

PROGRAMA DE MODIFICACIÓN DE CONDUCTA FAMILIAR (IÓN DE CONZÁLO CRUCHAGA) (18 de abril 2005)

Conductas a modificar :

- Conductas de aplazamiento de la rutina correspondiente a cada momento del día.
- Falta de autonomía.

Limites para conseguir la contingencia en estas conductas :

- Primeramente estableceremos los niveles de castigo, que nos permitirán aplicar un castigo adecuado a cada conducta disruptiva que vamos a trabajar. El establecimiento de estos castigos persigue la homogeneidad en los criterios de los padres a la hora de aplicar los límites, así como una mayor coherencia de cara al niño.
- Se crearán tres niveles de castigo, cada uno de ellos corresponderá a una de las conductas a trabajar y será extrapolable más adelante a aquellas otras conductas disruptivas que vayan apareciendo similares a las ya registradas.
- Los niveles de castigo persiguen ajustar el límite a la conducta y conseguir así la contingencia necesaria en Ion.

Tres niveles de castigo de control:

- (Debido a la edad de Ion y a la escasa manifestación de conductas negativas desafiantes, solo es necesario manejarse con el primer nivel de castigo. Este tipo de castigos/limites están diseñados para que el niño adquiera las autonomías en las rutinas diarias sin necesidad de ayuda. El resto de niveles de castigo/limite se aplicaran cuando Ion muestre resistencia frente al cumplimiento de un castigo ya impuesto correspondiente al primer nivel).

LEVANTARSE 8:00

- *Se le pone el CRONO un minuto. Si Ion se levanta antes de que suene, se le premiara y si no se levanta se le aplicará el castigo. Es importante entender que los castigo/limites no se pueden perdonar, puesto que perderian su valor terapéutico/correctivo.*
- Premio: 10 min de Televisor.
- Castigo: Levantarlo 15 min antes el día siguiente.

VESTIRSE 8:00-8:05 (Siempre marcar el tiempo con el

cronometro/temporizador. Los niños con dificultades de atención no tienen el mismo manejo del tiempo que el resto de sujetos, por lo que el cronometraje de las actividades tiene una función reguladora y ayuda a que no pierdan la conciencia del tiempo transcurrido).

- Premio: Punto
- Castigo: Vestirse/Desvestirse/Vestirse (Con el objetivo de entrenar la destreza en esta autonomía) Este castigo se ejecutara cuando haya terminado las rutinas de la mañana, por lo que Ión deberá desayunar y asearse tal y como esté si no hubiera terminado de vestirse en su momento).

- **DESAYUNO 8:05-8:25**
- Premio: punto
- Castigo: Retirada de desayuno.
- **ASEO 8:25-8:30**
- Premio: punto comodín (Cuando acumula 5 puntos comodín los puede cambiar por la ejecución de algún castigo y/o por bañarle en la bañera).
- Castigo: Retirada de un punto comodín.
- **TIEMPO LIBRE 8:30-9:00**
- **LLEGADA POR LA TARDE 18:00**
- **TIEMPO LIBRE 18:00-19:30**
- **DUCHA 19:30-20:00**
- Premio: Punto (Cuando ha conseguido 3 puntos consecutivos en la rutina de ducha, el cuarto día obtiene como premio un baño)
- Castigo: Retirarle el “lego” durante dos días.
- **CENA 20:00-20:30**
- **CAMA 20:45**
- ***Presentamos ejemplos de cómo serían los castigos del nivel 2 y 3 para favorecer el manejo de este tipo de programas en el futuro si fueran necesario, siempre teniendo en cuenta que los castigos se ha de ajustar a las situaciones específicas de cada niño.***
- Nivel 2: *Retirarte la video consola.*
- *Dos semanas sin ir al cine.*
- *No ir a jugar al golf el fin de semana con papa.*
- En este segundo nivel, se establecen tres castigos, estos no son excluyentes sino consecutivos. El riesgo que se corre con un límite de este estilo es que el niño una vez que asume el castigo considere que ya no tiene nada que perder, al ser castigos de eliminación (eliminación de paga, de videoconsola y de televisión), por lo tanto lo que se persigue es la contingencia antes de llegar al tercer castigo del Nivel 2.
- Nivel 3: *Suprimir la salida con los amigos en uno de los días del fin de semana.*
- Este tipo de limite debe ser aplicado frete a las conductas disruptivas más severas, o por reiteración de otras conductas una vez agotadas las posibilidades de los Niveles 1 y 2. Se debe tener en cuenta que la aplicación de este nivel de castigo para conseguir marcar el limite que genere la contingencia en posteriores ocasiones, supone muchas veces el sacrificio de los padres y en algunos casos de los hermanos, por lo que lo aplicaremos sabiendo cuales son las consecuencias del compromiso que supone.
- -¿Cuándo y cómo aplicar los castigos? :
- El *Cuándo* y el *Cómo* se deben aplicar estos castigos es tan importante o más que el castigo en sí, puesto que los estamos utilizando como instrumento para establecer los límites que permitan a Ion una apropiada contingencia en sus conductas.
- El cuándo.....
- El momento de la aplicación de un castigo, como instrumento para establecer un límite es importante en cuanto que sirve para que el niño se de cuenta de cual es la conducta incorrecta que pretendemos extinguir.

- El castigo debe aplicarse siempre de forma inmediata a la aparición de la conducta y tras un aviso previo, que deberá realizarse de forma calmada y clara. Si el niño persiste después del aviso, se aplicara el castigo. Con ello pretendemos evitar que la situación de tensión que generan ciertas conductas se prolongue y puedan ir a más.
- Cuándo aplico uno u otro castigo.....
- El establecimiento de distintos niveles de castigo, sirve para adaptar los castigos a las conductas y facilitar el criterio a la familia a la hora de establecer los límites.
- Nivel 1: Este nivel se aplica a las conductas leves.
- Arrebatos leves verbales. (insultos, amenazas, chantajes, etc)
- La conducta 1 y 5 a extinguir.
- Nivel 2: Este nivel se aplica a las conductas reiterativas.
- Las conductas 2,3 y 4.
- Así como a otras conductas que puedan aparecer nuevas y que empiecen a repetirse provocando situaciones de discrepancia y tensión.
- Ciertos comportamientos reiterativos con la hermana. (Estos comportamientos han de ser seleccionados previamente y deben ser considerados como especialmente distorsionadores de la dinámica familiar, han de ser pocos y siempre los mismos, puesto que se corre el riesgo de fomentar celopatías o generar situaciones que puedan ser injustas para el niño).
- Ej; Pegarla sin motivo aparente.
- Molestarla por aburrimiento, etc.
- Nivel 3: Este nivel se aplica a las conductas severas y tras la reiteración de conductas
- Habiendo agotado las posibilidades de contención del Nivel 2.
- Por conductas severas debemos entender aquellas conductas que se desajusten gravemente de un comportamiento apropiado al contexto de una realidad inmediata.
- Ej; Situaciones donde no se puede dialogar con el niño y su conducta se dispara sin control.
- Situaciones donde se haya manifestado violencia.
- Tirar y romper cosas.
- Etc.

- El cómo.....
- La forma de aplicar el castigo, es quizá la parte que requiere de mayor autocontrol por parte del adulto. El objetivo de estos castigos, es conseguir imponer un límite que sirva de referente para la contención del niño y no como una medida represiva.
- El adulto deberá mostrarse pausado y tranquilo a la hora de dar el primer aviso, de tal forma que nunca suene como una amenaza, sino como el primer agente de contención. Sí después del primer aviso el niño persiste en la actitud, automáticamente se pasa a la aplicación del castigo. Sí después de esto el niño persiste en una actitud desajustada se le da el aviso del nuevo castigo (se pasa al Nivel 2 de castigo aplicando el primero de los que le componen).
- En todo este proceso el adulto deberá mantener la calma y seguir dando las instrucciones pausadamente y de forma clara .
- Cuando nos encontramos frente a una situación en la que los agentes de contención (los castigos), no están cumpliendo su objetivo, debemos pararnos a hablar y razonar con el niño.
- **LOS PUNTOS Y LOS PREMIOS DIRECTOS:**
- Los puntos: Parta este perfil de niños es importante el reconocimiento directo de sus logros. La manera más eficaz de asegurar ese reconocimiento directo de los logros es materializarlo simbólicamente. Los puntos tienen este valor inmediato, pero a la vez nos permite educar a un niño en la necesidad de la contención y la planificación a medio y largo plazo. Para ello canjearemos los puntos por regalos.
- Ion debe seleccionar un regalo (no solo juegos, juguetes, chucherías, sino que debemos considerar regalos el comprar una Pizza para toda la familia, ir al cine, etc) y la familia debe establecer el valor de ese regalo en puntos, de tal manera que Ion sepa cuantos puntos necesita, cuantos días debe conseguir todos los puntos hasta llegar al objetivo.
- Se recomienda que los primeros regalos canjeables por puntos se puedan conseguir en una o dos semanas, para motivarle, pero después debemos espaciar el tiempo de la recompensa para entrenarlo en la contención, frustración y planificación.
- **PROPUESTAS DE JUEGOS SENCILLOS PARA LA CONTENCIÓN DE IMPULSIVIDAD:**
- OCA
 - Jugar con las reglas ordinarias.
 - Ampliar normas con el objetivo de controlar la impulsividad y la atención.
 - Colocar una cajita donde Ion debe meter el dado después de cada tirada. (si se le olvida pierde turno de tirada).
- 2. Utilizar cuatro papeles pequeños de distintos colores. Ion deberá ir colocando la cajita con el dado de forma secuencial en cada uno de los papeles de color, teniendo que seguir un orden y recordar ese orden en cada tirada. Si se olvida de colocar la cajita con el dado en el color que corresponda a la tirada perderá turno. Si le ocurre dos veces consecutivas retrocederá 5 casillas desde donde este.
- TRES EN RAYA
- Aplicar la misma pauta que en la Oca, es decir añadir pautas secuenciadas de actuación entre movimiento y movimiento.

- MEMORI
- Debe seguir una secuencia planificada. Es decir, debemos escoger una fila y seguir su secuencia hasta el final. Así con todas las filas. Lo que implica no poder levantar las fichas aleatoriamente y poder establecer reglas restrictivas cuando falla. (Ej: Si se ha olvidado cual le toca levantar nos deberá entregar una de sus parejas conseguidas)
- **PAUTAS PARA PROFESORS CON NIÑOS T.D.H.A**
- El buen rendimiento en el proceso de aprendizaje es tradicionalmente medido por el resultado final de una nota.
- El niño con T.D.H.A es un estudiante con capacidad para adquirir nuevos conocimientos, su dificultad radica en el proceso para lograr ese aprendizaje.
- Quizás una de las mayores frustraciones a las que se enfrentan el maestro y los padres es la de saber que el niño tiene la capacidad para aprender pero que esto no es reflejado en su rendimiento final. Estas circunstancias llevan en muchos casos a tener una actitud de presión hacia el niño, en busca de un cambio en su comportamiento. Como resultado de lo anterior en ocasiones el niño se desmotiva, toma una actitud negativa y estos factores obstaculizan aún más el proceso de aprendizaje.
- Conocer al niño, sus diferencias y las causas de su conducta permiten canalizar sus diferencias, desarrollar un ambiente favorable para el aprendizaje y adecuar el currículo a sus necesidades permiten que los resultados realmente reflejen su capacidad.
- A continuación señalamos algunas pautas para Intervenciones Educativas que esperamos sean de su ayuda.
- **El profesor:**
- Actitud positiva, con fuerza de ánimo, y capaz de solucionar los problemas de una manera altamente organizada.
- *Conocimientos sobre TDA Y TDA/H, es decir el profesor mantendrá una estrecha relación con los padres y los profesionales que participen en el tratamiento del niño.*
- El trabajo en equipo con el resto de los profesores, con el profesor de apoyo y de la Institución docente.
- *Ser un buen modelo que permita a sus alumnos aprender estrategias de afrontamiento y resolución de problemas*
- Conocer y practicar técnicas de modificación de conducta: saber elogiar y recompensar a los alumnos, establecer límites y aplicar consecuencias.
- *Valorar las diferencias de estos alumnos, la diversidad de estilos de aprendizaje y darles la oportunidad de sacar a la luz lo que saben hacer bien.*
- Enseñar y entrenar en habilidades sociales con sus compañeros aprovechando las circunstancias naturales de la interacción cotidiana entre los alumnos.
- *Es esencial proporcionar a los alumnos THDA un ambiente estructurado y predecible:*
- informe de las reglas y normas de la clase y que estén siempre a la vista
- *mantenga también a la vista los horarios y las tareas diarias. Uso de las agendas y claves con pictogramas para los más pequeños.*
- llame la atención sobre los cambios de horario y a cualquier variación de la rutina, anticipe las novedades.
- *establezca horas específicas para tareas específicas.*
- diseñe un lugar de trabajo tranquilo a ser usado de acuerdo a la necesidad.

- *coloque al niño junto a compañeros que sirven de modelos positivos: los coterapeutas*
- Establezca actividades que impliquen movimiento: estiramientos, cruzar piernas, borrar la pizarra, repartir los cuadernos...
- *proporcione descansos frecuentes y regulares*
- utilice técnicas para llamar la atención como el manejo de las luces, señales secretas, códigos con colores diferentes

- **Modificación del plan de estudios: las adaptaciones curriculares.**
- *Generalmente no es necesario para este tipo de alumnos alterar o prescindir de los contenidos y objetivos del curso o etapa, es decir, las modificaciones no tienen porque ser significativas, pero sí conviene adaptar la temporalización de los objetivos, las agrupaciones, y el sistema de evaluación a las características de estos alumnos.*
- En muchos casos, los alumnos con THDA pueden beneficiarse de la máxima "menos es mas", es decir que si el alumno demuestra eficiencia en la resolución de diez problemas matemáticos y empieza a distraerse y a no mantener la atención, no es necesario cumplimentar los veinte que hemos mandado al resto de los compañeros.
- Las modificaciones también pueden incluir:
 - una mezcla de actividades de alto y bajo interés; es conveniente empezar por las menos atractivas, dejando las más gratas para el niño para después a modo de recompensa final.
- **materiales informáticos de aprendizaje**, el uso de novedades y juegos que capten su interés
- la simplificación y aumento de presentaciones visuales.
- **la enseñanza de destrezas para la organización y estudio, siempre de manera aplicada a las tareas concretas.**
- el uso de estrategias mnemotécnicas
- **el uso de referencias visuales para la instrucción auditiva.**
- El trabajo en grupo y el aprendizaje cooperativo
- **Las modificaciones del ambiente: el lugar dónde se sientan que sea espacioso, la cantidad de luz del aula, los distintos agrupamientos, la cercanía al profesor y el permanente contacto visual con este y con las tareas, el control de los distractores...**
- Sea breve y utilice un lenguaje simple y concreto. No dude en escribir la instrucción en la pizarra , puede ser de mucha ayuda.
- No imparta más de dos o tres instrucciones a la vez.
- **Asegúrese que ha sido entendido.**
- Aliente a los alumnos a presentar sus dudas.
- **Organice la información de lo más concreto a lo más abstracto, de lo particular a lo general.**
- Facilite tiempo extra si es posible para la realización de los trabajos.
- **Manténgase atento a los indicadores de tensión, estrés excitación y/o aburrimiento del alumno para actuar de forma preventiva.**
- Atención con las tareas para casa, disminuya su cantidad, compruebe que sabe resolverlas antes en clase, no mande lo que haya quedado incompleto en el aula, explique a la familia cómo la va a implicar y su grado de control sobre la ejecución de los deberes (intentar que sea el mínimo, los deberes son la pesadilla de las familias y el motivo de problemas permanentes) y premie su realización antes que su correcta competencia
- *****

- **PROPUESTA DE PROGRAMA PARA LA INTERVENCIÓN DE LAS CONDUCTAS DE IÑIGO PENA EN EL AULA**
- **(Estas recomendaciones/orientaciones se estructuran en función de la información aportada por la familia y la maestra)**
- **EXPLICACIÓN DE NUEVOS CONTENIDOS**
 - Espacio físico apropiado:
 - Sentarle en clase en un sitio que nos permita tocarlo periódicamente para facilitarle el mantener la atención y/o recuperar/captar su atención si Iñigo esta desconectado.
 - Recompensas positivas:
 - Estableceremos un limite sensato de veces (3) que nos vamos a permitir que Iñigo haya desconectado, de tal forma que:
 - Si le tenemos que recuperar la atención una vez, le recompensaremos con 2 caras positivas/sonriente en su cuaderno, en el apartado “atención durante la explicación”.
 - Si le tenemos que recuperar la atención dos veces, le recompensaremos con 1 cara positiva/sonriente.
 - Si le tenemos que recuperar la atención tres veces, le recompensaremos con una cara sin rostro. Si a lo largo de el repaso consigue que no se le tenga que recuperar la atención de dibujaremos a la cara una sonrisa.
 - Establecimiento de limites/castigo: (Estos castigos tienen el objetivo de limitar y corregir conductas inapropiadas/desajustadas asociadas a la desatención)
 - *Hablar en alto e interrumpir:*
 - *Molestar a los compañeros:*
 - *Estar haciendo una actividad no deseada durante la explicación:*
- (En estos casos hay que establecer con Iñigo de forma clara y sencilla, normalmente se recomienda ponerlo por escrito en un sitio de clase donde se pueda ver, cuales van a ser los castigos.
- Debemos establecer un castigo que consideremos sensato y ajustado a la conducta y aplicarlo de forma sistemática siempre que aparezca dicho castigo.
- Se recomienda que sean los propios alumnos en una tutoría quienes elijan los castigos).
- **2- REPASO DE CONTENIDOS: (aplicaremos las mismas pautas que en el apartado uno, puesto que la rutina es idéntica)**
- **3- TRABAJO AUTÓNOMO:**
 - Espacio físico:
 - Se recomienda utilizar los rincones/esquinas del aula para crear cuatro espacios de trabajo. De esta forma eliminamos la ingerencia de los estímulos visuales, así como situamos física y mentalmente al niño en la nueva rutina de la clase.
 - Debemos colocar en estas esquinas de trabajo a aquellos niños que se han mostrado más dispersos a lo largo de la explicación y el repaso. Esta situación genera también una respuesta positiva en Iñigo aquellos días que no se le propone para el rincón de trabajo.
 - **Es fundamental argumentar a la clase el objetivo/intención de los rincones de trabajo. Nunca hay que utilizarlo para**

castigar a otros niños, así como no debe presentarse como un castigo sino como un apoyo que todos podemos necesitar.

- La presentación de la actividad:
 - Desglosar los enunciados en apartados/guiones. Esto nos permite favorecer la organización y planificación de la tarea, así como disminuir el impacto/repercusión de la conducta inatenta.
 - Marcar los pasos a seguir para afrontar/pautar la actividad. Estos pasos se pueden poner en la pizarra o colgar en una cartulina para toda la clase y/o pegárselos a Iñigo en su mesa.
- La conciencia del tiempo:
 - Indicar/marcar el tiempo límite para realizar cada actividad. (utilizaremos un cronometro para que Iñigo autorregule su trabajo y lo secuencie temporalmente de forma apropiada)
 - Cuando se termina el tiempo se le premia positivamente si ha conseguido finalizar con éxito la tarea. (Dibujaremos una cara positiva en su cuaderno en el apartado de “deberes”)
 - Si no termina la actividad en su tiempo le aplicaremos un límite/castigo previamente acordado con el niño y pasaremos a la siguiente actividad.
- La revisión de la tarea:
 - Le revisaremos la tarea de forma puntual cuando se haya concluido el tiempo prefijado.
 - No atenderemos a sus demandas fuera de esta pauta.
 - Siempre interesa cerciorarse que ha comprendido la actividad antes de que inicie el trabajo.
 - En ocasiones una “caricia” de vez en cuando mientras realiza su tarea puede ser suficiente para que el niño se sienta atendido.
- **INTERVENCIÓN EN SITUACIONES ESPECIFICAS**
 - **No respetar los turnos conversacionales:**
 - Se recomienda que sean los propios alumnos en una tutoría (siempre orientados por el criterio del maestro) quienes decidan
 - que tipo de límite/castigo se establecerá cuando cualquiera de los compañeros no respete el turno en la discusión.
 - Se recomienda que la regla establecida se ponga por escrito en un sitio visible de la clase.
 - Se recomienda que siempre haya un responsable (incluido Iñigo cuando le corresponda) quien comunique la sanción al compañero.
 - Se recomienda que los niños pidan la palabra a través de un objeto (no solo levantando la mano, ya que al tener que secuenciar una acción previa ayuda a la contención verbal)
 - **Llamadas de atención inapropiadas:**
 - ¡NO ATENDERLE! Cuando un niño reclama atención de forma inapropiada y el adulto atiende a la demanda, esa estrategia se convierte en válida para el niño, aunque la forma de atenderle sea en negativo. (Cuando se utiliza esta técnica hay que explicarle previamente a Iñigo cuando no se le va a atender y el porqué. Es necesario repetírselo en privado siempre que podamos y explicarle que siempre que reclame la atención de la forma pactada se le atenderá)

- ¡LIMITE/CASTIGO! Estableceremos un castigo que aplicaremos de forma sistemática cuando la primera técnica no esta funcionando, para lo cual hay que establecer un límite de veces.

Madrid 17 de febrero 2005
José Ramón Gamo
Director Psicopedagógico Centro CADE