



## *Asesoramiento y apoyo a padres*

Gran parte de las demandas que se presentan en el ámbito de la psicología infantil y juvenil, tienen que ver con las dificultades que experimentan los padres para manejar las conductas de niños con problemas y trastornos psicológicos.

Dentro de este ámbito de intervención, es frecuente que uno de los objetivos de la terapia sea mejorar las habilidades de padres y madres para identificar las conductas desadaptativas de sus hijos, comprender por qué se mantienen, y así poder potenciar el aprendizaje de conductas adaptativas y la reducción en frecuencia e intensidad de los comportamientos disfuncionales.

Las estrategias que se ofrecen a padres y madres para favorecer la modificación de conductas disfuncionales en sus hijos, parten de la idea de que las conductas los niños (así como las de los adultos) dependen de las consecuencias que esas conductas producen tanto en uno mismo como en los demás. De este modo, se entiende que un niño tenderá a repetir una conducta cuando aprende que ésta tiene consecuencias positivas para él. Sin embargo si observa que esa conducta no tiene consecuencias positivas o su presencia le acarrea consecuencias negativas, dejará de comportarse de esa forma.

Así, los padres desde un primer momento aprenden a identificar la presencia de circunstancias reforzantes de las conductas desadaptativas de sus hijos, para así poder eliminar esas recompensas y reorientarlas ante la presencia de las conductas adecuadas.

A continuación se explican brevemente algunas de las técnicas que se usan con mayor frecuencia para promover la modificación de conducta en niños desde el ámbito del hogar:

### **1. Las consecuencias positivas: los reforzadores.**

Tipos de reforzadores positivos:

1. Reforzadores materiales o tangibles.
2. Reforzadores de actividad.
3. Reforzadores sociales.



Principios y aplicaciones del refuerzo positivo:

1. Es más eficaz si el premio se aplica inmediatamente después de la conducta que queremos reforzar.
2. En las primeras fases del aprendizaje, el reforzador debe aplicarse de forma continua, es decir, cada vez que el niño manifieste la conducta que queremos implantar.
3. En los primeros momentos es importante que el niño consiga mucho refuerzo con muy poca conducta.
4. Si los comportamientos que queremos enseñar a los niños son conductas complejas, es mejor reforzar cada uno de los pasos de los que se componen.
5. Una vez que la conducta está aprendida y se da con frecuencia, conviene dejar de reforzarla de forma continua y pasar a reforzarla de forma intermitente.

**La Economía de fichas** es un programa de fichas puntos en el que el niño puede ganar por medio de la realización de respuestas deseadas, una serie de puntos o fichas que harán las veces de refuerzos y que más tarde podrá canjear por reforzadores materiales o de actividad.

2. **La extinción:** Consiste en ignorar la conducta, eliminar la atención (refuerzo positivo) que ésta provoca.

Cómo ignorar:

- No mirar al niño, no hacer gestos, no acercarse a él, no decir nada.
  - Aplicarlo siempre que aparezca el comportamiento inadecuado.
  - Dedicarle atención cuando esté tranquilo sin hacer referencia al comportamiento anterior.
  - Recordar que al principio incrementará la frecuencia e intensidad del comportamiento adecuado.
  - Constancia y paciencia.
3. **Refuerzo diferencial:** Consiste en reforzar conductas emitidas por el niño excepto la que se desea eliminar.



4. **Tiempo fuera o aislamiento:** Consiste en sacar al niño de las condiciones ambientales en las que se está reforzando el comportamiento desadaptativo, y trasladarlo a un lugar donde no exista la posibilidad de obtener reforzamiento.

Pasos a seguir para aplicar el tiempo fuera:

- Avisar al niño y darle una oportunidad.
- Avisar al niño de la consecuencia que seguirá a su mal comportamiento.
- Ser consecuentes.
- Dedicar atención a los comportamientos adecuados.

5. **Coste de respuesta:** consiste en la retirada de ciertos acontecimientos agradables o de ciertos estímulos que el niño posee de forma contingente a la realización de la conducta inadecuada.

Pasos a seguir:

- Avisar al niño y darle una oportunidad.
- Avisar al niño de la consecuencia que seguirá a su mal comportamiento.
- Ser consecuentes.

6. **Castigo positivo:** A pesar de ser un procedimiento eficaz, debe ser utilizado como último recurso, cuando los demás métodos han fracasado.

Reglas para un buen uso del castigo:

- Debe aplicarse inmediatamente.
- Siempre que se utilice el castigo, se debe dar al niño la oportunidad de realizar la conducta correcta.
- Conviene que el castigo sea breve, ya que si no, acaba perdiendo su carácter aversivo, ya que el niño se acaba acostumbrando al mismo.
- Es necesario que se aplique todas y cada una de las veces que se produce la conducta inadecuada.
- Es imprescindible que se combine el castigo con el reforzamiento de las conductas adecuadas.