



PSICOEDUCACIÓN PARA PADRES EN MANEJO DE CONDUCTAS PROBLEMA

A lo largo de los siguientes temas se realiza un plan específico de modificación de conducta, se ayuda a elegir y poner en práctica las mejores técnicas para cada caso en particular.

Desde la primera sesión y durante toda la intervención los padres pueden rellenar en casa un registro de conductas problema diario, que se irán especificando en función de los resultados que se observen, servirá para comparar la línea base (comportamiento antes de la intervención) con los resultados de la intervención. Además, en el caso de problemas de conducta más difusos puede ayudar a su evaluación para marcar los objetivos de la intervención.

TEMA 1: Horarios y rutinas

Se explica la necesidad de modificar las condiciones ambientales de casa para proporcionar un ambiente predecible, rutinario, y con recordatorios. En este primer tema se explica cómo construir un horario con la intención de crear una rutina que ayude a crear un contexto adecuado, y a que muchos comportamientos se automaticen, y por tanto resulten menos dificultosos.

- **Deberes:** Los padres deberán establecer un horario, que cumpla con las características explicadas.

TEMA 2: Las normas de casa

Se explica aquí la necesidad de plantear un conjunto de normas que deben cumplir con una serie de características, por ejemplo ser claras, concretas, operativas, y en lenguaje positivo. Si existen problemas de conducta que se deseen tratar, estas normas podrán constituir el primer paso para elaborar una economía de fichas, por lo que este tema puede situarse también dentro del bloque de manejo de conductas problema.

- **Deberes:** Los padres deberán establecer unas normas para sus hijos (que pueden formar parte más adelante de una economía de fichas).

TEMA 3: Conceptualización conductas problema

En este tema se explican los principios básicos de aprendizaje sobre los cuales se sustentan todas las técnicas de manejo de conductas problema.

TEMA 3.1: Consecuencias

En este apartado del tema se explica brevemente como las conductas dependen de sus consecuencias, por tanto trabajando en las consecuencias podremos modificar las conductas problema.

Deberes: Los padres deberán establecer el listado de consecuencias, reforzadores, o listado de premios personal para el niño/la niña(usaremos este listado en la economía de fichas que crearemos en el siguiente tema).

TEMA 4: Técnicas de la fase positiva

Una primera fase de la intervención se basará en proporcionar un ambiente propicio a los comportamientos adecuados, con un tiempo especial entre padres e hijos. Se explica la economía de fichas.

4.1 Planteamiento de la intervención

En este apartado se explica brevemente cómo plantear la intervención a partir de la información disponible.

4.2. Técnicas de reforzamiento positivo (Economía de fichas)

En este apartado se explican las técnicas de manejo de conductas problema basadas en el reforzamiento positivo (son las más recomendables). Dependiendo del caso, se elegirá para aplicar la técnica que mejor se adapte al objetivo. Se desarrolla especialmente en este tema la economía de fichas, una de las técnicas que ha demostrado mayor eficacia.

Deberes: Los padres deberán construir una economía de fichas (juntando las normas y los reforzadores ya trabajados en los temas anteriores, y añadiendo un valor numérico (de puntos)). Para adolescentes pueden realizarse contratos conductuales. Los padres elegirán si paralelamente desean llevar a cabo registros de observación.

TEMA 5: La fase de control: Otras técnicas de manejo de conductas problema

Si la fase positiva (bien aplicada) no funciona, usaremos otras técnicas de manejo de conductas problema como la pérdida de privilegios, el coste de respuesta, o el tiempo fuera.

- Deberes: Poner en práctica las técnicas elegidas dentro del plan específico de intervención.

El curso se ofrece de manera individual, para así poder ser elástico y adaptarse mejor a las características de cada familia.

Los temas se explican a través de presentaciones con diapositivas, y ese material se facilita después a los padres en formato digital.

Es necesario que los padres se comprometan a repasar los temas en casa, realizar los deberes y poner en práctica lo aprendido entre sesión y sesión, que se revisará al comienzo de la siguiente sesión.

Las sesiones pueden ser de una hora o de una hora y media. La frecuencia será en principio semanal (horario a convenir).

Cristina Trias Alcover

Departament de psicologia de la Universitat de les Illes Balears

Coordinadora de la UAPI

Psicóloga colegiada B-01902

www.psicologacristinatrias.com