

Manejo de comportamientos

Los padres de familia son los más maestros más importantes del niño. Cuando el niño tiene problemas de comportamiento puede ser difícil ser consistente. Es importante saber cómo manejar los problemas de conducta para que no se empeoren o interfieran con la capacidad de aprendizaje del niño. Seguir los pasos para manejar el comportamiento puede ser difícil y puede hacerlo sentir incómodo. Inclusive se siente incómodo, es importante resolver el comportamiento. Al hacerlo, será capaz de seguir los pasos necesarios para resolverlo y ayudarle al niño a tener éxito.

Las condiciones que afectan el comportamiento se llaman los A-B-Ces. Necesita entender lo que sucede cuando ocurre un comportamiento. Esto le ayudará a manejarlo.

Antecedente. Un antecedente es lo que sucede antes de que ocurra un comportamiento. Los antecedentes pueden sentar las bases para el comportamiento haciendo que ciertos comportamientos tengan más o menos probabilidad de ocurrir. Algunos ejemplos son: pedir que un niño termine una tarea, la presencia de una persona en particular en el lugar o una acción relacionada a una intervención o terapia como poner los audífonos al niño o encender el computador.

Comportamiento. Un comportamiento es todo lo que una persona hace e incluye acciones, pensamientos y sentimientos.

Consecuencia. Una consecuencia es lo que sucede después de que el comportamiento ocurre. Las consecuencias pueden hacer que un comportamiento tenga más probabilidad de ocurrir en el futuro. Este tipo de consecuencia se llama refuerzo. Por ejemplo, prestar atención o darle a un niño un juguete después de un comportamiento. Las consecuencias también pueden hacer que un comportamiento tenga menos probabilidad de ocurrir en el futuro. Este tipo de consecuencia se llama castigo. Por ejemplo, poner a un niño en una pausa obligada o quitarle un juguete después de un comportamiento inadecuado.

En resumen, el antecedente ocurre antes del comportamiento y la consecuencia ocurre después del comportamiento.

Analicemos algunos ejemplos. En el primer ejemplo, el antecedente es ponerle los audífonos al niño. El comportamiento es el niño llorando y quitándoselos. La consecuencia es que usted no hace que el niño use los audífonos. En este ejemplo, la consecuencia del niño llorando fue que ella consiguió lo que ella quería (no usar los audífonos). Recibir una consecuencia deseada aumenta la probabilidad de que el comportamiento, en este caso llorar y negarse a usar los audífonos, ocurra otra vez en el futuro. Este es un ejemplo de refuerzo.



Consideremos otro ejemplo. El antecedente es que usted le pone los audífonos al niño. El comportamiento es que el niño llora y se los quita. La consecuencia es que usted le vuelva a poner los audífonos. En este ejemplo, la niña no consiguió lo que quería y, por lo tanto, es menos probable que llore y se niegue a usar sus audífonos en el futuro. Hay un folleto disponible para su descarga que explica los A-B-Ces del comportamiento.

El refuerzo aumenta la frecuencia del comportamiento en el futuro.

Algo es un reforzador solo si aumenta la frecuencia del comportamiento que sigue. ¡Si no aumentó la frecuencia con que ocurre el comportamiento no era un reforzador! Esto es un punto importante. Un reforzador no es lo mismo que un premio. Un premio puede o no aumentar la frecuencia de un comportamiento. Para que el refuerzo sea lo más eficaz, debe ocurrir inmediatamente después del comportamiento. Hay dos tipos de refuerzo: positivo y negativo.

El refuerzo positivo es cuando algo se adiciona a la situación y el comportamiento aumenta. Cuando se trata de refuerzo, positivo significa adicionado como en matemáticas. Positivo no significa bueno. Un ejemplo sería felicitar a un niño por un comportamiento apropiado y luego el comportamiento ocurre más a menudo. Otro ejemplo sería reprender a su hijo después de una rabieta y luego el niño tiene rabieta más a menudo. En estos dos ejemplos el niño recibió atención. La atención puede ser un reforzador muy potente. Es importante recordar que, aunque la mayoría de la gente piensa en reprender o regañar como "castigo", a menudo puede funcionar como un reforzador. Estos son ejemplos de refuerzo positivo porque algo fue agregado a la situación y el comportamiento aumentó. Veamos un ejemplo de refuerzo positivo.

El refuerzo negativo ocurre cuando algo se subtrae de la situación y el comportamiento aumenta. Lo mismo que el refuerzo positivo, en el refuerzo negativo, negativo significa substraído como en matemáticas. Negativo no significa malo. Un ejemplo de refuerzo negativo es cuando un niño se niega a completar una tarea y el profesor deja de pedirle al niño que la complete. En el futuro, el niño se niega a completar las tareas más a menudo. En este ejemplo, pedirle al niño que complete la tarea se subtrajo porque el maestro dejó de pedirle que lo haga. Otro ejemplo es cuando un niño llora cuando quiere un juguete, su padre le da el juguete y el niño deja de llorar. En el futuro, el padre da el juguete al niño más a menudo. En este ejemplo, el comportamiento del padre, dándole al niño el juguete, fue reforzado porque el llanto del niño se eliminó del ambiente. Cada uno de estos son ejemplos de refuerzo negativo porque algo fue substraído de la situación y el comportamiento aumentó.

Cuando le enseñe a su hijo un comportamiento nuevo puede que necesite hacerlo un paso a la vez.

Su hijo puede no haber aprendido el comportamiento objetivo aún o está lejos de ser capaz de realizar el comportamiento completo. Puede utilizar moldeamiento para ayudar a su niño a aprender poco a poco el comportamiento. Moldear es reforzar pasos pequeños hacia el comportamiento deseado. Empiece reforzando el primer paso hasta que este paso sea aprendido.

A medida que se aprenda cada paso, el paso anterior no se refuerza y solo se refuerza el siguiente paso. De esta manera, el niño aprende la forma definitiva del comportamiento. Recuerde que, en cada nuevo paso, deja de reforzar el paso anterior y sólo refuerza el paso actual. A veces, motivar al niño y moldear el comportamiento correcto pueden ser necesarios durante el moldeamiento.

Hay un número de diferentes factores que pueden afectar la motivación de un niño. Tome en cuenta lo que motiva a su hijo al momento de decidir cómo reforzarlo. Las acciones de motivación afectan que tan bien funcionará el reforzador, ya sea aumentando o disminuyendo el valor de la consecuencia. Un ejemplo de una acción de motivación es un niño que acaba de comer antes de una sesión y por lo tanto está lleno. Los aperitivos ahora son menos refuerzo y la posibilidad de completar tareas por un aperitivo disminuye. Un segundo ejemplo es un niño que no ha recibido mucha atención en el hogar. La atención ahora es más refuerzo y completar las tareas por recibir atención, como una alabanza, aumenta. Un tercer ejemplo es cuando hace frío afuera. Usar una chaqueta ahora es más refuerzo y la búsqueda de una aumenta. Veamos un ejemplo de acciones de motivación. En este ejemplo el niño está aprendiendo a usar imágenes para comunicarse. Los objetos fueron seleccionados para la actividad porque al niño le gustan y está motivado para pedirlos usando las imágenes. En esta actividad el niño selecciona la imagen del objeto que desea y se la entrega a la maestra. Su acceso al objeto es controlado para aumentar su motivación para pedir. Por ejemplo: puede jugar con el juguete que le gusta por poco tiempo y luego se lo quitan para motivarlo a pedirlo nuevamente si quiere jugar más.

La extinción es cuando ya no se da un reforzador después de un comportamiento. Puede ser utilizada para disminuir comportamientos no deseados. Los comportamientos que son generalmente adecuados para la extinción son los berrinches, lloriqueos y pucheros. Llamar la atención de manera inadecuada y cualquier comportamiento que se ha reforzado con atención se puede también poner en extinción. Un ejemplo es cuando un niño recibe atención de un profesor por molestar a otros estudiantes durante la clase. En otras palabras, molestar a otros estudiantes es reforzado positivamente. Pero luego el profesor empieza a ignorar el comportamiento del niño. Molestar a otros estudiantes ha sido puesto en extinción para disminuir este comportamiento en el futuro.

Cuando un comportamiento está en extinción, a menudo empeorará antes de mejorar. Esto se denomina arrebatos de la extinción. Un arrebatos de la extinción es cuando el comportamiento aumenta temporalmente en la frecuencia o intensidad antes de que disminuya. Si esto sucede, es muy importante que usted continúe con la extinción y no reforzar el comportamiento durante un arrebatos de la extinción. Esto significa no dar al niño un refuerzo, como atención, un juguete o un aperitivo. Reforzar el comportamiento durante un arrebatos de la extinción solo resultará en el niño portándose inclusive más inadecuadamente en el futuro. Si continúa con la extinción, el comportamiento inadecuado eventualmente disminuirá.

Refuerzo diferencial es una combinación de refuerzo positivo y extinción. Esto es más eficaz que usar solo una de las técnicas. El refuerzo diferencial disminuye el comportamiento no deseado y le enseña al niño un comportamiento adecuado para sustituirlo. Usted refuerza comportamientos adecuados mientras extingue comportamientos inapropiados, generalmente ignorándolo. Por ejemplo, si el niño se queja acerca de completar una tarea, ignore el comportamiento. Tan pronto como el niño haga algo apropiado, como trabajar tranquilamente, felicite al niño rápidamente.

Este es otro ejemplo de refuerzo diferencial con el uso de audífonos. Si se le dice a un niño: "Ponte tus audífonos" y el niño se pone sus audífonos, usted reforzaría ese comportamiento con un elogio como "¡buen trabajo!" Esto es refuerzo positivo. Sin embargo, después de decirle al niño que se ponga sus audífonos, si el niño se queja, usted ignoraría el lloriqueo. Esto es extinción. El refuerzo diferencial requiere que esté atento a cada uno de los comportamientos del niño y proporcionar refuerzo o extinción rápidamente.

El castigo disminuye cuán a menudo un comportamiento sucede en el futuro. Algo es un castigador solo si disminuye la frecuencia del comportamiento que sigue. ¡Si no disminuye el comportamiento, no es un castigador! A menudo se piensa incorrectamente que el castigo es cualquier tipo de consecuencia desagradable – pero es sólo un castigo si realmente disminuye el comportamiento. Por ejemplo, regañar y sermonear a un niño a menudo aumenta el comportamiento porque ambos son formas de atención. ¡Si aumentan el comportamiento, son realmente refuerzos no castigadores! Al igual que con el refuerzo, hay dos clases de castigo: positivo y negativo.

El castigo positivo es cuando algo se adiciona a la situación y el comportamiento disminuye. Al igual que con el refuerzo, positivo significa adicionado como en matemáticas. Positivo no significa bueno. Un ejemplo de castigo positivo es darle nalgadas a un niño por su comportamiento inadecuado y entonces disminuye el comportamiento. Es importante saber que, en muchos contextos, puede ser poco ético o incluso ilegal usar el castigo positivo.

El castigo negativo es usualmente más utilizado que el castigo positivo. Puede ser una manera eficaz y ética para disminuir comportamientos no deseables. El castigo negativo ocurre cuando algo se sustrae de la situación y el comportamiento disminuye. Otra vez, negativo significa sustraído, como en matemáticas. Negativo no significa malo. Por ejemplo, un niño se niega a completar una tarea y se pone en pausa obligada. Es decir, las actividades divertidas que el niño podría de lo contrario hacer, como interactuar con otras personas y recibir atención, se sustraen del entorno. Si negarse a hacer tareas disminuye en el futuro, esto es un ejemplo de castigo negativo. Otro ejemplo de castigo negativo es un niño que tiene un berrinche y por lo tanto no se le permite ver la televisión por la noche. Es decir, la televisión se sustrajo del entorno. Si los berrinches disminuyen en el futuro, esto es un ejemplo de castigo negativo. Un tercer ejemplo es cuando un niño que le "contesta" a su padre y luego se le quita su juguete favorito. Si "contestar" a su padre disminuye en el futuro, esto es un ejemplo de castigo negativo. Hay un folleto disponible para su descarga que explica los principios básicos del manejo de comportamientos.

El primer paso en el manejo de comportamientos es saber exactamente qué comportamientos está intentando cambiar.

Empiece escogiendo comportamientos para seguir que sean objetivos y cuantificables. Por ejemplo, supongamos que desea aumentar la cantidad de tiempo que el niño usa sus audífonos. Definir el comportamiento como "aumento del tiempo de uso de los audífonos" hará más fácil medir que definir el comportamiento como "aprender a aceptar los audífonos". Usted puede medir el tiempo que un audífono está en el oído de un niño porque este comportamiento es externo y objetivo. Sin embargo, es difícil medir un estado interno como "aceptación". La siguiente es una sugerencia para definir comportamiento: si pudiera capturar el comportamiento en una cámara de video, es probablemente objetivo y cuantificable. Cuando sea posible enmarque los comportamientos de una manera que se centre en aumentar los comportamientos deseables, en lugar de disminuir los comportamientos no deseables. Es más eficaz decirle a un niño lo que debería estar haciendo que decirle lo que no debería estar haciendo. Trate de identificar un comportamiento deseable para reemplazar uno no deseado. A menudo, esto es sólo una cuestión de cómo ve el comportamiento. Por ejemplo, un comportamiento como "aumentar el uso de los audífonos" se enfoca en aumentar un comportamiento deseado, mientras que un comportamiento como "disminuir el no uso de los audífonos" se enfoca en disminuir un comportamiento no deseado.

Ahora que ha elegido que comportamientos desea seguir, defina los que desea aumentar. Sea lo más específico posible, para que el niño sepa qué esperar y para que usted sepa cuándo el comportamiento ha ocurrido o no. Por ejemplo, "concentrase en la tarea" es una definición demasiado general para seguir fácilmente. Trate de limitarla preguntándose lo que exactamente quiere ver. Incluya comportamientos específicos que forman el comportamiento más general de

“concentrarse en la tarea”. Un comportamiento específico podría ser "complete las tareas asignadas sin intentar escaparse" o "permanezca en el asiento". Estos comportamientos son mucho más específicos y más fáciles de seguir. Además, no trate de seguir muchos comportamientos. Entre 1 y 3 comportamientos es lo mejor.

A veces es difícil enmarcar comportamientos como en aumento. En este caso, está bien seguir comportamientos que desea reducir. Pero recuerde, sea específico. Por ejemplo, puede que quiera disminuir el número de rabieta que un niño tiene por sesión. Este es un comportamiento bueno como objetivo, siempre que defina lo que una rabieta es, para que la reconozca cuando la vea. Una definición de una rabieta puede incluir cosas como patear, gritar y negarse a hacer una tarea. Los comportamientos que ha escogido para seguir se llaman "comportamientos objetivo".

Para decidir qué tipo de intervención va a utilizar, tendrá que seguir el comportamiento problema que ha identificado. Esto le ayudará a entender la función del comportamiento. Solamente es necesario seguir los comportamientos que desea reducir.

Seguirá tres cosas para cada comportamiento: el antecedente, el comportamiento y la consecuencia. El antecedente es lo que sucede antes del comportamiento. El comportamiento es la conducta que está tratando de disminuir. La consecuencia es lo que sucede después del comportamiento. Estos son conocidos como los A-B-Ces del comportamiento y este tipo de datos se conoce como los datos A-B-C. Hay una hoja de seguimiento disponible para descargar y utilizar para registrar sus datos A-B-C.

Los datos A-B-C que recolecte antes de cualquier intervención conductual se llaman datos de referencia. Usted tendrá que recopilar datos de referencia para entender la función del comportamiento del niño. Los datos de referencia son una medida de la frecuencia con la que ocurre un comportamiento objetivo sin ninguna intervención. Haga un seguimiento de los comportamientos objetivo durante una sesión típica o en la casa durante períodos específicos de tiempo. Si hace el seguimiento en casa, es mejor si usted lo hace por la misma cantidad de tiempo y durante la misma hora cada día. La cantidad de tiempo dependerá de la frecuencia con la que el comportamiento ocurre. Puede elegir un momento cuando el comportamiento ocurre más o cuando sea conveniente para usted.

Recopile datos de referencia por tres o cinco días o sesiones. Mientras recopila los datos de referencia no trate de cambiar los comportamientos de ninguna manera. Haga lo que usted normalmente haría – en otras palabras, reaccione normalmente a los comportamientos.



Para saber cómo cambiar los comportamientos objetivo, primero debe entender la función de estos. La función de un comportamiento es la razón por la que ocurre. En otras palabras, ¿cuál es la consecuencia que el comportamiento produce consistentemente?

Hay tres funciones comunes de los comportamientos problemáticos. La primera función es llamar la atención. Este es el comportamiento que hace que el niño reciba atención. No olvide que incluso la llamada "mala" atención, como regaños, puede reforzar. La segunda función es obtener acceso a algo, como un juguete o una comida preferida. Este es el comportamiento que hace que el niño obtenga algo que quiere. La tercera función es escapar o evitar hacer una tarea o solicitud. Este es el comportamiento que permite al niño dejar de hacer algo que no quiere hacer.

Para entender la función de los comportamientos meta que está interesado en cambiar, usará los datos A-B-C que recopiló. Basado en estos datos, podrá ver que antecedentes y consecuencias tienden a ocurrir con el comportamiento meta. Usando una tabla como esta, usted será capaz de identificar la función del comportamiento que intenta cambiar.

Una vez que haya determinado la función del comportamiento meta, es decir, una vez que usted sepa por qué se produce el comportamiento, puede cambiar los antecedentes y consecuencias, que luego cambiarán el comportamiento. Cambiar el comportamiento cambiando los factores del entorno, como antecedentes y consecuencias, se llama intervención. Usted querrá elegir una intervención que corresponda con la función que identifique.

Puede afectar el comportamiento configurando el entorno, como el hogar o el lugar de las sesiones, para tener éxito. Esto significa asegurarse de que el ambiente está configurado para darle al niño la mejor oportunidad para tener éxito y comportarse bien.

Por ejemplo, si el niño se distrae fácilmente con juguetes, quite los juguetes de donde los pueda ver el niño, excepto cuando los use como reforzadores. Esto reducirá las oportunidades para que el niño se distraiga. Si al niño le molestan las luces brillantes, disminuya la intensidad de las luces antes de que el niño entre en el lugar. Esto disminuirá la posibilidad de que el niño se moleste y actúe inadecuadamente. En estos dos ejemplos, habrá una mejor oportunidad de que el niño se comporte bien desde el principio si hacen algunos pequeños ajustes. En general, si es más probable que el niño se porte mal bajo ciertas condiciones, cambie las condiciones para que la posibilidad de un mal comportamiento disminuya y las de uno bueno aumente. ¡En otras palabras, prepárese y prepare al niño para tener éxito!

También querrá asegurarse de que el niño este motivado para portarse bien. Esto se hace mediante el uso de acciones para motivar. Recuerde que las acciones de motivación afectan que tan bien funciona el reforzador, ya sea aumentando o disminuyendo el valor de la consecuencia.

Otra intervención que puede utilizar antes de que un comportamiento ocurra es dar comandos efectivos. Los comandos efectivos aumentan la probabilidad de que un niño cumpla una petición. Para dar comandos efectivos, siga estas pautas: solo dé un comando cuando usted lo pueda hacer seguir. Antes de dar un comando, obtenga la atención del niño. Hágalo diciendo el nombre del niño y haciendo contacto visual. Dé comandos que el niño pueda completar, no tareas que son demasiado complicadas o difíciles. Dé comandos directos y simples y dé solamente un comando a la vez. No dé una serie de comandos. Dígale al niño qué hacer en lugar de qué no hacer. Limite el uso de explicaciones de su comando. Si da una explicación, asegúrese de que es breve y dela antes del comando o después de que el niño lo cumpla. Hay un folleto disponible para su descarga que explica cómo dar comandos efectivos. Veamos un ejemplo de comandos efectivos.

*“Sabes, primero necesito que te quites tu saco. Hace calor aquí. Yo no tengo mi saco puesto. Quiero dejarme mi saco puesto. ¿Tú quieres? ¿por qué? Quiero ir afuera. Sabes qué, tenemos que quitarnos los sacos porque estamos adentro. Nos ponemos los sacos cuando estamos afuera en el frío. Así que quítate el saco para que podamos jugar”. No.
Saca los brazos, ¿cómo vas a agarrar los juguetes?
Muy bien Bryson, Bryson ¡gracias! Gracias por quitarte el saco”.*

*“Limpia.
Mikayla limpia por favor.
Mírame, limpia por favor. ¡Muy bien! ¡Buen trabajo! Dame cinco.
Todavía tienes el casco y las gafas y el chaleco.
¡Qué bien! ¡Pones muy buena atención!
Dame cinco ¡Gracias!”*

¿Qué pasa si el niño no obedece? Si el niño no obedece, repita el comando una vez más. Si el niño no obedece, prosiga a una consecuencia como una pausa obligada. No repita su petición una y otra vez, esto se llama sermonear. Sermonear le enseñará al niño que no hay consecuencias por no obedecer y eventualmente el niño dejará de prestar atención a sus comandos.

Para que el refuerzo sea lo más eficaz, debe ocurrir inmediatamente después del comportamiento. El refuerzo puede ser tan simple como felicitar al niño. Por ejemplo, chocar los cinco, diciendo: "¡buen trabajo!" o diciendo "¡gracias por escuchar!" son ejemplos de

refuerzo positivo. Otros reforzadores pueden incluir juguetes, alimentos preferidos, actividades favoritas o tomar un descanso de una tarea. Al elegir un reforzador, asegúrese de que es algo que al niño realmente le gusta. En primer lugar, refuerce el comportamiento cada vez que ocurra. Una vez que el comportamiento ocurra regularmente, puede reducir la frecuencia con que proporciona el refuerzo.

Reducir la frecuencia del refuerzo se llama dilución. Cuando diluye el refuerzo, hágalo lentamente y si los comportamientos deseables comienzan a disminuir, entonces debe aumentar la frecuencia del refuerzo. Otra cosa a considerar es qué tan eficaz es el reforzador. A menudo, a medida que un niño recibe el mismo reforzador, se cansará de este. Si el niño parece estar perdiendo interés en un reforzador, cambie a un reforzador diferente. A los niños no siempre les gustan las mismas cosas todo el tiempo. A menudo es necesario cambiar los reforzadores para mantener el interés del niño. Veamos un ejemplo.

Este es un ejemplo el niño y la terapeuta están trabajando en una actividad. Para animar al niño a continuar cooperando, la terapeuta usa diferentes tipos de refuerzo: refuerzo positivo (elogios), refuerzo negativo (descanso de jugar con un juguete) y después del descanso le da refuerzo positivo (algo para comer y elogios).

Señala la imagen en la que se ríen. ¡Muy bien, dame cinco!

Juguemos con estos, con el robot y los muñequitos.

Oh no, escondámonos. Se están escondiendo.

¿Tiene pilas?

¡Oh Dios, es muy alto!

Tenemos miedo, ¡ah! Muy bien

Mi turno, mi turno. ¡Gracias Kaylor, me gusta!

Escuchas muy bien.

¿Qué está haciendo?

¡Muy bien, te ganas un Cheez-It!

¡Buena respuesta!...

¡Él está cocinando, muy buen trabajo! ¡Dame cinco!

Cuando desee disminuir comportamientos indeseables, hay algunos métodos que puede utilizar. El método que elija dependerá de la función del comportamiento. La extinción es cuando no se da un reforzador después de un comportamiento. Es muy importante conocer la función de la conducta inapropiada antes de usar la extinción. Para comportamiento de búsqueda de atención, la extinción significa ignorar el comportamiento. Para el comportamiento que ocurre con el fin de conseguir algo, como un juguete o comida, la extinción significa no dar al niño lo que quiere. Para escape o evitación de una tarea no preferida, la extinción significa cumplir y requerir que el niño termine la tarea y no evitar hacerla. Este último tipo de extinción se llama extinción de escape. En el caso de escape o

evitación, usar el tipo incorrecto de extinción podría empeorar el problema. Por ejemplo, si usted ignorara el comportamiento de evitación, podría reforzar el comportamiento porque el niño estaría consiguiendo lo que quiere – la oportunidad de evitar la tarea sin consecuencias.

Ignorar se utiliza cuando la función del comportamiento problema es llamar la atención. Ignorar puede parecer simple, pero a menudo es muy difícil hacerlo bien. Con el fin de ignorar el comportamiento efectivamente, siga estas pautas: cuando ocurra el comportamiento problema, dígame al niño de manera directa, "No voy a hablar contigo cuando hagas ____" y dígame al niño lo que hizo. Sólo haga esto una vez para evitar sermonear al niño. Luego no le ponga atención al niño. No hable o comunique con el niño de ninguna manera y evite hacer contacto visual con el niño. Para ayudarle a ignorar, puede ser bueno realizar otra tarea mientras lo ignora, tal como leer. Una vez que el niño deja de hacer el comportamiento problemático, felicítelo tan pronto como muestre un comportamiento adecuado.

La extinción del escape se utiliza cuando la función del comportamiento problema es escapar o evitar una tarea no preferida. Cuando use la extinción del escape, no permita que el comportamiento problema haga que el niño no complete la tarea. Asegúrese de hacer cumplir su petición de que el niño complete la tarea. Haga esto incitando ocasionalmente al niño hasta que complete la tarea. No importa qué, continúe y no capitule a los intentos del niño de no hacer la tarea. Tan pronto como el niño termine la tarea, felicítelo. A veces, puede ser necesario elogiar al niño durante el proceso por completar parte de la tarea. Si es así, requiera aún que complete la tarea entera. La extinción del escape a menudo resulta en un arrebató de extinción, que puede ser muy difícil para el adulto.

Un arrebató de extinción es cuando el comportamiento que ha sido puesto en extinción aumenta temporalmente en la frecuencia o intensidad antes de que disminuya. Es decir, el comportamiento empeora antes de que mejore. Si ocurre un arrebató de extinción, no significa que su intervención no funciona, ¡significa que sí funciona! Continúe con la extinción y el comportamiento eventualmente disminuirá. Es muy importante no reforzar un comportamiento cediendo durante un arrebató de extinción. Esto empeorará las cosas enseñándole al niño que debe intensificar su comportamiento problema para que usted eventualmente ceda.

Otra técnica es el refuerzo diferencial. Recuerde esto es cuando se combina el refuerzo positivo con la extinción. Cuando utiliza refuerzo diferencial, es importante pensar en la función del comportamiento problema. Por ejemplo, cuando un niño intenta utilizar conductas inapropiadas para no hacer una tarea, enseñar al niño un comportamiento adecuado que pueda sacarlos de la tarea o retrasar la tarea es una buena idea. Por ejemplo, un niño que dice: "¿puedo tomar un descanso por favor?" es mejor que un niño con una pataleta. Cuando un niño dice apropiadamente que no quiere hacer una tarea, esto permite le permite adulto a negociar una agenda de trabajo y descanso para el niño. Por ejemplo, el adulto puede decir "Si completa

estos dos ejercicios, entonces puede tener un descanso de 5 minutos". El descanso se convierte en un reforzador para completar los ejercicios.

Otra manera para reducir comportamientos problema es mediante el uso de la pausa obligada. Si usa la pausa obligada, querrá combinarla con atención la positiva de comportamientos apropiados fuera de la pausa obligada (esto se llama pausa obligada positiva). Muchos adultos dicen que han probado la pausa obligada en el pasado y que no ha funcionado. Esto suele ser porque no han utilizado la pausa obligada de la manera más eficaz. Una cosa para recordar es que usted no debe usar la pausa obligada si la función de la conducta problema es escape o evitación. En este caso, la pausa obligada sólo reforzará el comportamiento problema.

Para usar la pausa obligada efectivamente, siga estas pautas. Dé un comando adecuado. Espere diez segundos y si el niño no obedece, repita el comando con una advertencia de que tendrá una pausa obligada si no obedece. Por ejemplo, si el comando es guardar los juguetes, se podría decir, "Si no guardas tus juguetes, tendrás una pausa obligada". Espere diez segundos y si el niño no obedece, póngalo en una pausa obligada. Comience diciendo, "No hiciste lo que te pedí, así que tendrás que tener una pausa obligada". Lleve al niño a un lugar predeterminado para la pausa obligada. Este lugar debe ser lejos de las actividades preferidas como la televisión, otros niños o juguetes. Siente al niño en una silla para adultos en el lugar de la pausa obligada y diga, "Quédate aquí hasta que te diga".

Mientras el niño está en la pausa obligada, no le preste atención al niño, no le hable, no le recuerde por qué está en pausa obligada, no responda a sus súplicas o haga contacto visual. El niño debe permanecer en pausa obligada 1 minuto por cada año de edad, pero no más de 5 minutos. Puede que necesite hacerlo gradualmente, empezando con cantidades de tiempo cortas. Comience sacando al niño de la pausa obligada una vez que ha estado tranquilo durante diez a treinta segundos. Esto significa que el niño no lloró, quejó, gritó o hizo otros ruidos o se portó mal durante este tiempo. Después de que el niño termine la pausa obligada, repita el comando original. Esto es importante porque no queremos que el niño aprenda que la pausa obligada significa que puede dejar de hacer una tarea. Si el niño cumple con su comando, felicítelo. Si el niño no cumple, repita la pausa obligada. Ya que usted puede terminar repitiendo la pausa obligada varias veces hasta que el niño obedezca, asegúrese de no darle al niño un comando que no pueda hacer cumplir.

La forma más efectiva de usar la pausa obligada es asegurarse de que el niño también tiene tiempo de inclusión. Tiempo de inclusión es cuando el ambiente es divertido y de refuerzo, el niño está recibiendo atención, felicitaciones por su buen comportamiento, tiene juguetes divertidos para jugar y actividades divertidas para hacer. Por lo tanto, no ser parte de este ambiente divertido es un castigo. Si el medio ambiente del que saca al niño durante la pausa obligada no es divertido, entonces la pausa obligada podría realmente funcionar como un



reforzador (escape o evitación de una situación desagradable). Hay un documento disponible para su descarga que describe cómo utilizar la pausa obligada eficazmente. Hay un panfleto disponible para descargar que describe el uso efectivo de la pausa obligada.

Esta sección proporciona algunos ejemplos de comportamientos.

Cuando un niño utiliza repetidamente comportamientos problema tales como el llanto, berrinches y rechazo para evitar hacer ciertas tareas, no deje que estas conductas permitan que el niño no las realice. Siga incitando al niño a completar la tarea en un tono neutral de voz; es decir, no suene enojado o excesivamente emocional. Reduzca al mínimo la atención que le presta al niño y minimice su emotividad entre indicaciones. Solicítele al niño que complete la tarea hasta que el niño la complete o utilice alguna forma de comportamiento apropiado para pedir un descanso. Si el niño realiza la tarea, refuerce la buena conducta. Si el niño pide un descanso de una manera apropiada, refuerce ese comportamiento con un breve descanso o negocie un horario de trabajo y descanso.

Si el niño sigue quitando sus audífonos, indíquele al niño que se los ponga de nuevo. Si es necesario, hágalo usted, prestándole poca atención mientras lo hace. Si el niño usa los audífonos, incluso durante un corto periodo de tiempo, refuerce el comportamiento con una alabanza como: "¡muy bien, está usando sus audífonos!" o dele al niño un alimento favorito o un elemento, como un M & M o una pegatina. Una vez que el niño haya tenido puestos los audífonos durante un corto periodo de tiempo, aumente poco a poco el tiempo necesario que él o ella debe usarlos antes de proporcionar el refuerzo. En otras palabras, haga que la duración del uso de los audífonos sea más larga. Asegúrese de no prestarle atención al niño por quitarse los audífonos, ya que esto podría reforzar el comportamiento.

Si el niño tiene una rabieta, ignore la rabieta. No mire al niño, no trate de calmarlo, no le hable y no le dé nada, como juguetes o comida. Si el niño tiene la rabieta porque quiere algo específico, es muy importante no dárselo. De lo contrario, él aprenderá que tener un berrinche es cómo él puede conseguir lo que quiere. Una vez que el niño se ha calmado, espere un minuto o dos y luego sugiérole que pida de buena manera lo que quiere. Si el niño pide comida o algo de manera adecuada, dele al niño el alimento o cosa si es una petición razonable. Si no es una petición razonable, dígame no al niño y no ceda. Si el niño pide un descanso de una tarea de manera adecuada, dele un breve descanso y luego requiera que continúe con la tarea. Sólo refuerce comportamientos adecuados. ¡No refuerce las rabietas!

Si el niño no está prestando atención durante una tarea, haga contacto visual, diga el nombre del niño y dé un comando eficaz. Si el niño hace la tarea por un periodo de tiempo corto, refuerce el comportamiento con una alabanza como: "¡muy bien, estás haciendo el trabajo!" o



dele al niño un alimento favorito o algo, como un M & M o una pegatina. Una vez que el niño esté haciendo el trabajo durante un corto periodo de tiempo, aumente poco a poco el tiempo necesario que él debe hacerlo antes de proporcionar el refuerzo. En otras palabras, moldee el comportamiento. Evite regañar, que es pedirle al niño hacer algo una y otra vez sin proporcionar una consecuencia. En su lugar, pídale al niño una vez y luego refuerce el buen comportamiento.