



Actualmente en los Centros Educativos nos encontramos con alumnos que presentan problemas de actitud, rebelión ante las normas y la figura del profesor, falta de motivación... esta situación nos conduce a trabajar de modo coordinado padres y tutores dichos problemas de conducta en el alumno, mejorando así su actitud dentro y fuera del aula.

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

Colegio "Nuestra Sra. del Carmen" La Bañeza. (León)

CONSEJOS PARA ADULTOS

SEAMOS MODESTOS Y POSITIVOS: Rara vez se soluciona el problema de un niño de la noche a la mañana. Los cambios, tanto en los niños como en los adultos tienden a producirse lentamente y por etapas. Si un niño que antes se negaba a hacer los deberes y empieza a hacerlos diez minutos al día, debe usted alegrarse y demostrarlo. Se ha logrado un progreso real. El niño se sentirá bien consigo mismo y esto le animará a trabajar más tiempo. Es mucho más productivo que ambos estén encantados con pequeños signos de progreso a que se desilusionen cuando no se cumplan expectativas demasiado exigentes.

HAGA SABER AL NIÑO LO QUE SE ESPERA DE ÉL: Después de seleccionar el comportamiento que se desea cambiar y elegir una estrategia o solución entre las que se ofrecen, se debe encontrar un momento tranquilo para explicarle al niño lo que va a ocurrir. Describa el objetivo en palabras sencillas, que el niño pueda comprender fácilmente.

ANTES DE DECIR NO PIÉNSELO. LUEGO, MANTÉNGASE FIRME: Si no está seguro de poder mantener la postura, negocie. De lo contrario le está enseñando a que tenga más rabietas.

LLEGUE A UN CONTRATO DE MÍNIMOS: Acuerde con el niño un contrato razonable sobre un número reducido de cuestiones y fijando recompensas a corto y medio plazo.

UTILICE EL REFUERZO SOCIAL: Use mucho refuerzos verbales: "hoy te estás portando muy bien"...Evite acompañar estos comentarios positivos de otros que expresen ironía o recelo ("hoy muy bien, veremos mañana...").



No debemos dar pequeños regalos o caprichos de forma indiscriminada y mucho menos para que cese una conducta inadecuada. Deben usarse como premio por las buenas conductas.

IGNORE EN LO POSIBLE CONDUCTAS DESADAPTADAS QUE TIENDEN A LLAMAR LA ATENCIÓN. Si atendemos a este tipo de conductas, el niño está aprendiendo que para llamar la atención del adulto debe comportarse de ese modo (pues consigue su objetivo aunque la reacción de los adultos sea enfadarse o castigarle). Debemos enseñar a sustituir esas conductas por otras, ignorando las indeseables en la medida de lo posible y atendiendo a las deseables siempre, de forma que el niño entienda que cuando se porta bien es cuando se le va a hacer caso.

ENSEÑAR SOLUCIONES ALTERNATIVAS a los conflictos. Buscar entre todos posibles soluciones y enseñar a ponerse en el lugar del otro

USE UN SEGUIMIENTO CONTINUO Y SISTEMÁTICO: Sea constante con el seguimiento de estas pautas. El seguirlas unos días sí y otros no, no sirve de nada.

SI ES NECESARIO CASTIGAR AL NIÑO, TENER PRESENTE:

- No abusar de esta medida demasiado pues el alumno puede habituarse, dejando de ser eficaz.
- El castigo debe ser inmediato.
- Podemos hacer uso de la retirada de privilegios pero siempre asegurándonos de que lo retirado es de agrado para el niño.

Debemos **RESALTAR Y CENTRAR NUESTRA ATENCIÓN** en aquellos **ASPECTOS POSITIVOS** del niño, haciendo uso para ello de refuerzos sociales (elogio, halagos,...), privilegios (más tiempo de juego...) materiales (golosinas...)

Tener en cuenta la importancia de un **AMBIENTE RELAJADO Y TRANQUILO**, ya que los entornos tensos, alborotados y desestructurados aumentan la tensión de los niños.

EVITE LOS REPROCHES CONTINUOS, las descalificaciones generales; la continua referencia a los aspectos negativos de su conducta.

Y CON LOS MÁS PEQUEÑOS...

En los más pequeños, es frecuente encontrar que los niños, a partir de los 2 años, recurran a las rabietas para intentar establecer su individualidad. Quieren hacer todo a su manera, no como los papás u otros adultos les dicen. Este tipo de comportamiento indeseable tiene siempre un motivo: Quizá el niño, por casualidad, se dio cuenta de que este comportamiento daba resultados (consiguió así alguna vez terminar saliéndose con la suya). Puede que el niño esté muy cansado o sobreestimulado y no puede controlar sus emociones.

En cualquier caso, sin que importen las razones desencadenantes ni la compasión que despierte en los padres, **se trata de un comportamiento inaceptable.**

El niño debe aprender que es una conducta inadecuada, que no conduce a ninguna parte y que no le ayuda en la frustración, ni le libra de una obligación ni modifica la manera de pensar de sus padres con respecto a algo.



¿QUÉ PODEMOS HACER?

IGNORAR LAS RABIETAS: Es la forma más rápida de terminar con ellas, pues en la mayoría de los casos, el objetivo de las rabietas es llamar la atención y nada más.

Como no se puede razonar con un niño en medio de un arranque emocional, es mejor no hacerlo. Si se le ignora le enseñaremos que no son eficaces y aprenderá a utilizarlas con menos frecuencia.

Para ello, hay que **armarse de paciencia**: Nos apartaremos. Haremos otra cosa mientras dure la pataleta. Hay que tener cuidado y no mirar al niño, pues incluso una breve mirada puede prolongar la rabieta. Si no se puede ignorar la pataleta o el niño la prolonga mucho, esperamos unos minutos a que su llanto disminuya y le decimos: Cuando hayas terminado de llorar, vuelve y nos iremos a jugar. Nada más. Es normal que grite más, ya que se le ha prestado atención.

Cuando el niño termine con su rabieta, no debemos darnos por enterados. Hay que recibir al niño de vuelta como si no hubiese pasado nada, sin mencionar el incidente.

PONDREMOS AL NIÑO EN UN RINCÓN, SI LA RABIETA PERSISTE:

Diciéndole que ya estamos cansados de oírle, por lo que podrá seguir así, en ese rincón. Pondremos al niño en un rincón en otra habitación, donde no pueda vernos pero podamos controlarlo. Deberá sentarse durante un tiempo (un minuto por cada año de edad que tenga el niño) y no podrá moverse de allí hasta que esté tranquilo 30 segundos seguidos.

USAR EL ELOGIO PARA REFORZAR LA CONDUCTA DESEADA: Prestar atención cuando se porte bien y felicitarle por ello. Debemos "pescarle" cuando esté haciendo cosas buenas dándole atención inmediata ante comportamientos deseados durante todo el tiempo que pasemos con él.

NO PERMITIR QUE EL NIÑO RECURRA A LA RABIETA PARA ELUDIR RESPONSABILIDADES .A veces las rabietas distraen tanto a los padres que, al final, éstos se olvidan del motivo que las originó. Una vez que el niño ha terminado su rabieta, deberá llevar a cabo la posible tarea que le llevó a ésta.

NO DEJAR QUE LA RABIETA CAMBIE UN NO POR UN SÍ:

El niño debe saber que se está hablando en serio y que no se va a cambiar de idea. Debemos continuar diciendo no como si fuésemos un disco rayado. El comportamiento de los padres **SIEMPRE** debe ser el mismo, da igual el lugar (*supermercado, casa de los abuelos, la calle...*) , el momento y las personas que estén delante.