

ORIENTACIONES PARA AUMENTAR LA OBEDIENCIA

- Habitúe al/la niño/a a que obedezca a cosas muy fáciles o sencillas (a las que ves predisposición), REFUÉRCELO/A por ello y que obtenga CONSECUENCIAS agradables (ej: ¡pásame la revista, por favor!).
- Diseñe situaciones en las que el/la niño/a tenga facilidad para obedecer (por ejemplo, pequeños recados). El/la niño/a debe obtener atención por ello.
- Asocie la obediencia con las tareas cooperativas (ayudar a ordenar el material, repartir materiales, etc.).
- La exigencia a obedecer debe ser gradual, comenzando por mandatos o situaciones fáciles o asequibles aumentando paulatinamente la complejidad de la conducta a obedecer.
- No le proporcione excesivos órdenes al mismo tiempo.
- El/la niño/a debe acostumbrarse a recibir solamente 1 ó 2 instrucciones para obedecer, de lo contrario harán falta 5 ó 6 veces más para que el/la niño/a obedezca y los/las adultos/as se alterarán emocionalmente.
- A partir de la 3ª instrucción “desoída” el/la niño/a ya debe recibir la consecuencia por ello. Por ejemplo se le separa o aísla de los/as demás hasta que obedezca.
- No acostumbre al/la niño/a a darle instrucciones en voz muy alta y de una a otra dependencia de la casa.
- Informe al/la niño/a de los progresos que va realizando en su obediencia (ej: como has obedecido 20 veces, esta semana podrás...).
- Usar el ordenador, ir de excursión, etc.; podrían ser consecuencias derivadas de AUMENTAR SU CONDUCTA OBEDIENTE.
- Asocie los reforzadores de actividad o situación con los sociales (sonrisa, elogio, comentarios positivos, etc) cuando el/la niño/a obedezca.
- Las instrucciones para que el/la niño/a realice determinada cosa deben ser claras, concisas y objetivas y nunca ambiguas, extensas e inconsistentes.
- Una vez establecidas las recompensas que va a recibir conviene no variarlas en función del estado emocional o de cualquier otra cosa.
- No ceder nunca a los caprichos del/la niño/a. Ser sistemáticos/as.



ENSEÑANDO A LOS/AS NIÑOS/AS A SEGUIR INSTRUCCIONES

1. **Esté preparado a reforzarlas.** Los padres deben evitar dar instrucciones a sus hijos/as si no están preparados a hacerlas cumplir. Si los padres no hacen cumplir sus instrucciones, los/as niños/as aprenden que los padres no hacen que se cumplan sus órdenes.
2. **Llámeles la atención.** Los padres deben siempre hacer que sus hijos/as pongan atención antes de darles las instrucciones. Deben evitar también gritar las órdenes desde otro cuarto.
3. **No haga preguntas.** Los padres deben evitar parafrasear las instrucciones como preguntas (por ejemplo, no diga "Joaquín, ¿te parece bien recoger los juguetes ahora?").
4. **No sea impreciso.** Los padres deben evitar dar instrucciones imprecisas como "Pórtate bien," o "Ten cuidado". Puede haber una gran diferencia entre la manera en que el padre o la madre y el/la niño/a interpretan una dirección imprecisa como "portarse bien." Los padres deben asegurarse que sus órdenes sean claras y específicas.
5. **Dígales lo que tienen que hacer.** Los padres deben tratar de dar instrucciones que hagan saber a los/as niños/as lo que tienen que hacer en lugar de lo que no tengan que hacer. Por ejemplo, es mejor decir "Permanece a mi lado," que "No te alejes de mí."
6. **Elógielos.** Los padres deben elogiar a sus niños/as en cuanto han empezado a cumplir una orden. No se necesita esperar hasta que la orden sea cumplida para elogiarlos.
7. **Demuestre aprecio.** Cuando una tarea ha sido cumplida, los padres deben hacerle saber a sus hijos/as que aprecian su cumplimiento.
8. **Ponga un límite de tiempo.** Si los/as niños/as no empiezan a cumplir una instrucción en diez segundos, los padres deben darles un "tiempo fuera" inmediatamente.
9. **No repita las advertencias.** Los padres deben evitar el dar a sus hijos/as advertencias repetidas. Los/as niños/as pueden aprender a obedecer órdenes después de una a ninguna advertencia, de la misma manera en que aprenden a obedecer después de cinco o seis advertencias.
10. **Repita la orden.** Una vez que se ha cumplido con el tiempo fuera, los padres deben repetir la orden a sus hijos/as. Si no empiezan a cumplir con lo que se les dice, tiene que usarse el "tiempo fuera" de nuevo. Este proceso debe repetirse hasta que los/as niños/as aprendan a cumplir con la orden.

ORIENTACIONES PARA LA APLICACIÓN DE ALABANZAS

- Debe ser descriptiva, incluyendo comentarios sobre la conducta. Por ejemplo: “Manuel, has hecho bien en recoger tus cosas después de hacer la tarea y meterlas en la mochila”.
- Debe incluir comentarios positivos y motivadores para el/la niño/a.
- Deben alabarse comportamientos positivos aunque sean poco importantes o sean “lo que debe hacer”.
- Debe ser sincero/a. Si sólo se ha realizado una parte de la tarea debe reforzársele por ello y luego conviene hacer una pausa y añadir lo que falta aún por hacer. No utilizar la frase “bien... pero”, pues en este caso el/la niño/a prestará más atención a la crítica que a la alabanza.
- El tono de voz ha de ser agradable y debe evitarse cualquier reticencia o sarcasmo. No emplear frases tipo: “Manuel Ángel, al fin ha terminado la tarea, no me lo puedo creer”. Tampoco hacer referencia a una mala conducta pasada del/la niño/a, como “buen trabajo, no sé por qué no lo has hecho así antes”.
- La alabanza solo ha de administrarse durante o inmediatamente después de la emisión de la respuesta que se desea incrementar.
- Es conveniente cambiar las alabanzas para evitar la monotonía.
- La alabanza mediante sugerencia puede evitar conductas inadecuadas.
- Inicialmente las alabanzas pueden combinarse con el uso de recompensas, pero una vez que se establezca la conducta deseada se van retirando gradualmente las recompensas y dejar la conducta bajo el control de las alabanzas únicamente.
- El contacto físico (sentarse cerca, besos, palmadita,...) puede ser un reforzador muy poderoso especialmente a estas edades tempranas. También puede mostrársele atención positiva sonriéndole, haciéndole un comentario rápido, preguntándole algo o realizando conjuntamente alguna actividad.

¿Cómo actuar ante los problemas de conducta?

¿Qué pueden hacer padres y maestros ante una SITUACIÓN DE DESAFÍO?

- **Ofrecerle tiempo** para que pueda reflexionar; el niño con problemas de conducta dice todo lo que piensa pero no piensa todo lo que dice
- **Ignorar** las respuestas verbales de desafío o amenaza. Lo importante no es lo que dice el niño o adolescente, sino si obedece o no.
- **No plantear el episodio como una batalla** donde gana el niño o el educador.
- **Elogiar** si obedece, aunque sea con quejas o enfrentamiento.
- **Aplicar tiempo-fuera** si insulta o la agresividad incrementa.
- **Auto-tiempo-fuera**, muy útil cuando quien desafía es un adolescente.
- **Reforzar la conducta inversa** incompatible a la agresiva.
- **Establecer un sistema de economía de fichas**
- Establecer **reforzadores que provienen del grupo** como aplausos al final de la jornada.
- **Ofrecer oportunidades de éxito** al niño/a.
- **Incrementar la supervisión**, situándolo en el aula cercano al maestro y en casa supervisando con proximidad física.
- **Establecer señales externas.** Apoyar a menudo nuestra mano sobre su espalda o guiñarle el ojo señales lo suficientemente poderosas como para incrementar la autoconciencia de “situación riesgo” y fomentar el autocontrol en el niño/chico
- **Siempre felicitarlo** si se controla o lleva a cabo cualquier acción que no implique agresión.
- **Dar las órdenes de manera asertiva:** una sola orden cada vez, en positivo, sin gritar y manteniendo contacto ocular con el niño.
- **Ofrecer oportunidades de éxito** al niño para aumentar la probabilidad de ser reforzado por cosas positivas.
- **Fortalecer la buena relación** con el chico al margen de los episodios de desafío.
- **Tratarlo con mucho respeto** aunque él o ella no nos respete. Es importante como educador continuar ofreciendo un modelo adecuado con el fin de transmitir y enseñar el valor del respeto.



Germán Repetto Cárdenas, orientador de referencia del EOE de Moguer
<http://brujulaorienta.blogspot.com/>

COMO ESTABLECER UN SISTEMA DE PUNTOS

¿Porqué usar un sistema de puntos?

- Para fortalecer la conducta social y también disminuir la mala conducta.
- Para poner énfasis en lo que los/as niños/as hacen bien.
- Para ayudar a los/as niños/as a que aprendan que su comportamiento hace la diferencia.
- Para dar estructura a las rutinas diarias de los/as niños/as.
- Para establecer ocasiones en que se pueda sorprender a los/as niños/as portándose bien.

Pasos para utilizar el sistema de puntos

1. Los padres deben indicar lo que quieren que sus hijos/as hagan. Deben dialogar con ellos/as. Finalmente, deben hacer una lista de las conductas deseables, y expresar cuándo quieren los padres que éstas ocurran.
2. Los padres deben examinar si son razonables sus expectativas.
3. Los padres deben indicar ciertas conductas negativas. Luego deben consultar con sus hijos/as y hacer una lista de conductas inapropiadas. Después, los padres deben explicar cuánto quieren que disminuya la mala conducta.
4. Los padres deben hacer una lista de algunas cosas favoritas de los/as niños/as, eventos, o actividades. Luego deben darle cierto valor a las cosas que pueden controlar. Deben entonces seleccionar ciertos eventos o cosas que pueden dar a sus hijos/as como premio diario y sin mucho esfuerzo.
5. Los padres deben definir con detalle las conductas aceptables e inaceptables. Los padres deben anotar estas definiciones en una hoja de registro y mantenerlas como referencia.
6. Los padres deben indicar las conductas aceptables e inaceptables y los privilegios para sus niños/as en un registro semanal.
7. Los padres deben tomar decisiones sobre los puntos otorgados por el buen comportamiento. El valor más alto debe darse a la conducta que ambos padres e hijos/as consideran más importantes y que ocurren menos. Es buena idea designar valores altos a conductas apropiadas para poner las cosas a favor del/la niño/a.
8. Luego, los padres deben asignar valores a la conducta inaceptable. Estos puntos se pueden sustraer cada vez que los/as niños/as se portan mal. El valor quitado por mala conducta debe ser menor que el valor agregado por buena conducta. Los valores bajos deben asignarse a la mala conducta. Los padres deben asignar valores más altos a cosas que puedan hacer más daño al/la niño/a y/o a otros, como la agresión. Los padres deben asignar valores más bajos a comportamiento negativo que no tiene mayores consecuencias, como las “palabrotas” o interrupciones. Los padres deben asignar valores bajos a conductas que ocurren con

¿Cómo actuar ante los problemas de conducta?

frecuencia para disminuir la posibilidad de que el/la niño/a no pierda más puntos de los que gana cada día.

9. Los padres deben asignar puntos a las actividades favoritas de los/as niños/as, para que de esa forma ellos puedan diario intercambiar puntos por uno o más privilegios. Por ejemplo, un privilegio no debería costar siete puntos cuando se ganan puntos de cinco en cinco por buena conducta. Si los padres tienen dudas, deberían asignar puntos más bajos por los privilegios.
10. Los padres deben permitir que sus hijos/as intercambien diariamente los puntos que han ganado.
11. Durante el recuento, los cuales deberían planearse por adelantado, los padres deberían describir el comportamiento del/la niño/a, entregar las recompensas y determinar la hora para los intercambios. Los padres no deben discutir estos temas a cualquier otra hora. Esto disminuirá la posibilidad de que los/as niños/as ganen puntos manipulando las cosas.
12. Los padres no deben permitir que los/as niños/as guarden puntos ganados para otro día.
13. Los padres deberían planear oportunidades para que los/as niños/as ganen premios si el número de puntos ganados indica que se han estado comportando mejor de lo que se esperaba. Después, cuando los/as niños/as se portan consistentemente mejor de lo que los padres esperaban, los padres pueden aumentar la frecuencia necesaria para el buen comportamiento para que los/as niños/as puedan ganar puntos (o disminuir la frecuencia de la conducta negativa necesaria para ganar puntos), o espaciar las oportunidades para ganar premios (ej: semanal o mensualmente).
14. Los padres deben revisar con frecuencia el comportamiento de los/as niños/as. Cuando el nivel del buen comportamiento es más alto de lo que se esperaba, los padres pueden disminuir gradualmente el valor de tal comportamiento y/o pueden empezar a felicitar al/la niño/a un poco menos, por ejemplo, cada dos que se porta bien. Poco a poco, los padres deben sustituir una conducta nueva por una que ocurre frecuentemente. Cuando los/as niños/as se portan mal con más frecuencia de la que se esperaba, los padres pueden mantener las mismas condiciones para esa conducta y establecer condiciones para otra conducta inaceptable.
15. Los padres deben revisar a menudo la frecuencia con la que los/as niños/as intercambian puntos ganados por ciertos privilegios. Si los/as niños/as rara vez escogen cierto privilegio, los padres pueden hablar con ellos al respecto y reemplazarlo con otro privilegio.
16. Si el comportamiento de los/as niños/as está bajo el nivel que los padres esperaban, se deberían revisar los siguientes puntos.

¿Cómo actuar ante los problemas de conducta?

- La consistencia y precisión con la que los padres observan a sus niños/as.
- El control que los padres tienen sobre el acceso a los privilegios.
- La tendencia en el comportamiento de sus hijos/as.
- La frecuencia y condiciones para intercambiar puntos por privilegios.
- La manera en que los privilegios han sido seleccionados por padres e hijos/as.



Cómo dar y quitar puntos

Dar y quitar puntos debería ser tan placentero como sea posible. Hay ciertas cosas que padres e hijos/as deben considerar cuando se intercambian puntos.

Reglas para los padres cuando dan puntos

- Los padres deben estar cerca de los/as niños/as y poder tocarlos (no 10 metros retirados o en otro cuarto).
- Los padres deben mirar a sus hijos/as y sonreír.
- Los padres deben hablar con una voz agradable.
- Los padres deben asegurarse de que sus niños/as estén de frente y con la mirada hacia ellos.
- Los padres deben elogiar a sus hijos/as. Pueden decirles algo como "¡Oh, qué bien. Has hecho un buen trabajo. Esto me ayuda mucho!" Los padres deben entonces recompensar a sus hijos/as con puntos. Pueden decir algo como "Porqué no te apuntas veinte puntos por portarte tan bien."
- Los padres deben describir el buen comportamiento a sus hijos/as para que ellos sepan exactamente la razón (por cuál conducta) por la que se ganaron el premio.
- Los padres deben ocasionalmente dar a sus hijos/as una palmada en la espalda o acariciar su cabello – ¡A los/as niños/as les encanta!
- Los padres deben asegurarse de que sus hijos/as les respondan. Los/as niños/as pueden decir algo como "Gracias mamá", o "Muy bien".

Reglas para los padres cuando quitan puntos

- Los padres deben estar cerca de sus hijos/as para poder tocarlos.
- Los padres deben mirar a sus hijos/as y sonreír.
- Los padres deben hablar con voz agradable. Los/as niños/as no deberían ser capaces de notar si los padres les van a dar o a quitar puntos, por medio del tono de voz o la expresión de su cara.
- Los padres deben asegurarse de que sus hijos/as estén de frente y con la mirada hacia ellos.
- Los padres deben explicar con voz calmada cuál conducta fue inapropiada.
- Los padres deben luego cobrar los puntos malos.
- Los padres deben asegurarse de que sus niños/as acepten el castigo de forma apropiada. (Vea las "reglas para los/as niños/as" a continuación.
- Señalando la respuesta apropiada puede ser necesario algunas veces, por ejemplo, "Vamos, mírame a los ojos. Así está mejor."
- Si los/as niños/as aceptan la pérdida de puntos de buen modo, es bueno que los padres devuelvan parte de los puntos.
- Si los/as niños/as están muy disgustados/as o molestos/as cuando los padres les quitan los puntos, los padres no deberían forzar el tema. En cambio, pueden darle al/la niño/a un tiempo de descanso (para que se calmen) y quitarles los puntos.

Reglas para los/as niños/as cuando ganan puntos

- Los/as niños/as deben estar frente a los padres. Deben mirarlos y sonreír.
- Los/as niños/as deben responder cuando se les otorga los puntos diciendo "Muy bien,", "Gracias," o algo agradable.
- Los/as niños/as deben anotar sus puntos buenos en un papel en menos de cinco minutos. Si no lo hacen en ese tiempo, los puntos no cuentan. Si están ocupados, es aceptable que les pidan a sus padres que anoten los puntos por ellos/as.
- Los/as niños/as deben traer en menos de cinco minutos, su hoja de registro a uno de los padres para que la firme.
- Una vez que los padres han firmado la hoja de registro, los/as niños/as deben responder a esto diciendo "Gracias" y deben luego llevar la hoja al lugar donde la guardan.

Reglas para los/as niños/as cuando pierden puntos

- Los/as niños/as deben estar frente a sus padres. Deben mirarlos y sonreír. No deben hacer gestos.
- Los/as niños/as deben responder a la pérdida de puntos diciendo algo como "Muy bien," o "Traeré mi hoja de registro." Los/as niños/as deben continuar mirando a los padres y deben comportarse de forma placentera.

¿Cómo actuar ante los problemas de conducta?

- Los/as niños/as deben anotar los puntos perdidos en su hoja de registro. Si se olvidan, deben perder el doble de puntos después de cinco minutos.
- Los/as niños/as deben luego pedirle a uno de los padres que les firme la hoja. Deberían seguir comportándose de forma agradable.
- Después de que los padres han firmado la hoja de registro, los/as niños/as deben responder a esto diciendo "Gracias," o algo parecido. Deben luego llevar la hoja a donde la guardan.