

Trastorno de Conducta Negativista Desafiante

Dr.Jordi Sasot Llevadot
Psiquiatra Infanto-Juvenil

Rosa M^a Ibáñez Bordas
Psicóloga Clínica Infanto-Juvenil

Unitat de Paidopsiquiatria (Psiquiatria y Psicología Infanto-Juvenil)
Centro Médico Teknon. Barcelona
sasot@dr.teknon.es
rmibanez@centreguia.com

Artículo publicado en el 3er Curs Interdisciplinari d'Especialitats Pediàtriques de Centre Mèdic Teknon. Barcelona. 2009.

Introducción

En la práctica educativa de los padres con sus hijos, una de las dificultades más frecuentes es la desobediencia, junto en algunos casos con la provocación.

Los comportamientos negativistas, oposicionantes y desafiantes son el resultado de varios factores asociados, en los que puede intervenir la propia biología del niño y su entorno educativo.

Una de las causas más frecuentes de estas conductas es la falta de un método adecuado en el manejo del niño o del adolescente por parte de sus padres o educadores. Ante una educación sobreprotectora y en la que no interviene la educación de la capacidad de frustración surgen niños y adolescentes que no respetan las normas ni la propia autoridad de los padres.

Ahora bien, ¿podemos concluir que siempre estos trastornos del comportamiento son consecuencia de una mala educación?, evidentemente no, existen variables biológicas, desde dismaturativas hasta lesivas, que condicionan la respuesta educativa de un niño o adolescente. Estas variables biológicas pueden ser consecuencia de la propia carga genética, que va regular al desarrollo del cerebro, fundamentalmente del cortex prefrontal, principal área reguladora del control del impulso y de las funciones ejecutivas.

¿Qué son las funciones ejecutivas? Es un conjunto de habilidades que permiten la anticipación y el establecimiento de objetivos, la autorregulación de las tareas y la habilidad de llevarlas a cabo con eficiencia. El cerebro ejecutivo tiene un papel neurológico fundamental, el de "director de orquesta". Estos niños y adolescentes con Trastorno Negativista Desafiante tienen un mal director de orquesta con lo que su "música comportamental" es disarmónica.

Hoy en día conocemos que la ausencia de unas adecuadas funciones ejecutivas están implicadas en el desarrollo de conductas disruptivas. Entre estas destacan la flexibilidad cognitiva (capacidad para el cambio), la memoria de trabajo, la autorregulación, la habilidad para resolver problemas gracias a la planificación y la organización y la capacidad para la inhibición de conductas. La memoria de trabajo, habilidad ejecutiva básica, es la capacidad de la persona para mantener información en su mente y operar con ella. Estos déficits de funciones ejecutivas afectan la capacidad del niño para responder de forma adaptativa al entorno ante las normas del adulto. El niño con dificultades en su memoria de trabajo tiene dificultades para valorar las consecuencias de sus comportamientos basándose en la experiencia previa. Por ello mismo no es capaz de anticiparse a las potenciales consecuencias de sus actos. Estas dificultades cognitivas del niño contribuyen en general a la aparición de múltiples comportamientos de carácter oposicionista.

Estos niños y adolescentes presentan un temperamento y unas características cognitivas que facilitan la expresión de comportamientos disruptivos al carecer del autocontrol necesario para identificar y regular sus comportamientos.

En esta línea de trabajo entra en la escena clínica una categoría diagnóstica recogida en el "Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, texto Revisado (DSM-IV-TR)" de la A.P.A. como Trastorno Negativista Desafiante y en la "Décima Revisión de la Clasificación

Internacional de las Enfermedades (CIE-10)" de la O.M.S., como Trastorno Disocial Desafiante y Oposicionista.

Aspectos Conceptuales

Según los criterios DSM-IV-TR la característica fundamental del Trastorno Negativista Desafiante es la presencia de un patrón recurrente de comportamiento negativista, desafiante, desobediente y hostil, dirigido a las figuras de autoridad, que persiste por lo menos durante 6 meses. Asimismo, durante este periodo es frecuente la aparición de cuatro o más de los siguientes síntomas:

- presentar accesos de cólera (pataletas)
- discutir con frecuencia con los adultos
- desafiar activamente o negarse a cumplir las demandas o normas con los adultos
- llevar a cabo actos deliberados que molestan a otras personas
- acusar a otros de sus propios errores o problemas de comportamiento
- sentirse fácilmente molestado por otros
- ser rencoroso o vengativo

Estos comportamientos han de aparecer con mayor frecuencia de lo que correspondería por su edad y nivel de desarrollo y deben de causar un déficit significativo en el funcionamiento social y académico. En los casos en los que el trastorno aparezca exclusivamente en el transcurso de un trastorno psicótico o del estado de ánimo (depresión), o disocial o antisocial de la personalidad (en un adolescente mayor de 18 años) no se establece el diagnóstico. En consecuencia, el Trastorno Negativista Desafiante normalmente se diagnostica en la niñez y casi siempre antes de la adolescencia.

En el DSM-IV-TR el Trastorno Negativista Desafiante forma parte del grupo de los Trastornos por Déficit de Atención y Comportamiento Perturbador en el que, además y entre otros, se encuentra el Trastorno Disocial. Por otro lado, en la CIE-10, este trastorno denominado Trastorno Disocial Desafiante y Oposicionista, se encuentra dentro de lo que se llaman Trastornos Disociales. En este sistema de clasificación se afirma que el Trastorno Disocial Desafiante y Oposicionista viene definido por la presencia de un comportamiento marcadamente desafiante, desobediente y provocador y la ausencia de otros actos disociales o agresivos más graves que violan la ley y los derechos de los demás.

A nivel clínico se utiliza más la clasificación DSM-IV-TR, que diferencia con mayor exactitud el Trastorno Negativista Desafiante del Trastorno Disocial, de mayor gravedad.

Comorbilidad (Trastornos asociados)

La comorbilidad dentro del grupo diagnóstico de los Trastornos por déficit de atención y comportamiento perturbador, es un tema muy estudiado.

El Trastorno de Conducta Negativista Desafiante está muy vinculado al TDAH, últimamente los estudios más actuales nos indican que aproximadamente la mitad de los niños TDAH presentan un Trastorno Negativista Desafiante, dicho de forma contraria, el TDAH es común en niños con Trastorno Negativista Desafiante.

Este grupo comórbido (TND y TDAH) es también el que presenta mayor riesgo de desarrollar un Trastorno Disocial, sin descartar que el propia TND puede desarrollar por sí mismo y a partir de la propia infancia un TD.

No olvidemos tampoco que los niños o adolescentes con TD casi siempre han presentado un diagnóstico previo de TND.

Finalmente tengamos presente que un subgrupo de los pacientes con TD presentará en la vida adulta un Trastorno Antisocial de la Personalidad

Epidemiología

La prevalencia del TND se sitúa ,dependiendo del rigor de la muestra estudiada, entre el 2% y el 16% de la población. Muy probablemente los pacientes TND de causa fundamentalmente biológica presentan una prevalencia no superior al 3%.

Aunque los estudios clásicos indican que los niños son diagnosticados con este trastorno tres veces más a menudo que las niñas, estos datos no se correlacionan en la actualidad en la adolescencia, observándose tasas en los varones solo levemente más altas que en las mujeres.

Curso Evolutivo

El TND se inicia habitualmente antes de los ocho años de edad, y nunca más allá de la etapa preadolescente (no mas alla de los doce años de edad).

Los niños con Trastorno Negativista Desafiante pueden empezarse a identificar a partir de los tres años y medio de edad. En el niño normal hay una etapa de desarrollo normal, la etapa negativista, que se inicia a los 15-18 meses de edad y puede alcanzar hasta los tres años y medio de edad.

Aunque pueden haber niños menores de tres años que presenten síntomas evidentes de un probable Trastorno Negativista Desafiante, es aconsejable siempre no plantear etiquetas diagnósticas en plenas etapas madurativas infantiles.

Los síntomas aparecen inicialmente en el entorno familiar, generalizándose en la escuela y lugares públicos.

No obstante,el diagnóstico precoz es fundamental ya que las formas tempranas de TND pueden ser predictivas, sin tratamiento, de otros problemas posteriores en la vida, tales como consumo de sustancias, delincuencia juvenil y criminalidad adulta.

Diagnóstico

El diagnóstico debe ser multimodal, y en él, el paidoquisiquiatra debe ser el eje alrededor del cual se agrupen los demás especialistas, fundamentalmente el psicólogo clínico.

El diagnóstico requiere la capacidad de contactar con el paciente y su familia en los primeros momentos, saber escuchar la demanda es fundamental. Es vital la práctica inicial de un correcto diagnóstico diferencial con un trastorno funcional del comportamiento.

Debe también de realizarse una anamnesis cuidadosa, valorando la salud mental de la familia y (fundamentalmente de ambos padres) y los antecedentes personales, acompañado de cuestionarios y adecuadas entrevistas con padres y maestros, destacamos a este nivel el cuestionario CBC de Achenbach.

Entre las entrevistas pueden mencionarse: la NIMH Diagnostic Interview Schedule for Children Versión IV (NIMH DISC-IV) de Shaffer, Lucas, Dulcan y Schwab-Stone, la Child and Adolescent Psychiatric Assessment (CAPA) de Angold y Costello y finalmente la Diagnostic Interview for Children and Adolescents (DICA) de Wendy (versión española traducida y adoptada por L. Ezpeleta).

No obstante, las entrevistas requieren largo tiempo de aplicación, por ello existen a nivel alternativo diversas escalas de valoración, entre las que destacamos la Eyberg Chid Behavior Inventory, que identifica tres factores, uno de comportamiento negativista desafiante hacia los adultos, otro de comportamiento desatento y otro de problemas de conducta.

A nivel clínico debe realizarse una entrevista personal con el niño o el adolescente, valorando el control del impulso, la hiperactividad, la autoestima, las conductas negativistas y desafiantes y las posibles conductas disociales.

Los estudios genéticos, de neuroimagen y neurofuncionales, no tienen aún relevancia patognomónica, si bien en un futuro cercano serán imprescindibles. A este nivel se aconseja

realizar un estudio de neuroimagen y neurofisiológico para descartar patología cerebral, fundamentalmente a nivel de cortex prefrontal.

A nivel psicométrico es necesario la práctica de exploraciones psicotécnicas específicas que evalúen fundamentalmente la impulsividad y el control del impulso, a nivel emocional y cognitivo.

Asimismo debe de realizarse un estudio psicodiagnóstico completo que evalúe su estado y la presencia de comorbilidad.

El diagnóstico del Trastorno Negativista Desafiante es, en conclusión, fundamentalmente clínico.

Tratamiento

El planteamiento terapéutico de un niño o adolescente con Trastorno Negativista Desafiante exige una intervención multimodal, es decir: psicoeducativa (padres y maestros) psicoterapéutica (orientación cognitivo-conductual) y ocasionalmente psicofarmacológica.

Aspectos psicoeducativos

Es fundamental transmitir tanto a padres como a maestros una línea educativa clara a seguir.

Empecemos por lo que No se puede hacer:

- No entrar en un lucha de poderes en busca de ganar o decir la última palabra, haciéndole sentir al niño o al adolescente que nosotros, los adultos, tenemos el poder.
- No promover la argumentación o la discusión ante una situación específica con el fin de convencerle de que nosotros, los adultos, tenemos la razón.
- No critique ni utilice formas de comunicación de carácter agresivo.
- No se confronte con el niño o el adolescente ante momentos de crisis.
- No obligue al niño o al adolescente a cambiar su conducta en momentos en que esté alterado o en crisis.
- No establezca castigos en momentos de conflicto.
- No pregunte ¿por qué? (usted debe saber ya la respuesta).

Hay que tener en cuenta que el objetivo de aplicar una estrategia no es ganar la batalla, porque para ganar una batalla debe de haber una pelea y aquí partimos de la expectativa de lo que existe es más bien problema que requiere de un solución, en la que salgan todos beneficiados. Es un desafío, el niño o el adolescente, busca sentir que gana, que tiene la última palabra, que tiene poder ante las figuras de autoridad y que logra que el adulto o la persona que está siendo desafiada, pierda el control.

Las estrategias que favorecen la interacción son aquellas que dan la oportunidad al niño o al adolescente de sentir que ganan o que tienen cierto control sobre la situación, pero dentro de unos límites que se establecen, sin caer en lucha de fuerzas o autoritarismos.

Para lograr una actitud favorable en el niño o el adolescente, este tiene que percibir lo siguiente:

- Que es respetado y aceptado y como persona no se le critica ni rechaza (lo que no se acepta es solo su conducta)
- Que se le tiene en cuenta en la solución del problema (presentando el adulto ambas propuestas, haciendo también suya la propia del niño o adolescente)
- Que la solución no es impuesta, es negociada (en la intervención hay convencimiento, no imposición).
- Que la intervención educativa va en su beneficio (hay que transmitir que cumplir las normas va en beneficio del propio niño o adolescente).

Dar órdenes en momentos difíciles requiere con estos niños y adolescentes utilizar unas pequeñas reglas:

- Mirar a los ojos
- Ser firme
- Si es un niño pequeño y está en berrinche, espere a que se calme
- Asegúrese que comprenderá la orden afirmando lo que se dijo
- La orden debe ser única, clara y concreta
- La orden debe de indicar lo que se desea que haga
- La orden no puede ser presentada como un favor o una pregunta
- Hay que tolerar un periodo de tiempo para el cumplimiento de la orden

Tener un hijo o un alumno con estas características es un reto, ya que en la mayoría de las veces son difíciles de comprender sus actitudes y tolerar sus reacciones sin perder el control. Es básico aceptar que estos comportamientos tienen una causa biológica y que las reacciones autoritarias por parte del educador solo promueven reacciones negativas.

No se puede personalizar la conducta que tiene un niño o un adolescente con Trastorno Negativista Desafiante, hay que tener una actitud más racional, y evitar reacciones excesivamente emotivas. Son conductas educativamente poco gratificantes que requieren tiempo, paciencia y esperanza, variables en contradicción con nuestra vida habitual.

Aspectos psicoterapéuticos

Hoy en día el tratamiento psicoterapéutico de este trastorno se desarrolla en dos direcciones atendiendo a las distintas partes afectadas, el niño que presenta conductas de negativismo y de desobediencia y los padres que desde un inicio tratan de enfrentarse a estos problemas del comportamiento. Es por ello que el entrenamiento de padres por un lado y las intervenciones centradas en el propio niño por otro, sean las principales iniciativas terapéuticas para resolver este trastorno. Las evidencias científicas actuales han puesto de manifiesto que el entrenamiento y formación de padres en habilidades y pautas de conducta reduce la oposición, el desafío y la agresividad de los niños y adolescentes con este trastorno al tiempo que mejora el comportamiento y la relación entre ambos padres, así como atenúa su estrés.

Entre los programas de entrenamiento de padres más utilizados se encuentran fundamentalmente, el "Defiant Children" de Barkley (del cual incluimos en anexo una reciente versión de nuestra Unidad de Paidopsiquiatría de Centro Médico Teknon), el "Programa de Entrenamiento de Padres de Forehand y Mc Mahon" y el "Collaborative Problem Solving" de Greene, las dos primeras con un enfoque más conductual y el segundo con un enfoque más cognitivo.

Las iniciativas emprendidas para tratar al propio niño o adolescente diagnosticado de Trastorno Negativista Desafiante se desarrollan a través de programas de entrenamiento en habilidades cognitivas. Entre los más utilizados cabe mencionar el "Entrenamiento de Habilidades en Solución de Problemas para niños con Trastornos de Conducta" de Kazdin. Se trata de un programa de entrenamiento que se desarrolla en sesiones semanales de 30-45 minutos y en el que se emplean cinco autoinstrucciones verbales correspondientes a cada uno de los cinco pasos que integran la estrategia de solución de problemas.

1. Definición del problema

"¿Qué se supone que he de hacer?"

2. Aproximación al problema

"Tengo que examinar todas mis posibilidades"

3. Prestar atención

"Conviene que me concentre y preste atención"

4. Tomar una decisión sobre la respuesta

"Tengo que elegir"

5. Autoreforzamiento y verbalización del afrontamiento

"Lo he hecho bien o, vaya, lo he hecho mal. Debo ir más despacio y reflexionar "

El entrenamiento se desarrolla fundamentalmente a través de modelado, ensayos conductuales, role play y práctica "en vivo".

Los objetivos de este tratamiento buscan modificar el modo de pensar de los niños y adolescentes y enseñarles nuevas estrategias. Se trata de una estrategia de solución de problemas que los niños y adolescentes ensayan primero en relación a problemas familiares y escolares y más tarde respecto a problemas de mayor relevancia personal e interpersonal.

Otros planteamientos psicoterapéuticos son las "Técnicas de autocontrol de la ira" de Pelma y las "Técnicas de resolución de problemas" de Kendall.

Aspectos psicofarmacológicos

El tratamiento psicofarmacológico tiene gran interés y es de gran ayuda, al incidir sobre el funcionalismo alterado del sistema nervioso relacionado con la conducta impulsiva.

Los fármacos más utilizados son:

- Antipsicóticos atípicos (Risperidona y Aripiprazol). Únicamente el primero está autorizado para su utilización en niños.
- Antiepilépticos (Topiramato, Ácido Valproico, Oxacarbamacepina)
- Psicoestimulantes (Metilfenidato)

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DE PADRES CON NIÑOS DESAFIANTES Y OPOSICIONISTAS DEL PROF. R.BARKLEY

Versión adaptada por J.Sasot ,RMª Ibáñez y J.Maurici

Introducción:

El programa de entrenamiento para padres del Prof. R.Barkley consta de ocho pasos con los que se pretende mejorar la conducta adaptativa del niño..Se intenta conseguir que el niño adquiera un conjunto de comportamientos positivos que le ayuden a mejorar su conducta adaptativa en la familia, la escuela y en sus relaciones sociales. Las estrategias usadas están diseñadas para reducir la terquedad, el comportamiento oposicionista y aumentar las conductas de colaboración. Es un programa cuya eficacia se ha probado si se aplica de manera sistemática.

La duración del programa suele ser de 8 semanas, un paso para cada semana, si bien pueden realizarse adaptaciones según las conveniencias de cada familia.

Es fundamental que se dedique tiempo intersemanal en la aplicación del programa.

El programa en sus 8 pasos:

PASO 1: ¡Preste atención!

Puede que si el comportamiento de su hijo es el de un niño o un chico desafiante, casi todas las interacciones sean batallas, entonces él no va a recibir el premio de obtener su atención (en momentos en que las cosas transcurran satisfactoriamente), y esta atención es un poderoso incentivo. Todos los niños o los chicos en el fondo buscan aprobación y recibir afecto. Lo que debería conseguir en este paso es que su hijo crea que puede volver a conseguir la aprobación de sus padres.

En este paso el primer objetivo es crear un “tiempo especial” para su hijo que ofrece interesantes beneficios (usted podrá aprender o reaprender a prestar atención positiva):

- Le dará pruebas directas de que la forma como se comporta con su hijo influye mucho en la motivación del mismo.
- Le enseñara a reconocer el buen comportamiento y a ignorar el malo.
- Le ayudará a apreciar más a su hijo y el tiempo que pasan juntos.
- Empezará a mejorar su relación, afectada por los conflictos constantes.

Tiempo especial

Este tiempo especial debe tener algunas características concretas, entre ellas dedicar 15-20 minutos al día. Busque un objetivo doble: atención positiva y recuperar

su confianza. Procedimiento (uno de los posibles; en cada caso, cada familia puede encontrar el más adecuado):

- Escoger un buen momento del día, por ejemplo mientras su hijo está jugando.
- Antes de empezar a interactuar con él dedique unos 2 minutos a mirar lo que está haciendo y reflexionar sobre ello.
- No pregunte lo que está haciendo directamente.
- Después, empiece a comentar (narrar) lo que está haciendo su hijo, comentarios simples y positivos. Muestre interés honesto.
- Seguidamente haga algún comentario positivo sobre lo que está haciendo, si puede elogiarle, bien. Una forma que puede ayudar es imaginarse que está realizando una retransmisión deportiva, utilizando un estilo parecido para ir “retransmitiendo lo que hace su hijo”.
- Finalmente, una vez transcurridos los 15-20 minutos comentar con su hijo lo bien que se lo ha pasado durante este rato.

Algunas cuestiones a tener en cuenta:

- Para niños menores de 9 años se puede fijar un momento concreto del día y mantenerlo. Con mayores de 9, ser más flexible.
- Asegúrese que realmente tiene tiempo y que también es un buen momento para su hijo.
- Intente que los hermanos no estén presentes para que no compitan por su atención, también les puede dedicar a ellos un tiempo similar en otro momento.
- El mejor tipo de juego? cualquier cosa que el niño escoja.
- **RECUERDE:** En este tiempo no hay reglas, sea creativo e ingenioso para no dar órdenes, no enfadarse, etc. Se trata de seguir los pasos que hemos comentado. Hacemos esta reflexión porque puede ser que su hijo intente excederse en este tiempo en que “dirige” él.
- La única actividad a evitar es ver la televisión (por sus características). En cuanto a la consola tampoco es tan recomendable, de todas formas, si no hay alternativa, empezar y luego animar al niño a hacer otra actividad, sin imponérselo, simplemente, plantearlo como una idea alternativa..

Tipo de diálogo (durante el tiempo especial):

- Regla 1: No dar órdenes, no hacer correcciones.

- Regla 2: No hacer preguntas intrusivas.

Preguntas que sí son recomendables: “Cuánto tiempo hace que sabes hacer esto..(en sentido positivo)?” “Cuál es tu juguete favorito?”. También tenga en cuenta que su hijo no debe tener que parar de hacer lo que esté haciendo cuando le pregunte. También resulta interesante cambiar las preguntas por frases: en vez de decir “qué estás haciendo?”, podemos decir: “me gustaría realmente saber lo que está pasando aquí...”.

-Regla 3: Elogiar de forma selectiva.

Prestar atención pero no pasarse en elogios. Y mejor hacer elogios de aspectos concretos.

PASO 2: Consiga paz y cooperación con el elogio

En el momento en que consiga que su hijo empiece a valorar su atención otra vez puede utilizar esta herramienta para ganar su conformidad. En este paso se trata de aprender a responder cuando su hijo obedece y coopera, con agradecimientos, elogios y aprecio. Esto contribuirá notablemente a que el comportamiento de su hijo mejore. Debemos resaltar que es bueno mantener los “tiempos especiales” 2 o 3 veces por semana. Si las cosas han salido de forma adecuada tanto usted como su hijo los valorarán positivamente y tendrán ganas de hacerlos.

Nuestros objetivos son los siguientes:

- Trabajar para aumentar la obediencia:
 - Preste atención y haga elogios siempre que cumpla lo que se le pide.
 - Planee unas sesiones de entrenamiento muy cortas en las que usted exponga órdenes muy simples y apropiadas para conseguir que su hijo se acostumbre a saber lo fácil que es obedecer.
 - Aprenda a dar órdenes más efectivas.
- Anime a su hijo a ser menos disruptivo cuando usted necesite que haga alguna tarea, ofreciendo atención cuando el niño resista las interferencias.
- Elimine la conducta desafiante controlándolo en casa y en el vecindario.

Para aumentar la obediencia:

- Pille a su hijo siendo bueno: cuando de una orden esté atento a ver si la cumple, para poder elogiar inmediatamente.
- Enséñele lo fácil que es cooperar: Buscar momentos del día en que su hijo no esté muy ocupado para darle órdenes sencillas, 2 o 3 que sean también relevantes. Cuando obedezca: elógiele.
- De ordenes convincentes (6 pasos útiles):
 - Asegúrese de lo que quiere decir. No haga demandas innecesarias.
 - Diga, no pregunte.
 - Haga que sea fácil. Órdenes sencillas.
 - Asegúrese de que le escucha. Espere que le mire a los ojos.
 - Suprima la competición. Elimine las otras distracciones como la tele.
 - Asegúrese de que le ha entendido. Si no está seguro, pídale que repita lo que usted le ha dicho.
- Herramientas de ayuda:
 - Utilizar el reloj. Marcar un tiempo límite para la realización de la tarea.
 - Elaborar fichas de tareas. Para que les acompañen en la realización de las tareas. Se puede añadir el tiempo.

PASO 3: Cuando el elogio no sea suficiente, ofrezca recompensas

Si la conducta desafiante es importante no habrá suficiente con el elogio comentado en la sección anterior. Lo que tiene que intentar hacer es que el trabajo del niño sea más atractivo. Para hacerlo será necesario utilizar recompensas futuras por la obediencia presente de su hijo. En este paso puede aprender como usar los premios y las recompensas.

Una de las formas más útiles para usar la recompensa es a través de un programa de economía de fichas que es la mejor forma de sistematizar el procedimiento. Para adecuarlo más a las necesidades de cada padre diferenciaremos entre dos grupos de edad.

Para niños de entre 4 y 7 años

1. Consiga un conjunto de fichas de cualquier tipo, creándolas o utilizando fichas de algún juego. A ser posible de distintos colores, cada ficha tendrá un valor determinado.
2. Busque un momento de tranquilidad para explicar el procedimiento a su hijo. Plantearlo de forma positiva, explicar que no está suficientemente recompensado. Dejar claro desde el principio que se establecerán unas reglas claras así cada uno sabe lo que puede esperar del otro. Explíquelo que le ayudará a elaborar la lista de premios.
3. Mostrar las fichas al niño y explicar como se procederá con las fichas. Debe quedar claro que aunque no gane las fichas por la tarea encomendada según lo pactado, igualmente tendrá que realizar lo que se ha ordenado.
4. Buscar juntos un lugar o “banco” para guardar las fichas.
5. Escribir una lista de recompensas. Añadir también premios del día a día, no grandes premios solo. Escribir entre 10 y 15 recompensas. Por ejemplo: 5 a corto plazo, 5 a medio plazo y 5 a largo plazo.
6. Después escribir una lista de tareas a realizar para ganar las fichas. El niño debe participar en la elaboración de esta lista. Si existen tareas que suponen no hacer algo, marque un tiempo en el que debe estar sin hacerlo para ganar la recompensa.
7. Asignar el número de fichas que ganará por la realización de cada trabajo. Jugar con valores de 1 a 10 en niños pequeños.
8. Determinar cuantas fichas entregará a sus hijos para ganar las recompensas. Es importante contar las fichas que ganará su hijo en un solo día, asegúrese que puede gastar dos tercios en recompensas del día a día y que pueda guardar un tercio a diario para las recompensas de mayor valor.

Para niños de entre 8 y 12 años

1. Compre un cuaderno de notas normal, identificarlo escribiendo algo en la tapa. Haga 5 columnas como en un libro de contabilidad: fecha, asunto, entradas, salidas y balance total. Explicar el funcionamiento al niño.
2. Haga una lista de refuerzos y recompensas junto con su hijo.
3. Ahora haga una lista de tareas tal y como se han descrito en el apartado anterior.
4. Asigne para cada trabajo o comportamiento el número de puntos que pueden ganarse. Incrementar el número de puntos respecto a los más fáciles.

5. Cómo ya se ha dicho, la cantidad de puntos que gane su hijo en un día determinará el valor en número de puntos de cada recompensa. Asegúrese que guardará un tercio como ya se ha explicado.

Claves sobre qué hacer y qué no hacer

- No empiece diciendo que el programa se aplica porque el se comporta mal, ni hable de castigos ni de quitar recompensas.
- No castigue a su hijo restando puntos o quitando recompensas, no en este punto del programa.
- No sea tacaño con las fichas la primera semana.
- Asegurarse de que ambos padres utilizan el mismo sistema.
- No de puntos o fichas si tiene que repetir las órdenes. (Al menos no más de lo establecido).
- No de los puntos o fichas hasta que haya concluido la tarea.
- Acompañe los refuerzos con elogios.
- Especifíquele que hizo para ganar los puntos.

PASO 4: Use formas de disciplina moderadas, “el tiempo-fuera” y otras

Una vez establecidos los métodos de refuerzo positivos, recompensas; se pueden empezar a introducir formas suaves de castigo o de coste de respuesta. La primera consecuencia puede ser perder la posibilidad de ganar una parte de las recompensas (los puntos). Más adelante, en el texto, se explicará como usar una forma muy efectiva de disciplina: el tiempo-fuera.

Los cambios positivos obtenidos con el refuerzo pueden mantenerse o puede que con el paso de las semanas estos refuerzos pierdan capacidad de motivación, el niño se acostumbra. Cuando pase esto tenga muy en cuenta dos cuestiones. La primera, que para que alguna recompensa sea motivadora tiene que ir acompañada de cierta privación previa (que no se pueda conseguir de ninguna otra manera). La segunda, que cambiando el tipo de recompensas se puede conseguir mantener el nivel de motivación.

En este apartado se pretende trabajar con formas de castigo moderadas. Las empezaremos a utilizar una vez estemos seguros que existe una buena base de elogios, atención positiva y refuerzos; de no ser así, fracasaran. Si todavía existen dificultades en muchas situaciones, será necesario seguir trabajando los pasos anteriores para consolidarlos mejor. Seguidamente se muestran unas preguntas útiles para realizar esta valoración:

- ¿Estoy realizando mis peticiones de forma eficaz, como aprendí en el paso 2?
- ¿Estoy demostrando mi voluntad para seguir adelante o estoy invitando a mi hijo a ponerme a prueba?
- ¿He tenido en cuenta la necesidad de variar y de proponer nuevos refuerzos privilegios a medida que mi hijo crecía o cambiaba?
- ¿Durante nuestras interacciones, soy sensible a las características de mi hijo y a sus objetivos personales?
- ¿La causa del mal comportamiento de mi hijo podría estar en algún factor externo nuevo?

Puede que esta sea la semana más difícil del programa ya que empezamos a introducir el castigo, ante esta situación los niños responderán en contra del mismo y utilizaran las estrategias que poseen para evitarlo, incluso comportándose de forma más disruptiva. Formas de protegerse ante los posibles desafíos:

1. Comprender que las reacciones negativas extremas, como rabietas, son habitualmente un indicio sólido de que los métodos tendrán con el tiempo, el efecto que se espera.
2. Recuerde las cualidades positivas de su hijo. Esto le ayudará a resistir las comedias y sus posibles abusos.
3. Recuerde lo que ha conseguido hasta el momento, está progresando. Saque una hoja de papel y escriba los logros conseguidos. Esta lista le motivará a seguir adelante.
4. Recuerde los motivos por los que dedica tiempo y esfuerzo para seguir con el programa. Mantenga los pensamientos positivos en la cabeza.

5. Trace un plan simple para estar relajado y renovado. Planeen, ambos padres, alguna estrategia para coger energía, alguna cena o alguna actividad de ocio fuera de casa. o cualquier otra actividad que le ayude a divertirse, desconectar y/o tranquilizarse.
6. Tenga en cuenta que su hijo también se ha convertido, lo quiera o no, en un gran actor. Él cree que si muestra toda su rabia y enfado se derrumbará una vez más y cederá en su castigo. Dígase que no le engañará de nuevo. Manténgase firme. Pregúntese si lo que quiere enseñar a su hijo es que los otros se sometan a él cuando se enfade lo suficiente.
7. ¡Recuerde el refuerzo positivo! Seguir con el programa le costará mucho, sobre todo cuando su hijo tenga una rabieta que le dure incluso horas, pero esto no debería alterar su plan habitual de elogios y atención. El tiempo especial nunca ha sido tan importante como en este momento.

Reintroduciendo el castigo:

1. Empiece quitando puntos o fichas cuando su hijo no acabe una tarea que es habitualmente reforzada en el sistema de fichas en casa.
2. Escriba una pequeña lista de comportamientos sociales inadecuados por los que su hijo también será castigado.
3. Aprenda a utilizar el tiempo-fuera.
4. Elija uno o dos (solo uno o dos) problemas de conducta en los que utilizará el tiempo-fuera durante la primera semana.
5. Siga la regla “castigar dos veces, después apartar”. Aunque ya haya castigado a su hijo por algo, castíguelo una vez más si este comportamiento se repite o continúa, antes de aplicar el tiempo-fuera (más adelante se explica como).

MÉTODO 1: Sancione el comportamiento inadecuado

Los niños, que han estado ganando fichas o puntos, probablemente estarán desanimados, e incluso ofendidos al ser castigados. Cuando no obedezca a una tarea, réstele los puntos que habría ganado, es decir, dejará de ganar los puntos que habría obtenido por la tarea y también se le restarán los mismos puntos de los que ya tenía acumulados.

Si comete alguna falta de conducta de las que ya se habían superado anteriormente, reste puntos, cuanto más grave la falta, más puntos restará. Una pauta recomendable: las faltas graves restaran un tercio de los puntos que puede ganar en un día. Si el mismo error se vuelve a producir después, réstele el mismo castigo más un 10%. La tercera vez ya no castigue restando puntos.

MÉTODO 2: Cómo aplicar el tiempo fuera

En primer lugar tener en cuenta que su hijo no puede estar todo el día castigado en una silla, por ello, durante el tiempo que dure este paso sólo deberá utilizarlo para uno o dos problemas habituales de su hijo. Podría escoger una tarea que deje inacabada

y un problema social. Si en cambio existe un solo problema muy importante, puede centrarse sólo en éste.

El tiempo fuera puede ser utilizado con niños hasta 12 años. Pero probablemente resulta más útil de los 2 a los 10 años.

Para prepararse, coja una silla y colóquela en un lugar donde pueda ver a su hijo. Por ejemplo en el vestíbulo, en medio del pasillo, en una esquina de la cocina o en el comedor, suficientemente lejos de la pared y que no tenga al alcance distracciones. La silla tiene que estar en un lugar visible y que pueda estar ahí durante unas semanas para que su hijo pueda verla y recordar las consecuencias del mal comportamiento.

Durante la semana, cada vez que pida a su hijo que haga algo, siga estos pasos:

1. De la orden, siguiendo las reglas del paso 3. En voz alta, contar hacia atrás de cinco a cero o de tres a cero, lentamente.
2. Si su hijo no ha empezado a obedecer cuando termine la cuenta atrás, mírelo a los ojos y con lenguaje no verbal indíquele que va en serio, postura firme y estable, señale con el dedo la silla y repita la petición inicial en un tono más fuerte. (Este paso se podría considerar una advertencia respecto a la posibilidad de ir a la silla si no hace lo que se le pide).
3. Seguidamente vuelva a contar otra vez hacia atrás. Si llega al final de la cuenta atrás, diga “No hiciste lo que te pedí, así que irás a la silla”.
4. Coja al niño por la muñeca o por el brazo con firmeza y llévalo a la silla e indíquele que se quede sentado hasta que usted se lo diga. La voz tiene que ser fuerte y firme.
5. Déjelo en la silla durante 1 minuto por cada año de edad. Faltas leves 1 minuto, faltas graves 2 minutos. Mientras esté ahí, siga con sus tareas pero vigilándole. No hable durante este tiempo. Esté al caso de lo que su hijo diga.
6. Cuando el tiempo acabe, si continua quejándose, diga: “No volveré a la silla hasta que te calles”. No regresar hasta que esté quieto 30 segundos.
7. Cuando haya estado tranquilo un rato necesario, volver a la silla y preguntarle si está listo para hacer lo que le pidió. Si dice que sí, asegúrese que lo hace en ese momento. Si no es así, vuélvalo a llevar a la silla. Repetir los mismos pasos tantas veces como sea necesario hasta que el niño haga lo que se le pide.
8. Una vez ha hecho la tarea, decir: “Me gusta cuando haces lo que te pido”. No más alabanzas ni premio, por la tarea comentada. Pero si hay que estar atento a la primera conducta positiva que haga para no perdersela y poder hacer algún comentario positivo.

Excepciones del procedimiento:

- Por saltarse las normas de casa. Ir al tiempo-fuera sin petición o aviso, cuando incumpla una norma muy clara. Para evitar dudas, elabore una lista con las mismas, sitúela en un sitio visible y al principio de la semana explíquele a su hijo el procedimiento.
- Por tareas largas. Tan importante es empezar como acabar, por ejemplo en los deberes. En vez de peticiones y explicaciones indíquele el tiempo que tiene para realizar el trabajo y ponga un reloj para que su hijo aprenda a gestionar el tiempo.
- Por faltas repetidas. Si ha perdonado a su hijo el tiempo-fuera por la promesa de no repetir el comportamiento, si no lo cumple, tiempo-fuera sin orden o aviso.

Claves sobre que hacer y que no hacer:

- No empezar el paso 4 si hay tareas que puedan distraerle, como actividades familiares especiales.
- No continúe contando hacia atrás después de varias semanas de utilizar el tiempo-fuera, ya que le enseñará a obedecer sólo en estas condiciones.
- No abuse del tono firme y autoritario. Una vez utilizado un tono firme, frases se menor intensidad no serán tomadas en serio.
- No colocar la silla del tiempo fuera en un lugar oscuro o apartado. Algunos niños tienen miedo a la oscuridad y no se trata de que lo pasen mal, sino de apartarlos de actividades gratificantes. La cocina o el baño no son buenos sitios por ser peligrosos.
- No permita a otras personas de casa hablar con el niño si esta en el tiempo-fuera.
- No se disculpe por el castigo.

Cuando un niño se revela a la sanción.

Cuando sancione a su hijo con el resto de puntos y este responda mal puede caer en la “espiral del castigo”, responder a esta actitud con otro castigo. Con el tiempo tendrá tantos castigos que no podrá contrarrestarlos con conductas positivas, por lo tanto no tendrá motivación para hacer lo adecuado. Si reacciona mal ante el castigo (restar puntos), castigarle sólo una vez más. Después utilice el tiempo-fuera.

Algunos niños puede que reaccionen rechazando todo el sistema de economía de fichas cuando se les resta puntos por portarse mal. La solución es continuar. Demostrar que no ceden como padres.

Algunos niños dirán que les da igual que les quiten puntos. No se desanime, muy probablemente es una cortina de humo.

Cuando el niño intenta escapar del tiempo fuera.

Si el niño intenta hacer lo que se le había pedido para evitar el tiempo-fuera, cuando ya se ha anunciado su realización, como vía de escape. No se lo permita. Ya es demasiado tarde. Se tiene que aplicar el castigo, los minutos estipulados y luego tiene la oportunidad de hacer la tarea. Recordar la importancia de la coherencia.

Si se resiste físicamente a sentarse en la silla, puede utilizar la fuerza física con moderación para asegurarse que se queda ahí. Si su hijo es agresivo, tenga especial cuidado. Si su hijo tiende a mostrarse agresivo y es suficientemente mayor como para hacerle daño, deberemos utilizar otras estrategias a comentar con su psicólogo clínico. Si resulta que estas respuestas agresivas se dan más con un progenitor, probablemente con la madre que puede que tenga menor fuerza física y envergadura; utilice el tiempo fuera solo cuando esté el padre. La primera semana aplica el tiempo fuera el padre, si funciona, a partir de la segunda semana, puede empezar la madre.

Si tiene una rabieta fuerte, téngalo sentado y sin “público” hasta que este 30 segundos seguidos calmado. Aunque tenga que estar 1 o 2 horas. Aunque parezca duro, habitualmente sólo se necesita una maratón como esta para que sus hijos comprendan que ustedes tienen más resistencia que ellos.

Ante las dificultades hay diversas opciones posibles. La más habitual es mandar a su hijo a su habitación. La primera vez, se sentará en su silla y avísele que a la siguiente va a la cama. Después hágalo. Como siempre, postura firme y tono de voz alto. A su habitación y sin entretenimientos, asegúrese. Si intenta escaparse de la habitación, cierre

la puerta y quédese en su interior haciendo alguna actividad al margen de su hijo, no lo encierre solo. Si hay algún problema para utilizar la habitación como recurso existen otras alternativas como:

- 1) Quitar fichas por levantarse de la silla
- 2) Con niños mayores, negar un privilegio de más alto valor que después podían haber conseguido
- 3) Añadir algunos minutos más al tiempo fuera para cada intento.

Si intentan sacarle de sus casillas con comentarios como “te odio”, “no te quiero”. No prestarle la menor atención y no responder. Utilizar la extinción.

Si se comporta mal encima de la silla, explíquese que esto es equivalente a abandonar la silla, entonces aplicará las mismas consecuencias.

Ante una petición de tener que ir al lavabo, siga firme. Lo peor que podría pasar es que su hijo se orinara encima como conducta disruptiva. Teniendo en cuenta el tiempo que se puede estar en la silla si cumple lo pactado, debería ser capaz de aguantarse.

Si dice que no se encuentra mal, seguir con la aplicación a menos que el niño haya mostrado síntomas claros de enfermedad.

Si se queja de que está cansado, no prestarle atención en general. Si es por la noche, debe cumplir el castigo aunque esto retrase la hora de ir a dormir.

Si dice que tiene hambre, aguante, aunque cueste, seguramente no le pasará nada grave a su hijo por no comer en ese momento durante el tiempo que puede llegar a estar en la silla.

Algunos niños pueden llegar a negarse a dejar la silla una vez terminado el castigo. Lo único que se puede hacer es volver hacia atrás y decirle que se ha negado a hacer lo que le pide, dejar la silla, y tendrá que empezar el tiempo-fuera de nuevo, usted es siempre quien tiene que decidir cuando puede dejar la silla

PASO 5: Utilice “el tiempo fuera” con otros problemas de conducta

Cuando sepa utilizar el tiempo fuera y funcione adecuadamente, podrá ampliar su uso a una o dos conductas negativas más.

Este paso es como un momento de reflexión, de reconciliación y de acercamiento. Ahora puede empezar a utilizar el tiempo fuera para otros problemas.

Momento de reflexión, indicadores de que utiliza el castigo de forma correcta si se cumple:

1. En cada transgresión su hijo está menos tiempo en la silla que al principio del paso 4
2. Si su hijo empieza a aceptar el tiempo fuera como castigo, reduciendo las rabiets, quejas, y otros tipos de protestas mientras está en la silla.
3. Su hijo cumple más a menudo lo que se le pide que haga en aquellas áreas en las que se aplica el tiempo fuera.
4. Su hijo obedece las normas de casa más a menudo.
5. Usted empieza a sentirse más seguro de sus habilidades como padre/madre.

Además utilice la siguiente lista para asegurarse que usa los castigos y el tiempo fuera de manera eficaz y tal y como se ha dicho:

- Impone una sanción o utiliza el tiempo fuera cada que su hijo se comporta inadecuadamente.
- Las sanciones son proporcionales a la gravedad de la transgresión.
- La sentencia mínima impuesta se adecua a la edad de su hijo.
- Su pareja castiga de la misma manera que usted.
- Se asegura de que los castigos impuestos a su hijo no exceden los premios
- Castiga sólo uno o dos tipos de mala conducta durante la primera semana.
- Se asegura que su hijo no puede divertirse durante el tiempo-fuera.
- Da la orden dirigida a la conducta seleccionada para usar el tiempo-fuera sólo una vez.
- Especifica claramente las órdenes.
- Se acuerda de contar de tres o cinco para abajo antes de mandar al niño a la silla.
- Nunca pide disculpas por haberle castigado.
- Después de portarse bien, siempre recuerda al niño que le gusta que obedezca.
- Se acuerda de premiarle las buenas conductas poco después de haberle castigado.

Si no se observan mejoras, deberemos comentar a fondo con su psicólogo clínico cuáles son los problemas que creemos que siguen existiendo y buscar otras soluciones.(Piense que siempre existen soluciones).

PASO 6: Piense con anticipación en el futuro. Qué hacer en público

En este paso se trata de aprender a anticipar problemas y usar las técnicas de modificación de conducta fuera de casa. Son válidos los mismos principios que en casa y además intentar tener ocupado al niño, por ejemplo pidiéndole ayuda en el supermercado o en otros lugares. Este procedimiento no solo funciona en público también funciona en casa para situaciones excepcionales como pueden ser visitas.

Ser observado realizando los procesos comentados puede resultar una situación embarazosa. Pero no tiene nada de vergonzoso ejercer un control razonable sobre su hijo en público.

Aspectos generales de este paso:

1. Piense con antelación. Anticipe los lugares y el momento en que probablemente su hijo tendrá dificultades para portarse bien. Tenga expectativas realistas y actividades para mantener a su hijo ocupado.
2. Piense en voz alta. Párese antes de entrar en un lugar público y comunique esas normas, consecuencias y actividades a su hijo.
3. Imponga las consecuencias mientras estén fuera de casa, recordando ofrecer elogios y incentivos e imponiendo un castigo razonable, sin avergonzarse, cuando sea necesario.
4. Empiece a aplicar las mismas técnicas cuando haya cambios en las actividades del niño o en ocasiones especiales.

Donde es más probable que el niño tenga problemas

Siéntese unos minutos para elaborar una lista de posibles situaciones problemáticas. Tenga en cuenta también por su propia experiencia cuales son los mejores momentos del día para salir. Otras cuestiones importantes puede ser la influencia de ir con un acompañante, en sentido negativo o positivo, que haya mucha o poca gente en el lugar donde van a estar, etc.

Cuando ocurren las situaciones embarazosas

Anticipar las propias reacciones, como padre o madre. Anote también en otra hoja de papel las situaciones en que pueda sentirse más avergonzado.

QUE HACER EN PÚBLICO

1. Mencionar las normas a su hijo inmediatamente antes de entrar en un lugar público. La primera vez párese antes de entrar dentro. De manera simple. Después pida a su hijo que repita las normas para estar seguro que las ha entendido. Si ha pensado anteriormente en la situación como se recomienda, ya tendrá claras las normas en esta situación
2. Ofrezca un incentivo por cooperar. Además de elogiar cuando sea necesario.
3. Explique cuál será el castigo por no cooperar. El método más simple es restar puntos, pero también debe estar preparado para usar el tiempo fuera. Una posibilidad es buscar una esquina aburrida. Aplicar los mismos principios que en casa.

4. Déle a su hijo algo para hacer. Si el niño es mayor, aproveche por ejemplo el camino hasta la tienda para comentarlo con él y que el proponga tareas que pueda realizar.

UTILIZAR EL TIEMPO FUERA CUANDO ESTÁ FUERA DE CASA

1. Lo primero a hacer cuando entra en un sitio público es mirar el lugar y buscar un punto adecuado para utilizarlo. Si no es posible encontrar un lugar, alternativas:
 - Llévese al niño fuera rápidamente e imponga el tiempo-fuera de cara a una pared.
 - Llévese al niño al coche, siéntelo en el asiento trasero, mientras usted se está en el de delante o fuera del coche.
 - Llévese una libreta para anotar las transgresiones de las normas y explique al niño, junto con las normas que, por cada transgresión, cumplirá un período de tiempo-fuera en casa.
 - Llévese libreta y un rotulador y ponga una marca en una hoja de papel recordatoria por cada transgresión. Cada marca cuenta para un tiempo fuera al volver a casa.
 -
2. Cuando el niño no cumpla una norma, lléveselo inmediatamente al lugar designado y dígame que se quede allí hasta que usted indique lo contrario. El mismo método que en casa pero con la variante que esté 30 segundos por cada año de edad. Mientras está en el tiempo-fuera, esté lo suficientemente cerca como para supervisar pero ocúpese con alguna actividad
3. .Cuando el niño haya cumplido su castigo, haya estado quieto durante un minuto y esté de acuerdo en cumplir las normas, le puede liberar. Si se escapa antes de tiempo, empiece otra vez y dígame que va a perder cierto número de puntos si lo hace otra vez. Si no consigue nada, interrumpa lo que esté haciendo y llévelo al coche para realizar el tiempo fuera y supervíselo.

PASO 7: Ayude al maestro para que ayude al niño

Se aplica a niños en edad escolar y requiere la cooperación del maestro. La colaboración del profesor dependerá de la cantidad de ayuda que necesita éste para controlar la conducta de su hijo en clase. Se puede utilizar un registro diario hecho por el profesor que supervisen los padres en casa y pueda servir para proporcionar incentivos por buena conducta.

Cuando reciba notas del profesor o demandas por mala conducta de su hijo en primer lugar intente ponerse en contacto con él para hablar a fondo del problema y para mostrar su intención de colaborar con él y buscar juntos una solución. Es muy importante no delegar sobre el profesor, los profesores están a cargo de muchos niños y para ellos puede ser difícil utilizar los métodos propuestos en este apartado, explíquelo al profesor, antes de pedirle su colaboración, que la principal tarea va a recaer sobre usted como padre..

Para ponernos manos a la obra, después de explicarle al profesor como están las cosas con su hijo, lo que ha conseguido en casa con las pautas explicadas hasta el momento, y así conseguir su colaboración se puede empezar por la realización de una escala que recoja como se comporta el niño en las escuela en diferentes situaciones, para tenerlo como línea base y saber la opinión del profesor. Idea interesante, valorar en una escala de 1 a 9 si hay problemas en diferentes situaciones, como:

- Cuando llega a la escuela.
- Durante el trabajo individual.
- En actividades de pequeño grupo.
- En el tiempo libre en clase.
- Durante las lecciones.
- En el recreo.
- En el comedor.
- En los pasillos.
- En el lavabo.
- En excursiones al campo.
- En reuniones especiales.
- En el autocar.

Después hablar con el profesor sobre en que situación tiene mayores problemas su hijo, además tener en cuenta valorar algunas situaciones en las que resulte más fácil obtener buenos resultados por parte de su hijo.

A partir de aquí, buscar un sistema de registro para que el profesor pueda valorar las conductas objetivo y apuntar algún comentario más si hace falta después de cada clase y así al final del día poderlo conocer. Adaptarse a la situación y ser flexibles en relación al método preferido por el profesor y a su disponibilidad. **MUY IMPORTANTE:** No más de 2 o 3 conductas cada día. Por cada conducta puede utilizar una escala de 1 a 5 (1=excelente; 2=buena conducta; 3=conducta normal; 4=mala conducta y 5=muy mala conducta).

ALGUNAS CONDUCTAS A VALORAR:

Conductas sociales:

- Compartir con sus amigos.

- Jugar con sus amigos.
- Seguir las normas mientras juega.
- Cooperar con el grupo.
- Permanecer en el lugar asignado.
- Trabajar/jugar tranquilamente.
- Llegar a tiempo en clase.
- Mantener su pupitre y taquilla ordenados.

Rendimiento académico

- Acabar las tareas de clase.
- Llevarse los deberes a casa.
- Acabar los deberes.
- Traer los deberes acabados de casa a tiempo.
- Disponer del material necesario para la clase.
- Acabar los deberes asignados en clase.
- Seguir las instrucciones.
- Aplicarse en el trabajo
- Repasar los exámenes antes de entregarlos.

Conductas negativas a desaprobado

- Golpear, empujar o pegar a los compañeros.
- Destruir cosas de la escuela o romper material de clase.
- Interrumpir al profesor o hablar sin permiso.
- Abandonar el asiento asignado sin permiso.
- Decir palabrotas o proferir obscenidades.
- Molestar, insultar o burlarse de otros niños.
- Hacer demasiado ruido.
- Hacer el tonto o el payaso en clase-.

REPASANDO EN CASA LOS INFORMES DEL PROFESOR

Establecer una rutina de revisión del informe/registro del profesor. Empezar siempre alabando aquello que esté bien hecho. Después mencionar, de manera neutral las malas conductas. Se va a basar en la nota del profesor y en sus observaciones, no en las explicaciones/excusas que pueda dar el niño. Después añadir y restar puntos según el informe y lo que se haya establecido previamente con el niño. Una posible forma de valorar sería la siguiente*:

1= + 25 puntos

2= + 15 puntos

3= + 5 puntos

4= - 15 puntos

5= - 25 puntos

*Deben adaptarse las cantidades al sistema de puntos establecido, siguiendo las premisas planteadas en el paso 3 y el 4, para ser equitativos en esta valoración.

PASO 8: Camine hacia el futuro con esperanza

Este último paso es un salto para que los padres sigan caminando por su propio pie. El éxito de la aplicación del programa ha ayudado a su hijo a su capacidad para portarse apropiadamente en otros contextos e interiorizar las normas aplicadas para poder tener una mejor adaptación al medio.

Llegados a este punto es muy importante que siga tratando a su hijo según los principios propuestos por el programa para que se mantengan los logros conseguidos y se mantenga la mejora. Por tanto el último paso consiste en aprender un método para revisar su propia conducta siempre que su hijo parezca empeorar.

Si detecta que vuelven a aparecer los problemas de conducta superados (lo que inicialmente ocurrirá), vuelva a introducir aquellas partes del programa necesarias.

Es muy importante no olvidar:

1. Ser capaz de revisar en qué punto se encuentra, a partir de revisar los listados de conductas trabajadas, utilizados durante el programa.
2. No olvide el uso de las fichas, de los castigos....., como tampoco los principios de refuerzo. Tenga claro que cada acción de su hijo debe de tener en su caso una consecuencia, más positiva o negativa según sea su comportamiento.
3. Adelántese a los problemas conociendo bien a su hijo. Esto debe permitirle también anticiparse a las situaciones potencialmente problemáticas. Algunas situaciones de este tipo:
 - a. Las largas esperas.
 - b. Los momentos de hacer nuevos amigos.
 - c. Los acontecimientos sociales concurridos.
 - d. Las visitas.
 - e. Los cambios en el horario del trabajo.
 - f. La llegada de un nuevo hermano.
 - g. La concesión de nuevas responsabilidades a su hijo
 - h. El regreso de vacaciones.

Y para terminardisponga de **tiempo** para educar, la educación de su hijo es poco gratificante y necesita de unos padres que sepan **priorizar** entre las múltiples variables educativas, **aceptar** a su hijo real y **contener** sus propias ansiedades.

Bibliografía general

- 1- American Psychiatric Association (2000). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Texto revisado (DSM-IV-TR). Barcelona: Masson, S.A., 2002.
- 2- Angold, A. y Costello, E. J. The Child and Adolescent Psychiatric Assessment (CAPA). *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2000, 39, 1, 39-48.
- 3- Barkley, R. A. *Defiant children: A clinician's manual for assessment and parent training* (2ª ed). New York. Guilford Press, 1997.
- 4- Barkley,R.A. *Attention deficit hyperactivity disorder : a handbook for diagnosis and treatment* (3ª ed) New York. Guilford Press,2006
- 5- Bird, H. R., Canino, G. J. Davies, M., Zhang, H., Ramírez, R. y Lahey, B. Prevalence and correlates of antisocial behaviors among three ethnic groups. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2001, 29, 6, 465-478.
- 6- Burns, G. L. y Patterson, D. R. Factor structure of the Eyberg Child Behavior Inventory: A parent rating scale of oppositional defiant behavior toward adults, inattentive behavior, and conduct problem behavior. *Journal of Children Psychology*, 2000, 29, 4, 569-577.
- 7- Burt, S. A., Krueger, R. F., McGue, M., Iacono, W. G. Sources of covariation among attention-deficit/hyperactivity disorder, oppositional defiant disorder, and conduct disorder: The important of shared environment. *Journal of Abnormal Psychology*, 2001, 110, 4, 516-525.
- 8- Coy, K. Speltz, M. L., Deklyen, M. y Jones, K. Social cognitive processes in preschool boys with and without oppositional defiant disorder. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2001, 29, 2, 107-119.
- 9- Christophesen, E. R. y Mortweet, S. L. *Treatment that work with children*. Washington. American Psychological Association, 2001.
- 10- Edwards, G., Barkley, R. A., Laneri, M., Fletcher, K. y Metevia, L. Parent-adolescent conflict in teenagers with ADHD and ODD. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2001, 29, 6, 557-552.
- 11- Ernst, M., Cookus, B. A. y Moravec, B.C. *Picotial Instrument for Children and Adolescents (PICA-III-R)*. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2000, 39, 1, 94-99.
- 12- Expeleta, L. Keeler, G., Erkandi, A., Costello, J. y Angold, A. Epidemiology of psychiatric disability in childhood and adolescence. *Journal of Child Psychology an Psychiatry*, 2001, 42, 7, 901-914.
- 13- Greene RW, Bierderman J., Zerwas S., Monuteaux M., Goring JC., Faraone SV., *Psychiatric co-morbidity, family dysfunction, and social impairment in referred youth with oppositional defiant disorder*. *Am J. Psychiatry*, 2002, 159, 1214-24.
- 14- Hartman, C. A., Hox, J., Mellengergh, G. J., Boyle, M. H., Offord, ÇD. R., Racine, Y.,McNamee, J., Gadow, K. D., Sprafkin, J., Kelly, K. L., Nolan, E. E., Tannock, R., Schachar, R., Schut, H., Postma, I., Drost, R. y Sergeant, J. A. DSM-IV internal construct validity: When a taxonomy meets data. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2001, 42, 6, 817-836.
- 15- Kadesjö, B. y Gillberg, C. The comorbidity of ADHD in the general population of Swedish school-age children. *Journal of the Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 2001, 42, 4, 487-492.

- 16- Kaplan, B. J., Dewey, D. M., Crawford, S. G. y Wilson, B. N. The term comorbidity is of questionable value in reference to developmental disorders: Data and theory. *Journal of Learning Disabilities*, 2001, 34, 6, 555-565.
- 17- Kazdin, A. y Wasell, G. Therapeutic changes in children, parents, and families resulting from treatment of children with conduct problems. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2000, 39, 414-420.
- 18- Kendall, P., y Braswell, L. *Cognitive-behavioral therapy for impulsive children*. New York: Guilford Press, 1985.
- 19- Koch, L. y Gross, A. Características clínicas y tratamiento del trastorno disocial. En V. Caballo y M. A. Simón (Dir.) *Manual de Psicología clínica infantil y del adolescente. Trastornos específicos*. Madrid. Pirámide, 2002.
- 20- Loeber, R., Burke, J. D., Lahey, B. B., Winters, A. y Zera, M. Oppositional defiant and conduct disorder: A review of the past 10 years, part I. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2000, 39, 12, 1468-1484.
- 21- Loeber, R., Green, S. M., Lahey, B. B., Frich, P. J. y McBurnett, K. Findings on disruptive behavior disorder from the first decade of the Developmental Trends Study. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 2000, 3, 1, 37-60.
- 22- Luiselli, J. K. Características clínicas y tratamiento del trastorno desafiante por oposición. En V. Caballo y M. A. Simón (Dir.) *Manual de Psicología clínica infantil y del adolescente. Trastornos específicos*. Madrid. Pirámide, 2002.
- 23- McClellan, J. M. y Ferry, J. S. Research psychiatric diagnostic interviews for children and adolescents. Introduction II. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2000, 39, 1, 19-27.
- 24- Molina, B. S. G., Smith, B. H. y Pelma, W. E. Factor structure and criterion validity of secondary school teacher ratings of ADHD and ODD. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2001, 29, 1, 71-82.
- 25- Rigau-Ratera, E., García-Nonell, C., Artigas Pallarés, J. Tratamiento del trastorno de oposición desafiante. *Rev. Neurol.* 2006; 42 (supl. 2), 583-588.
- 26- Rowe, R., Maughan, B., Pickles, A., Costello, A. J. y Angold, A. The relationship between DSM-IV-oppositional defiant disorder and conduct disorder: Findings from the Great Smoky Mountains Study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2002, 43, 3, 365-373.
- 27- Sanders, M. Una estrategia de intervención conductual familiar en niveles múltiples para la prevención y el tratamiento de los problemas de comportamiento infantiles. En V. Caballo y M. A. Simón (Dir.) *Manual de Psicología clínica infantil y del adolescente. Trastornos específicos*. Madrid. Pirámide, 2002.
- 28- Shaffer, D., Fisher, P., Lucas, C., Dulcan, M. K. y Schwab-Stone, M. E. Diagnostic Interview Schedule for Children Version IV (NIMH DISC-IV): Description, differences from previous versions, and reliability of some common diagnoses. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2000, 39, 1, 28-38.
- 29- Simmel, C., Brooks, D., Barth, R. P. y Hinshaw, S. P. Externalizing symptomatology among adoptive youth: Prevalence and preadoption risk factors. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2001, 29, 1, 57-69.
- 30- Souza, I., Serra, M. A., Mattos, P., Franco, V. A. Comorbidade em crianças e adolescentes com transtorno do déficit de atencao: Resultados preliminares. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, 2001, 59 (2-B), 401-406.
- 31- Strand, P. S., Wahler, R. G. y Herring, M. Momentum in child compliance and opposition. *Journal of Child and Family Studies*, 2000, 9, 3, 363-375.

32- Tiet, Q. Q., Bird, H. R., Hoven, C. W., Moore, R., Wu, P., Wicks, J., Jensen, P. S., Goodman, S. y Cohen, P. Relationship between specific adverse life events and psychiatric disorders. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 2001, 29, 2, 153-164.

33- Valla, J. P., Bergeron, L. y Smolla, N. The Dominic-R: A pictorial interview for 6- to 11- year-old children. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2000, 39,1, 85-93.

34- Wendy, R. Diagnostic Interview for Children and Adolescents (DICA). *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2000, 39, 1, 59-66.
01, 29, 6, 465-478.