

CÓMO INTERVENIR EN LOS PROBLEMAS DE conducta infantiles

DOI <http://dx.doi.org/10.14422/pym.v0i356.3071>

M.^a ÁNGELES LUENGO MARTIN

Catedrática de Psicología Clínica

Directora de la Unidad de Investigación en

Prevención de Problemas de Conducta. UDIPRE

Universidad de Santiago

mangeles.luenigo@usc.es

PROBLEMAS DE CONDUCTA

Los problemas de conducta en niños son una de las quejas más frecuentes por parte de padres y profesores. Dificultades para acatar las normas, comportamientos agresivos, desafiantes, explosiones de ira y rabietas son sólo algunas de las manifestaciones de un conjunto de problemas que pueden encontrarse en niños y jóvenes de muy diferentes edades. En muchos casos, son problemas transitorios que pueden ser superados con facilidad, pero en otros casos, adquieren dimensiones más severas por su frecuencia e intensidad generando como consecuencia, un deterioro en las relaciones familiares y sociales. Pueden aparecer entonces dificultades serias de adaptación en el ámbito escolar y es frecuente que padres y educadores busquen apoyo para manejar los comportamientos disruptivos. Tres categorías diagnósticas en el ámbito de la psicopatología dan cuenta de estos problemas a nivel clínico: “trastorno negativista desafiante”, “trastorno disocial” o “trastorno por déficit de atención con hiperactividad”. El diagnóstico diferencial entre estos trastornos se hace de acuerdo con la gravedad de los comportamientos manifestados. El trastorno negativista desafiante no incluye los síntomas de agresiones a personas y animales, destrucción de la propiedad, robos o fraudes, que definen al trastorno disocial. En el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, el comportamiento perturbador es el resultado de la falta de atención y la impulsividad que definen el trastorno y no va dirigido a violar intencionadamente las normas sociales.

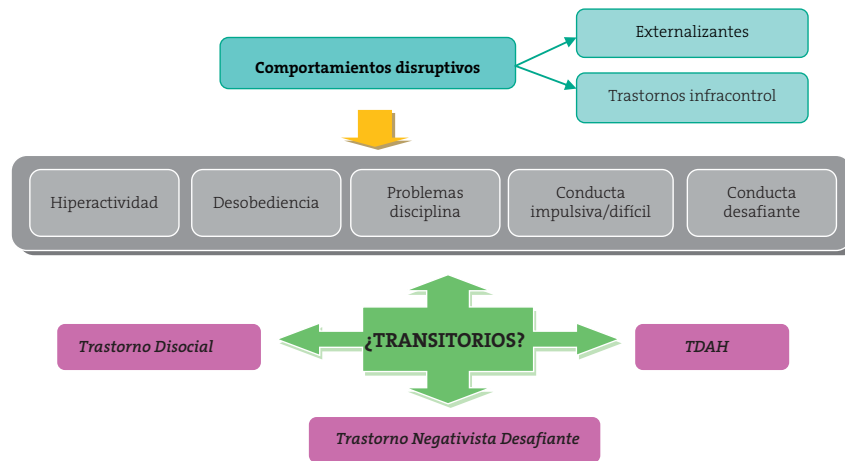
En general, los niños y adolescentes con estos problemas tienen mucha dificultad para seguir las reglas y comportarse de manera socialmente aceptable. Tienen patrones de conducta externalizante que afectan a otros negativamente y un escaso autocontrol. El comportamiento de estos niños genera emociones negativas en padres, profesores e incluso en otros niños, porque se niegan a hacer lo que se les pide, tienen mal genio y se saltan o ignoran las reglas habituales. En consecuencia, le cuesta integrarse y llevarse bien con los demás. Su manera de actuar puede interferir en el

Los problemas de conducta son fruto de interacciones complejas entre el niño y un entorno que siempre puede ser susceptible de modificación. Los avances científicos en la comprensión de estos problemas y en los métodos de tratamiento han demostrado que estos problemas pueden modificarse y que existen programas eficaces para su tratamiento.



M.^a Ángeles Luengo Martín.

Figura 1. PROBLEMAS DE CONDUCTA DE INICIO TEMPRANO



rendimiento escolar y en el desarrollo de las relaciones sociales adecuadas y con mucha frecuencia dañan la relación padres-hijo, debilitando los lazos afectivos tan necesarios para el normal desarrollo del niño.

Es normal que un niño, en sus primeros años de desarrollo tenga rabietas, llore, patalee o golpee a otros; sin embargo, estas conductas no se consideran adecuadas en etapas evolutivas posteriores. Estas conductas agresivas y desafiante, que son normales a los dos o tres años, cuando persisten en etapas posteriores, se transforman frecuentemente en mentiras, insultos, acusaciones e intimidaciones a otros, peleas y progresan a conductas más graves, como robos, faltas a clase, crueldad física contra las personas o los animales, etcétera. Los comportamientos disruptivos y agresivos, complican las relaciones sociales y dificultan la integración del niño en la escuela, en la familia y con los compañeros. Si estas conductas llegan a consolidarse, es muy probable que el niño tenga problemas en el futuro. Por ello, siempre se les debe prestar atención y actuar cuando aparecen las primeras manifestaciones, especialmente cuando éstas son demasiado frecuentes e intensas, o, cuando se prolongan por un periodo superior a seis meses.

CONTINUIDAD DE LOS PROBLEMAS DE CONDUCTA

Los problemas de conducta se extienden en muchas ocasiones desde la niñez a la adolescencia y desde la psicopatología del desarrollo, la investigación actual sobre trayectorias de alto riesgo sugiere, que los problemas de conducta en la infancia son en muchas ocasiones indicadores de un curso de desarrollo desadaptativo. Las alteraciones comportamentales, en estas trayectorias de riesgo, aparecen a muy temprana edad, y responden a redes de interacción entre las características de los niños, que pueden tener una base hereditaria (impulsividad, irritabilidad, problemas de atención) y el funcionamiento familiar (prácticas educativas inconsistentes, supervisión deficiente, estrés familiar). La combinación de estos componentes puede dar lugar a las primeras

dificultades de conducta, ya durante los años preescolares. Cuando el niño se incorpora a la escuela, los problemas tienden a acentuarse, y se generan desajustes ante las normas y las demandas académicas. Estas dificultades son especialmente intensas cuando concurren comportamientos disruptivos y síntomas característicos del trastorno por déficit de atención con hiperactividad. Son entonces frecuentes las confrontaciones con los profesores, y aparecen el fracaso escolar, los conflictos entre la familia y la escuela y el rechazo por parte de los otros niños. Los problemas de conducta son, generadores de otros problemas que se van acumulando y que van limitando las oportunidades de un desarrollo saludable, en una cascada de efectos que se ha descrito como “bola de nieve”. Las desadaptaciones del niño y de su entorno dan lugar a que se desarrollen ciertos patrones cognitivo emocionales (dificultades de autocontrol y autorregulación, desajustes en la identificación de emociones y en la empatía, resolución impulsiva de problemas), que dificultan, cada vez más, el establecimiento de relaciones adecuadas con otros niños y con los adultos. De este modo, las interacciones negativas en la familia y en la escuela se van acrecentando y, en la adolescencia, es probable que se produzca la vinculación a grupos de amigos problemáticos y que, poco a poco, se vayan limitando cada vez más las oportunidades para un desarrollo saludable, componiendo una trayectoria de alto riesgo, que da lugar a múltiples problemas, que coexisten en la adolescencia (por ejemplo, abandono escolar, abuso de drogas, depresión, comportamientos impulsivos, violencia, delincuencia) y que tienden a cronificarse. Los trastornos de conducta en la niñez, de acuerdo con los modelos de la psicopatología del desarrollo, desempeñan un papel crucial en la cadena de determinantes de problemas más graves en la adolescencia. Cuando, durante la adolescencia, se intenta intervenir en estos individuos, se ha acumulado ya una historia demasiado larga de conflictos y rechazos. Se han desarrollado ya demasiados elementos de

ESTABLECIENDO UNA BUENA COMUNICACIÓN CON LOS PADRES

- Establece entrevistas frecuentes con los padres de niños con problemas sin esperar a que aparezcan comportamientos preocupantes.
- Manda notas a casa en las que se informe de los progresos y esfuerzos del niño.

DURANTE LA ENTREVISTA

- Muestra a los padres tu interés por el alumno desde el principio de la reunión.
- Sustituye los mensajes “tú...” por mensajes “yo...”. Los primeros culpan o critican al otro, los segundos expresan lo que nosotros queremos o sentimos.
- Aprecia los recursos y habilidades del niño. Detállaselos a sus padres.
- Sé breve, claro y específico si necesitas hablar de conductas inapropiadas del niño. No dediques la reunión a recontar todas las ocasiones en que éstas han aparecido.
- Descríbele a los padres los pasos que has dado para potenciar las habilidades del niño y aminorar sus dificultades.
- Obtén información de los padres sobre las habilidades del niño en otros ámbitos y escucha sus sugerencias para potenciarlas.
- No interrumpas ni discutas con los padres; escúchalos atentamente y ten en cuenta sus inquietudes.
- Céntrate en lo positivo, señala qué puedes hacer tú por el niño y qué quieres hacer.

AL FINALIZAR LA ENTREVISTA

- Establece con los padres un programa de trabajo conjunto para lograr las metas que os proponéis para el niño.
- Anima a los padres a seguir manteniendo contacto contigo.

riesgo, dentro de un estilo de vida inestable característico de estas personas, que dificulta el éxito de la intervención.

INTERVENCIÓN EN PROBLEMAS DE CONDUCTA

La teoría y la investigación sobre las trayectorias desadaptativas muestra, pues, que una compleja secuencia de desajustes se va generando desde la niñez, dando lugar a múltiples problemas de conducta y de salud. De ello, se derivan algunas conclusiones de alta relevancia para la intervención: 1. La necesidad de detectar tempranamente a los niños de alto riesgo para el desarrollo de problemas severos de conducta; 2. La necesidad de intervenir tempranamente, antes de que la acumulación de problemas convierta a los programas en iniciativas demasiado tardías.

Los problemas de conducta de inicio temprano deben ser objeto de intervención no sólo por el malestar que generan en un momento dado del tiempo, sino también por el riesgo de desajustes futuros. La intervención a edades tempranas, por otra parte, es compatible con la investigación neurocientífica, que apoya

la importancia de los programas de desarrollo de las funciones cognitivas de autorregulación y autocontrol, cuando los sistemas neurales correspondientes tienen aún una alta plasticidad y responden a los *inputs* del ambiente.

En muchas ocasiones se piensa que los problemas de comportamiento de los niños son hereditarios y por tanto difíciles de modificar. Expresiones como “este niño es un trasto”, “es malo por naturaleza” están implícitas en esta creencia y en demasiadas ocasiones, se recurre al tratamiento farmacológico como medio para paliar estos trastornos. Aunque no se puede descartar la influencia de factores hereditarios, que hacen a un niño más vulnerable y el tratamiento farmacológico parece indicado, como terapia combinada en la intervención en el TDAH, ningún fármaco puede reducir las influencias ambientales adversas o un entorno familiar disfuncional, por lo que es necesario otro tipo de intervenciones complementarias. Los problemas de conducta son siempre fruto de interacciones complejas entre el niño y un entorno que siempre puede ser susceptible de modificación. Los avances científicos en la comprensión de estos problemas y en los métodos de tratamiento han demostrado que estos problemas pueden modificarse y que existen programas eficaces para su tratamiento. El éxito de las intervenciones reside en la intervención temprana. La intervención, antes de que el comportamiento del niño se asocie con tendencias antisociales y fracaso académico, ofrece la mejor oportunidad para alterar el curso del trastorno. Existen diferencias en los niños en lo deprisa que pueden aprender y en los métodos en los que el aprendizaje puede ser más efectivo. Sin embargo, todos los niños son capaces de cambiar su comportamiento, si los padres y maestros utilizan los métodos apropiados para ello. La mayoría de los fracasos para resolver problemas de conducta en el niño no resultan de las características del niño, sino del desconocimiento por parte de los adultos de las estrategias adecuadas para modificar su comportamiento.





E. Romero • P. Villar • M. A. Luengo • J. A. Gómez Fraguera • Z. Robles.

EmPeCemos

Programa para la intervención en problemas de conducta infantiles

Dirigido a padres y madres de niños de 5 a 11 años



Aplicación: Colectiva.

Tiempo: 12 sesiones semanales de 90 minutos cada una, aproximadamente.

www.teaediciones.com



En el CD se incluyen todos los materiales de trabajo necesarios para las sesiones (escenas de vídeo, fichas, tareas para casa y notas de recuerdo), así como diversos documentos para que el profesional lleve un seguimiento y realice una evaluación del proceso formativo.

No hay niños “malos y problemáticos”, sino sistemas educativos en la familia y en la escuela o en la sociedad más amplia que no saben responder a las necesidades de ese niño, en cada etapa de desarrollo. La esencia de la intervención en los problemas de conducta es no centrarnos en los problemas; sino en ayudar a los niños con problemas de conducta a tener un comportamiento más adaptativo, dedicando más tiempo y esfuerzo al comportamiento positivo que al comportamiento problemático. Las intervenciones prometedoras en los problemas de conducta indican que, para atajar estos problemas, se deben interrumpir los patrones de interacción disfuncionales, que se generan como consecuencia del trastorno en los ámbitos más relevantes para el desarrollo del niño. Para ello, es necesario un cambio de mentalidad y de práctica educativa, tanto en la familia como en la escuela, desde un modo reactivo, punitivo y excluyente a prácticas proactivas, en las que prime el refuerzo positivo y el aprendizaje.

Dada la intrincada red de factores que se implican en las trayectorias desadaptativas, se demanda el desarrollo de programas que aborden simultánea y coordinadamente diferentes áreas de la vida psicosocial y permitan romper los ciclos de interacciones negativas entre los niños y su entorno. Particularmente, tres áreas de intervención parecen prioritarias. Por una parte, la familia emerge como un espacio de intervención esencial. La promoción de prácticas educativas adecuadas y el fortalecimiento de los vínculos afectivos entre padres e hijos son objetivos comúnmente recomendados, de acuerdo con la investigación sobre factores de riesgo y protección. La intervención sobre los niños es otro de los pilares de la intervención. Los niños con indicadores tempranos de desajuste psicosocial deben adquirir las habilidades cognitivas, emocionales y sociales que les permitan ajustarse a las demandas

Caminando juntos

SEGUIMIENTO DEL COMPORTAMIENTO DEL NIÑO Y ELOGIO DE LAS CONDUCTAS APROPIADAS

Practicar la técnica del elogio con vuestros hijos o con los alumnos, especialmente con aquéllos que muestran mayores problemas de comportamiento, para ello:

1. Piensa en las tres conductas más problemáticas del niño, que serían las conductas inapropiadas.
2. Piensa en las tres conductas opuestas que serían las conductas apropiadas.
3. Durante la semana observa y registra estas conductas.
4. Elogia al niño cada vez que muestre indicios de las respuestas apropiadas opuestas a aquellas que queremos eliminar. Hemos de fijarnos en cualquier indicio de acercamiento a esas conductas.
5. Como detectives debemos estar muy atentos y “pillar al niño siendo bueno”.

CÓMO ELOGIAR A TU HIJO, O, ALUMNO

- Presta atención cuando el niño se porte bien. No reserves tus elogios para conductas perfectas.
- No te preocupes de que vayas a darle demasiados elogios.
- Dale más elogios a los niños más difíciles de controlar.
- Elógiate a ti mismo como ejemplo.
- Da elogios específicos.
- Elogia con entusiasmo, sonrisas y miradas de aprobación.
- Elogia de forma inmediata a la conducta.
- Cuando elogies hazlo acompañado de palmadas, abrazos y besos.
- Elogia de forma consistente, siempre que aparezca la conducta a elogiar.
- Dale elogios delante de otras personas.

del medio escolar y social: autocontrolarse, regular las emociones, demorar la gratificación, responder adecuadamente las frustraciones, reconocer los problemas y resolverlos eficazmente. En tercer lugar, otra pieza clave de la intervención deben ser los profesores, ofreciéndoles recursos para establecer normas y expectativas, estructurar el contexto de clase, promover comportamientos positivos y enfrentarse a los disruptivos, autocontrolarse en las interacciones negativas y potenciar el trabajo conjunto con la familia. Se ha dicho que la intervención en estos diferentes niveles podría tener también un efecto “cascada”, generando una cadena de cambios positivos en la relación del individuo con el ambiente, capaz de alterar sustancialmente la trayectoria psicosocial del individuo. Cuando los problemas de comportamiento ya están instaurados en el repertorio conductual del niño, se requiere utilizar programas validados que han demostrado la eficacia y que las estrategias que se enseñen, sean aplicadas de forma sistemática y supervisadas cuidadosamente para ir las ajustando y adaptando, con el fin de mejorar su eficacia.

PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO A PADRES

A pesar de la necesidad de intervenir sobre los diferentes sistemas, los hallazgos de los estudios sobre la efectividad de los programas sugieren que, entre los

diferentes tipos de tratamientos, en edades tempranas, el entrenamiento de padres debe ser la intervención de elección para el tratamiento de los problemas de conducta. El entrenamiento de padres es una de las intervenciones más investigadas y que mejores resultados presenta, tanto en medidas procedentes de informes de padres y profesores como en observaciones realizadas en el contexto familiar y escolar. Se ha visto que estos programas sirven para promocionar las interacciones positivas entre padres e hijos, mejorar de las conductas y actitudes de los padres hacia sus hijos, incrementar la comunicación y resolución de problemas y parecen necesarios como terapia combinada junto al tratamiento farmacológico, en la intervención en el TDAH.

La investigación ha mostrado, además, que existen algunos componentes “críticos”, que parecen dar cuenta, en gran medida, de la eficacia de estos programas:

- a) Entrenar a los padres en la observación y la supervisión del comportamiento de los niños. Los padres deberán aprender a evitar descripciones globales sobre la conducta del niños (“nunca hace lo que le pido”) y deben aprender a observar qué antecedentes y qué consecuencias rodean a la conducta disruptiva.

Actividades de aula

EL JUEGO DE LA BUENA CONDUCTA

1. Decidimos en qué momento/s del día se va a llevar a cabo el juego. Por lo general es interesante realizar el juego en aquellos momentos en que se requiere mayor atención por parte de los alumnos, en que la actividad suele provocar más comportamientos inapropiados, en que necesitemos que estén en sus asientos, etc.

2. Definimos claramente qué conductas apropiadas vamos a puntuar durante el juego. Por regla general, en el juego de la buena conducta se dan puntos por el seguimiento de las siguientes normas:

- *Trabajamos en silencio*
- *Nos comportamos de forma educada y amable con el profesor y los demás compañeros*
- *Pedimos el permiso del profesor para levantarnos de nuestro sitio*
- *Seguimos las instrucciones y explicaciones del profesor*

Es importante tener escritas estas normas en un lugar visible para todos los alumnos.

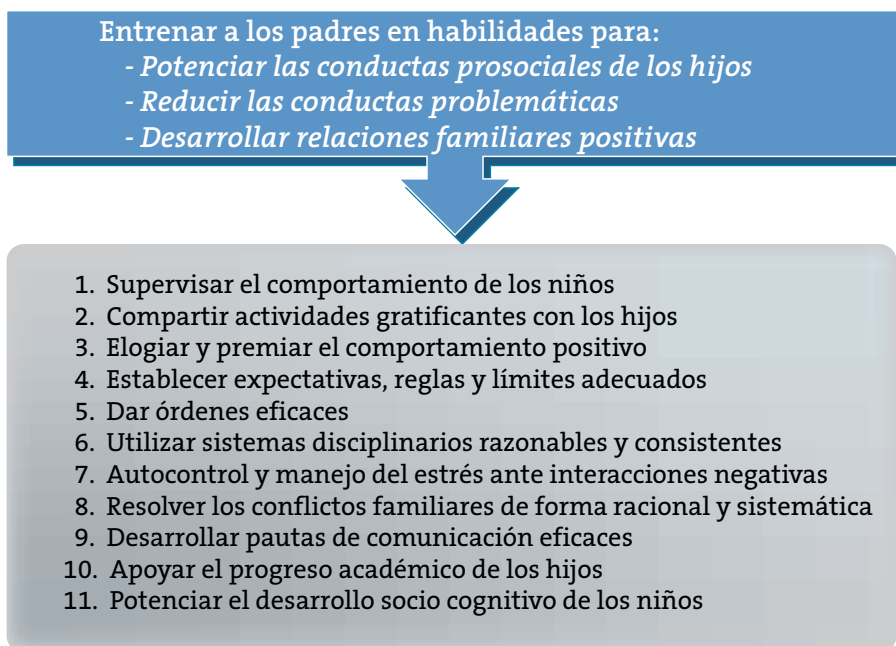
3. Decidimos qué premios o privilegios pueden ganar los alumnos con su implicación en las reglas que se establecen en el juego. Es aconsejable utilizar incentivos naturales para la situación del aula, como pueden ser 10 minutos de juego educativo, elegir al compañero con el que quieren sentarse, ser los primeros en elegir personajes cuando se haga una representación, etc. Estos incentivos también pueden escribirse en una cartulina y situar ésta en un lugar visible durante el juego. En este momento debemos decidir si los premios se ganarán diaria o semanalmente.

4. Explicamos a la clase el Juego de la Buena Conducta. Tras explicar que vamos a realizar un juego en el aula, se divide a la clase en dos equipos (si es necesario en tres) que se pondrán de acuerdo para ponerse un nombre en el juego, repartiendo equitativamente a los alumnos que presentan mayores dificultades de comportamiento. Se informa a la clase de cuáles son los comportamientos que darán puntos. Se describirán los incentivos que van a ser utilizados, siempre teniendo en cuenta aquellos que puedan ser motivantes para los alumnos.

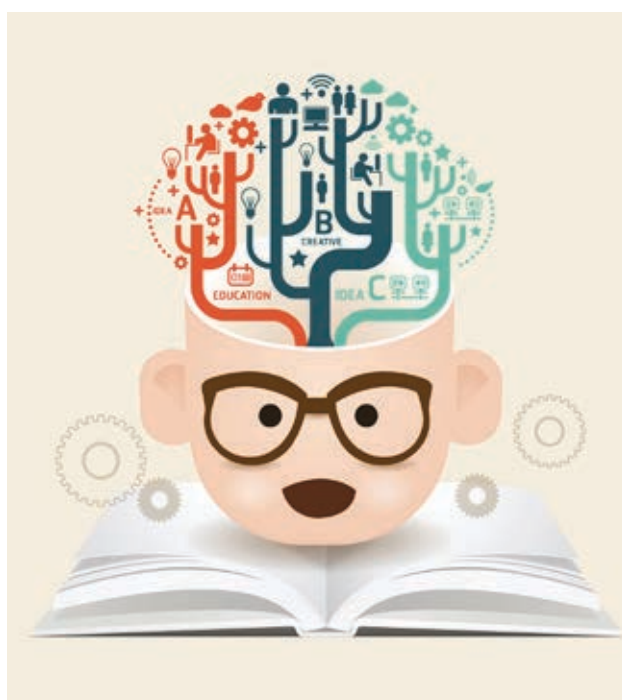
5. Ponemos en práctica el Juego de la Buena Conducta. Mientras se lleva a cabo el juego el profesor seguirá realizando las actividades y estrategias de instrucción usuales en sus clases. Simplemente puntuará a los equipos que sigan las reglas marcadas cuando perciba que así lo hacen. En el momento que puntúe el buen comportamiento es interesante que explique en voz alta por qué lo hace; de este modo recuerda qué reglas han de seguirse para conseguir los puntos. Según el equipo vaya ganando puntos el profesor hará una señal en la cartulina donde se anotarán los nombres de los equipos y el recuento de los puntos que van acumulando.

En el juego de la buena conducta suele marcarse un número de puntos que señalará que cualquier equipo que sobrepase ese número de puntos podrá elegir un premio. Si todos los equipos se comportan de manera apropiada como para llegar a ese número de puntos todos ganan. Al finalizar el día o la semana, según hayamos establecido previamente, se realizará el cambio de puntos por privilegios o premios.

Figura 2. OBJETIVOS DEL PROGRAMA “EMPECEMOS”



- b) Poner el énfasis en la conducta positiva de los niños. Los padres deberán aprender a reconocer las conductas positivas de sus hijos, a prestarles atención y reforzarlas adecuadamente.
- c) Dar instrucciones y órdenes de forma apropiada. Los programas han de subrayar la importancia de una comunicación clara, no ambigua, de padres a hijos.
- d) Instaurar técnicas disciplinarias no basadas en el castigo físico. Los padres deben ser entrenados en el uso de diversos procedimientos, alternativos al castigo físico, para manejar la mala conducta, tales como tiempo fuera, consecuencias lógicas o ignorar.
- e) Hacer que los padres conozcan cuál es la racionalidad en la que se apoyan las distintas estrategias (elogio, ignorar, tiempo fuera, etcétera) más que limitarse a enseñarlas parece mejorar los resultados.
- f) Comunicación eficaz, resolución de problemas, autocontrol. Las revisiones de programas de entrenamiento a padres indican que los padres deben aprender a escuchar activamente, empatizar, resolver conflictos y afrontar emociones de ira o depresión, frecuentemente evocadas por la mala conducta del niño.
- g) Es crucial preparar a los padres para aplicar las habilidades entrenadas en diferentes contextos, así como mejorar la colaboración con la escuela.



Ajustándose a estas premisas, se han desarrollado diferentes programas de entrenamiento de padres, muchos de ellos derivados del trabajo realizado desde la década de los setenta por Patterson y colaboradores en la Universidad de Oregón. Todos estos programas, a pesar de las diferencias (formato individual vs. grupal; materiales escritos vs. audiovisuales), comparten estructuras y contenidos semejantes. Son programas protocolizados en un manual, en los que los padres aprenden a potenciar las interacciones positivas con los niños, a través del juego o de otras actividades compartidas. Se anima a los padres a “pillar a sus hijos siendo buenos” y a reforzar las conductas positivas a través del elogio y de otros refuerzos. Los padres aprenden a prescindir de órdenes innecesarias, a establecer los límites con más claridad, y dar a sus hijos la oportunidad de obedecer. Además, se les entrena en el uso de consecuencias lógicas y naturales y en estrategias de resolución de problemas para ser practicadas con los niños.

Figura 3. LA EFICACIA DEL PROGRAMA EMPECEMOS



Las técnicas de entrenamiento utilizadas son diversas, y suelen incluir instrucción didáctica, modelado, role-playing y práctica en el hogar.

En esta misma línea se sitúa el componente de padres del programa EmPeCemos desarrollado por nuestro grupo de investigación que a partir de las experiencias previamente evaluadas, quedó constituido por doce sesiones. En estas sesiones se abordan las técnicas y procesos identificados como centrales en los programas de entrenamiento de padres. EmPeCemos tiene como objetivo general la reducción de los problemas de conducta infantiles de tipo disruptivo, así como la promoción de la competencia social y del ajuste académico. Los objetivos del programa se presentan en la figura 2.

Las experiencias de evaluación desarrolladas con el programa EmPeCemos y, particularmente, con el programa para familias, demuestran que la intervención es viable, bien aceptada en nuestro contexto cultural, genera altos índices de satisfacción entre los participantes y es eficaz tanto para la promoción de estrategias educativas apropiadas en los padres como para la reducción de los problemas de conducta disruptiva en los niños. La calidad del programa ha sido, de hecho, reconocida por agencias externas internacionales como el European Monitoring Center for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA), que ha otorgado al programa la máxima cualificación en cuanto a diseño, evaluación y eficacia. ■

Para saber más

- ROMERO, E.; VILLAR, P.; LUENGO, M. A., y GÓMEZ-FRAGUELA, J.A. (2009). "EmPeCemos: Un programa multicomponente para la prevención indicada de los problemas de conducta y el abuso de drogas", *Revista Española de Drogodependencias*, 20: pp. 448-479.
- ROBLES, Z., y ROMERO, E. (2011). «Programas de entrenamiento para padres de niños con problemas de conducta: una revisión de su eficacia», *Anales de Psicología*, 27: pp. 86-101.
- ROMERO, E.; VILLAR, P.; LUENGO, M. A.; GÓMEZ-FRAGUELA, J. A., y ROBLES, Z. (2013). *EmPeCemos. Programa para la intervención en problemas de conducta infantiles*. Madrid: TEA Ediciones.

hemos hablado de:

Problemas de conducta; infancia; intervención; programas de entrenamiento a padres.

Este artículo fue solicitado por PADRES Y MAESTROS en noviembre de 2013, revisado y aceptado en enero de 2014 para su publicación.