

Guía para para la modificación de la conducta en niños(as) y manejo de contingencias

En Casa

**Realizado por: María Juliana Sierra Ospina, Gabriela
Macías & Laura Fernanda Galindo Veloza**



CONTENIDO

01

Bienvenida	02
Componentes Para Desarrollar Un Comportamiento	03
Uso De Elogios	04
Problemas Comunes	05
Solución De Problemas (Técnicas Básicas)	06
Solución De Problemas (Técnica Avanzada)	07
Conclusiones	08



BIENVENIDOS



Hola a todos,

Nosotras somos Juliana, Gabriela y Laura,
seremos sus instructoras en esta cartilla para
padres

En primer lugar, queremos darles la bienvenida
a este espacio que hemos creado para
ustedes. Sabemos que la crianza de los hijos
puede ser una tarea desafiante, y por eso
estamos aquí para apoyarlos.

En este programa, aprenderán sobre las
contingencias, que son las relaciones entre las
acciones y sus consecuencias. Las
contingencias son una herramienta poderosa
que pueden usar para ayudar a sus hijos a
aprender y a desarrollar comportamientos
positivos.

Estamos seguras de que este programa será
una experiencia valiosa para ustedes. Con el
conocimiento y las habilidades que adquirirán,
podrán mejorar su relación con sus hijos y
ayudarlos a tener un desarrollo más positivo.



Los tres componentes necesarios para desarrollar un comportamiento

El enfoque que se está utilizando consta de tres componentes principales para desarrollar el comportamiento

1. Antecedentes (A)

Son acciones o palabras que puedes utilizar antes de un comportamiento para aumentar la probabilidad de que ocurra.



2. Comportamientos (b)

Son las acciones que puedes realizar para lograr el comportamiento deseado.



3. Consecuencias (C)

Son las acciones que tomas después del comportamiento, como elogiar cuando ocurre

Uso de Elogios



Esta es una estrategia que nos permite aumentar la ocurrencia de un comportamiento y significa expresar aprobación; principalmente los efectos de este es experimentar emociones placenteras.

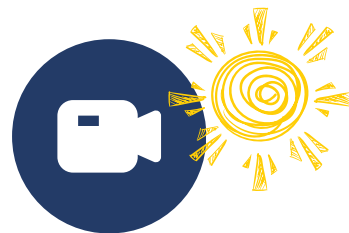
Dos tipos de elogios

Uno hace referencia al elogio cotidiano y es el que está presente en las actividades del día a día.



El otro hace referencia al que se usa cuando se quiere cambiar algún comportamiento, por ejemplo, cuando queremos que nuestros hijos hagan la tarea o pongan más atención.

Tiene 3 características para que sea efectivo:



- 1 Debe ser entusiasta o efusivo. Ejemplo: "¡Eso está genial!" Incluye gestos con las manos también, algo de expresión facial y el tono de voz que sea bien alto.
- 2 Se debe ser específico en lo que se está elogiando "¡Genial! Has recogido los juguetes como te pedí".
- 3 Se debe utilizar algo no verbal para acompañar el elogio, por ejemplo tocar su hombro, "chocar cinco".

Problemas Comunes

Algunos padres dan refuerzos por todo tipo de comportamientos. "Si me traes esto, te doy un premio". Este esquema no sirve para desarrollar comportamientos.



Recuerda: queremos establecer una respuesta consistente a comportamientos específicos que queremos cambiar.

Como padres, se tiende a dar muchas advertencias. Las indicaciones repetidas no obtendrán el comportamiento deseado, sino el efecto contrario. Si das las indicaciones dos veces se llaman recordatorios, pero si las das tres o más veces se llama atosigar.

Recuerda:

- Las indicaciones por si solas no funcionan.
- Los refuerzos por si solos no funcionan.
- Los antecedentes, los comportamientos y las consecuencias deben trabajar juntos para obtener cambios duraderos.

Si no estás cometiendo ninguno de los errores anteriores, ¿que otra cosa puedes hacer para cambiar el comportamiento de tu hijo?



Solución de Problemas

(Técnicas Básicas)



¿Cómo puedes saber que necesitas solucionar un problema?

1

No estás viendo cambios en el comportamiento

2

El cambio está ocurriendo pero es muy lento o cambios muy pequeños. Ejemplo: no ves cambios a lo largo de la semana, o ha disminuido el comportamiento pero cuando ocurre es muy fuerte.

3

El cambio ocurre pero no es duradero

4

Hubo cambios pero solo cuando elogiaste o diste un refuerzo por el comportamiento.

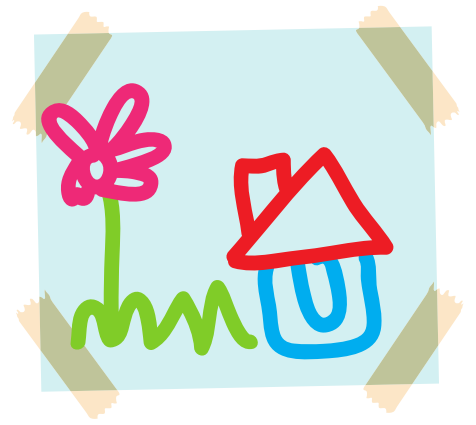
5

El comportamiento ha empeorado.



Solución de Problemas

(Técnica Avanzada)



Arranque

Esta es una estrategia para que el niño inicie el comportamiento, participando de la primera secuencia. Cuando una persona se encuentra en la primera parte, la probabilidad de proceder a los siguientes pasos se incrementa enormemente.



Muchos de los comportamientos de tu hijo tienen secuencias y se pueden dividir en pasos.



Comencemos identificando el primer paso de una secuencia común. Por ejemplo, si quieres que tu hijo complete 30 minutos de tarea, el primer paso podría ser sentarse en un escritorio con su libro abierto.

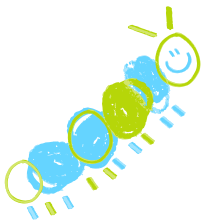
Después del primer paso, puedes decir: "Si deseas detenerte ahora, está bien. Pero también puedes continuar". Ahora estás dando opciones, que como ya sabes son buenas para cualquier antecedente. Recuerda que dar opciones aumenta la probabilidad de lograr el comportamiento deseado



incluso si tu hijo decide parar la actividad, será más fácil la próxima vez obtener el primer paso de la secuencia, especialmente si elogias ese primer paso.

Conclusión

Esperamos que este sea un material que puedan usar de manera frecuente durante la interacción con los niños y que así mismo puedan transmitirle a las familias estas estrategias más idóneas para desarrollar nuevos comportamientos.



Adicional, podemos darnos cuenta que estas estrategias van encaminadas a desarrollar pautas de crianza saludables y beneficiosas tanto para el niño (a) como para los contextos en los que él o ella interactúe.

Por último, recordemos que uno de los puntos más importantes en la utilización de estas estrategias, es que estas deben usarse de manera consciente y constante en el tiempo para que tengan mayor efectividad.

