doblar la ropa.
- 5) Reforzar siempre cualquier aproximación a la conducta deseada.

# CÓMO ESCUCHAR Y HABLAR CON EL NIÑO 1

- 1) Tenemos que escuchar lo que no se oye...LAS CONDUCTAS .
- 2) Enseñar a identificar y expresar los sentimientos.
- 3) Encontrar un momento para escuchar:
  - \* buscar el momento.
  - \* buscar el sitio.
  - \* prestar la máxima atención
  - \* empatizar con su preocupación

# CÓMO ESCUCHAR Y HABLAR CON EL NIÑO 2

## 1) Tenemos que hablar:

1.1) Estableciendo un buen contacto visual.

1.2.) Hablar con voz sosegada.

1.3.) Utilizar afirmaciones en lugar de preguntas: “ahora recogerás tu ropa ...”

1.4.) Utilizar frases sencillas.

1.5.) Explicar al niño cómo nos hacen sentir sus acciones

# EL ENTRENAMIENTO DE LOS PADRES 1

## PLANTEAMIENTOS:

- ¿son los padres buenos o malos educadores?.
- ¿son los hijos buenos o malos?
- ¿podemos los padres prevenir la aparición de problemas en el comportamiento de nuestros hijos y en las relaciones familiares?
- ¿reciben los padres formación para llevar a cabo esta labor TAN IMPORTANTE?

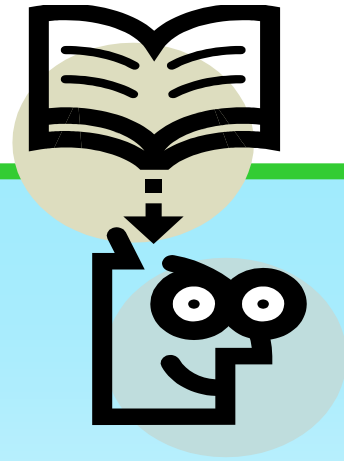
# EDUCAR DE FORMA RESPONSABLE REQUIERE...

1. RESPONSABILIDAD.
2. RESPETO.
3. CONOCIMIENTO.
4. EJEMPLO.

Ser padres es un oficio que se puede aprender y mejorar.

# OBJETIVO

INICIAR EL  
DESARROLLO DE LAS  
HABILIDADES EDUCATIVAS  
DE LOS PADRES



# ESTRATEGIAS DE AYUDA PARA EDUCAR MEJOR

# LAS ESTRATEGIAS OPERANTES

# ESTRATEGIAS OPERANTES

Son estrategias que describen la relación entre la conducta y los factores externos que influyen en ella. Es decir si a una conducta positiva le sigue un refuerzo positivo ... ¡aumenta la posibilidad de que esa conducta vuelva a repetirse en el futuro!

Esto nos hace pensar que el comportamiento humano no es aleatorio ni imprevisible, sino que sigue unas leyes.

# ANÁLISIS FUNCIONAL DE LA CONDUCTA

**SITUACIÓN** (¿qué ocurrió?)

**VARIABLES ORGÁNICAS** ( edad, sexo, personalidad, patrones educativos, situación familiar ...)

**PENSAMIENTOS** ( ¿qué pensé?)

**EMOCIONES** ( ¿cómo me sentí?)

**CONDUCTAS** (¿qué hice?)

**CONSECUENCIAS** (¿qué pasó después?)

# TIPOS DE REFORZADORES 1

1. REF. VERBALES: “ muy bien”, “ ha sido una buena idea ...”, “lo has hecho fenomenal”, etc.
2. REF. SOCIALES: son las expresiones faciales ( sonreír, guiñar un ojo ), y el contacto físico (abrazos, besos, etc.)
3. REF. DE ACTIVIDAD: se refiere a la realización de una actividad o tarea que le guste al niño (jugar, ver una peli, ir en bici, etc.)

# TIPOS DE REFORZADORES 2

4. REF. MATERIALES: son los productos que se pueden consumir (“chuches”), los que son manipulables (juguetes, bicicletas, videojuegos), o cualquier otro tipo de objeto que tenga un valor gratificante para el niño (ropa, dinero ...).

# PASOS A SEGUIR PARA LA PUESTA EN MARCHA DE REF +

1. Especificar la conducta a incrementar: no vale “que el niño se porte bien”.
2. Identificar cuáles son los REF. eficaces para nuestros hijos: tener una pequeña lista escrita o mental.
3. Dar los REF. inmediatamente después de que el niño haya ejecutado la conducta deseada.

# PASOS A SEGUIR PARA LA PUESTA EN MARCHA DE REF +

4. Utilizar varios reforzadores para evitar el aburrimiento.
5. Ajustarse al programa de reforzamiento fijado: es decir, 1<sup>o</sup> reforzaremos cada vez que el niño haga bien esa conducta que deseamos incrementar y cuando veamos que ya se mantiene esa conducta en el tiempo, iremos dando el REF. de manera intermitente. P.e 1<sup>o</sup> damos REF. materiales + sociales, y luego sólo sociales.

# OTRA GRAN ESTRATEGIA: EL ROL ASIGNADO 1

Consiste en reforzar antes de que se dé la conducta. Es decir, de manera intencionada hacer comentarios positivos sobre nuestro hijo, asegurándonos de que nos escucha aunque no se lo digamos directamente a él.

P.e.” ¿ papá, has visto como Ana está recogiendo su ropa cada día y está su cuarto irreconocible?. ¡es una pasada!”

# OTRA GRAN ESTRATEGIA: EL ROL ASIGNADO 2

Esta estrategia sirve tanto para reforzar conductas positivas como para eliminar conductas indeseables.

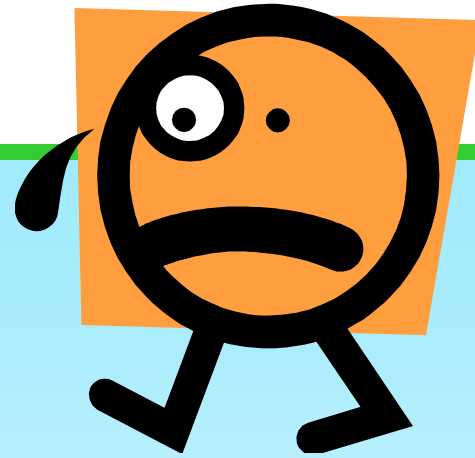
P.e. “ verás como hoy conseguirá recoger su ropa y dejar su cuarto arreglado”

# ¿Y QUÉ PASA SI LO QUE QUEREMOS ES QUE UNA CONDUCTA NO SE REPITA?

Pues que tenemos que aplicar otra estrategia, entre otras: LA EXTINCIÓN, es decir el NO REFUERZO DE LA CONDUCTA NEGATIVA.

¿Os suena “cuanto más se lo digas, más lo hará”?

- ES LA ESTRATEGIA QUE MÁS NOS CUESTA SEGUIR A LOS PADRES, PORQUE ...



¡¡¡NOS SACA DE  
NUESTRAS  
CASILLAS!!!

# PERO, ¿QUÉ CONDUCTAS HAY QUE ELIMINAR?

Pues, comportamientos desadaptados, que interfieren en la interacción social del niño, es decir, formas de hacer las cosas que no ayudan al niño a relacionarse bien con los demás.

Son conductas que el niño ha aprendido mal y han sido reforzadas, aunque haya sido inconscientemente.

# EJEMPLOS...

- ☹️ En el supermercado haciendo la compra, y el niño gritando porque quiere un “donut”.
- ☹️ En la consulta del pediatra y el niño interrumpiendo constantemente a la madre.
- ☹️ El niño jugando con otros niños al parchís y no respeta las normas del juego, enfadándose y tirando las fichas al suelo.

# ¿CÓMO ACTUAR ANTE ESTOS CASOS? 1

1. RETIRADA DE ATENCIÓN: se basa en la idea de que las conductas que no van seguidas de consecuencias agradables o refuerzos, van desapareciendo en el futuro.

Tener en cuenta que:

- Cuando dejamos de prestar atención a una conducta que no nos gusta, la reacción negativa del niño, aumentará.

# ¿CÓMO ACTUAR ANTE ESTOS CASOS? 2

- El niño tendrá que REAPRENDER que nuestra atención (refuerzo) la recibirá cuando haga las cosas como nosotros le hemos indicado que debe hacerlas.
- Por ejemplo: si Juan ha aprendido a pedirnos las cosas llorando, y queremos que deje de hacerlo, tenemos que dejar de hacerle caso cuando nos pida las cosas de esta manera, por mucho que él insista, o decirle que esa conducta no nos gusta y que le haremos caso cuando lo pida sin llorar. Reforzar enseguida que lo haga bien.

# ¿CÓMO ACTUAR ANTE ESTOS CASOS? 3

2. TIEMPO FUERA: se trata de aislar al niño durante un periodo corto de tiempo (a minuto por año), de lo que estaba haciendo y de las personas con las que estaba en ese momento.

EJEMPLO: retomando el ejemplo del niño que juega con otros al parchís y grita cuando no tira él el dado.

# ¿CÓMO ACTUAR ANTE ESTOS CASOS? 4

En esta secuencia no podemos ignorar la conducta porque interrumpe el juego de los otros niños, así que tendremos que aplicar el tiempo fuera.

**¡OJO!** El lugar de aislamiento debe ser un lugar **SEGURO, PERO ABURRIDO.**

Lo pondremos en marcha, después de haberle explicado al niño que es lo que no queremos que haga y por qué. También le diremos el lugar de aislamiento, si lo vuelve a hacer.

Lo haremos sistemáticamente, sin miedo y todas las veces que sean necesarias.

**NO OS OLVIDÉIS DE CALCULAR EL TIEMPO Y RECOGER AL NIÑO.**

# ¿CÓMO ACTUAR ANTE ESTOS CASOS? 5

3. EL CASTIGO: supone la aparición de una consecuencia desagradable. A diferencia con los otros, es que en la retirada y en el TF las conductas tienden a desaparecer.

Hay 2 tipos de castigos:

- Positivo: "un cachete"
- Negativo: retirar un privilegio o situación agradable que el niño disfrutaba justo después de que se haya producido la conducta inadecuada.

# EJEMPLOS...

☹ Ana se quedará sin ver sus dibujos preferidos esta tarde, porque ha pegado a su hermano pequeño.

# TENER EN CUENTA:

- Aplicar el castigo en conductas que puedan ser perjudiciales para los demás o para el propio niño (cruzar la calle sin mirar).
- Usar como último recurso.(R de miedo)
- Debe ser inmediato.
- Darlo siempre que ocurra este tipo de conductas más límites, no deseadas.
- No usar con frecuencia porque provoca inseguridad y mal concepto de sí mismo.
- Cuando lo usamos nos convertimos en modelos agresivos.

# LAS HABILIDADES COGNITIVAS

# ¿POR QUÉ SOMOS INEFICACES AL SOLUCIONAR LOS PROBLEMAS?

1. Porque los padres no conocemos las estrategias o habilidades necesarias.
2. Porque los padres sí las conocen, pero no son capaces de abordar, de manera eficaz, la solución del problema en una situación determinada, debido a ciertas emociones negativas, como la ansiedad, la tristeza, la ira...

# LOS PENSAMIENTOS SON MUY IMPORTANTES

## SITUACIÓN:

“¿Qué haríais cada uno de vosotros si estuvierais jugando con vuestros hijos en el parque y otra madre le diera una bofetada a su hijo de 8 años?”

...

Cada reacción es una consecuencia de nuestra manera de pensar ( ANÁLISIS FUNCIONAL DE LA CONDUCTA).

Cada emoción dolorosa se produce por un pensamiento negativo particular: “esto nunca cambiará”, “ soy una mala madre”, “nunca llegaré a congeniar con mi hija”, etc.

Así que...¡A IDENTIFICAR VUESTROS PENSAMIENTOS ERRÓNEOS!

**LOS PENSAMIENTOS  
ERRÓNEOS O  
DISTORSIONES  
COGNITIVAS**

# LA DISCUSIÓN COGNITIVA

1. ¿Tengo argumentos suficientes para llegar a estas conclusiones?. Si me lo contara otra persona, ¿pensaría lo mismo?.
2. Pensar de esta manera ¿cómo me hace sentir?. (0-10).
3. ¿Me beneficia o me perjudica pensar así?.
4. ¿Qué tipo de lenguaje estoy utilizando ante estas situaciones?

# LA RELAJACIÓN

# LAS HABILIDADES SOCIALES Y DE COMUNICACIÓN

# LAS HHSS

Son un conjunto de recursos del lenguaje verbal y no verbal que nos sirven para mejorar nuestro proceso de comunicación con los demás.

Con las HHSS aprenderemos a reconocer nuestras emociones, reacciones y su manejo y las de los demás, a escuchar, a ponernos en el lugar del otro, a ser asertivos, etc.

**LOS ERRORES DE LA  
COMUNICACIÓN MÁS  
FRECUENTES EN LA  
FAMILIA**

# ¿CÓMO MEJORAR LA COMUNICACIÓN EN CASA? 1

## 1. Evitar el lenguaje inespecífico. ¿Cómo?:

- Hablando de cosas concretas, que se puedan ver, tocar ...
- Siendo congruentes, oportunos en los comentarios que se hacen y dónde se hacen.
- Enfatizando la parte positiva del mensaje. P.e. “baja la música” en lugar de “no pongas la música tan alta”.
- Comunicación verbal + no verbal

# ¿CÓMO MEJORAR LA COMUNICACIÓN EN CASA? 2

## 2. Mejorar nuestra forma de conversar con los niños. ¿Cómo?:

- Haciéndoles preguntas.
- Escuchándoles.
- Llevando la conversación.
- Cerrando la conversación.

El paso más difícil, saber escuchar. A ver cómo lo hacéis vosotros. A PRACTICAR.

# ¿CÓMO MEJORAR LA COMUNICACIÓN EN CASA? 3

## **3. Aprender habilidades de expresión.**

¿Cómo?:

- Explicándole al niño la conducta que realmente nos desagrada.
- Expresándole cómo nos hace sentir esto que ha ahecho.
- Pidiéndole que haga un cambio de conducta, para que se mejore la situación.
- Agradeciéndole que nos escuche y que se comprometa en realizar el cambio.

# LOS PROBLEMAS COTIDIANOS

# Son...

El niño que no ayuda en casa, el que ve mucho la TV, el que olvida o pierde las cosas a menudo, el que no obedece, el que no ordena, el que pregunta constantemente, el “quiero, quiero, quiero”, el que pinta las paredes o muebles...

# LAS PATALETAS Y OTRAS CONDUCTAS NEGATIVAS

# Son...

El niño que contiene la respiración, las pataletas, el niño destructivo, los apodos, palabrotas e insultos, mentir, el que no acepta un “no”, el que exige demasiada atención.

# PROBLEMAS RELATIVOS A LA SALUD

# Son...

El niño que no quiere ducharse o lavarse el pelo, el que no quiere tomarse el medicamento, el que se resiste a llevar gafas, el que no puede tragar píldoras, el que se queja de “dolores” infundados, el niño con sobrepeso, la anorexia/bulimia, la mala postura...

# PROBLEMAS RELATIVOS A LAS SALIDAS

# Son...

El niño que no se pone el cinturón de seguridad, el que no quiere desprenderse de un objeto, el que se aleja de los adultos, el que se escapa a la calle, el que no quiere hablar, el que se porta mal en público.

# EL COLEGIO Y LOS PROBLEMAS ESCOLARES

# Son...

El niño que no quiere ir al colegio, el que no quiere hacer los deberes, los problemas del maestro con el niño, el rendimiento excesivo o escaso, el niño que se frustra con facilidad, la ansiedad ante los exámenes, el que se porta mal en el colegio...

# LOS HÁBITOS NERVIOSOS

# Son...

Chuparse el dedo, rechinar de dientes, tartamudeo, el que se come las uñas, el que está obsesionado con la limpieza, el que se estira el pelo, el que se hurga la nariz, el que se golpea la cabeza, el que se chasquea los nudillos, el que hace ruidos.

# PROBLEMAS CON COMPAÑEROS Y HERMANOS

# Son...

Discusiones y peleas, escupir, pegar, morder, las rivalidades entre hermanos, el mal perdedor, el fanfarrón, ...

# LOS MIEDOS

# Son...

A los animales, a los insectos, a los truenos, a los relámpagos, a la oscuridad, a los ruidos fuertes, a los sitios cerrados, a la muerte o a morir, a las inyecciones, a las agujas, a la sangre, médicos, u hospitales, miedo a volar, a los ladrones, a hablar en público, a dormir fuera de casa, a las fiestas o reuniones sociales, al agua

# PROBLEMAS ESPECIALES DE COMPORTAMIENTO

# Son...

Robar, incendiar, maltratar a los animales,  
el niño que se masturba en público y  
juega con sus genitales.

# PROBLEMAS PATOLÓGICOS

# Son...

Conductas suicidas, conductas destructivas hacia los demás, conductas de larga duración, comportamientos extraños

PERO SOBRE TODO, EDUCAR A  
NUESTROS HIJOS CON MUCHO...



**¡GRAAAACIAAAS!**

