



CENTRO MÉDICO
REY FERNANDO

C/ Rafael Alberti nº 15, local

Tf consulta: 976-51-78-21

CONSEJOS PARA NIÑOS MOVIDOS O DIFÍCILES

OBJETIVO:

Normalizar el comportamiento del niño trabajando sobre estos aspectos:

- La atención
- El autocontrol
- La relajación

MÉTODO:

Mediante técnicas de modificación de conducta.

Es importante que estén coordinadas entre:

- Domicilio
- Otros familiares
- Escuela

No llegar a la violencia física, sólo en casos puntuales en los que corra peligro la integridad del niño, y siempre de forma proporcionada. (ejemplo: el niño quiere cruzar una calle, vienen coches y no obedece las órdenes)

RESULTADOS

Hay que saber que:

- los resultados son lentos
- el niño reaccionará inicialmente de forma negativa., pero merece la pena

Con el tiempo mejorará el niño y la dinámica familiar.



RECOMENDACIONES

- **Ambiente familiar estructurado y organizado**

El niño necesita una rutina y estabilidad mayor que otros niños.

Es importante mantener horarios y hábitos fijos

- **No “activar” a los niños**

Ambiente relajado.

No gritos.

Repetir las órdenes las veces que sea necesario, sin perder los nervios.

Las órdenes deben de ser:

Sencillas

Decirlas cerca de ellos

Mirarle a los ojos

- **Poner límites**

El niño no conseguirá en su vida todo lo que desee, y ahora tampoco debe hacerlo. La tolerancia a la frustración y el autocontrol se aprenden.

Los límites tienen que ser:

Claros

Firmes

Adecuados a su capacidad

- **No actuar de forma permisiva**

No cambiar las normas ni los límites. Eso sólo generará en el niño incertidumbre, inseguridad y ansiedad.

- **Negociar las normas y sus consecuencias**

El niño debe conocer las normas y las consecuencias en caso de no cumplirlas. Según su edad, el niño debe ser partícipe en elaborar el sistema de normas/consecuencias.

¿Qué hacer si el niño con cumple una norma?

1º: Repetírsela y darle un tiempo de margen, advirtiéndole y recordándole la consecuencia e caso de no cumplirla. Utilizar reforzadores en caso necesario, como mirarle a los ojos al repetírsela o utilizar el contacto físico (ej: cogerle de la mano, tocarle el hombro,..)



Si finalmente no la cumple, aplicar la consecuencia sin dejarnos manipular por rabietas o llantos.

● Aplicar las consecuencias de forma inmediata

Un comportamiento positivo debe tener una consecuencia positiva, y un comportamiento negativo debe de tener una consecuencia negativa.

Es muy importante que ambas consecuencias de produzcan de forma inmediata al comportamiento, para reforzar un comportamiento adecuado.

● Captar su atención

Hablarle directamente, refiriéndose al niño por su nombre y mirándole a los ojos.

Si es necesario hacer uso del contacto físico (ogerle de la mano, del brazo, del hombro...) sin hacerle daño.

Para captar su atención para que capte un mensaje hay que eliminar otros estímulos: Apagar la tele, el ordenador, la tele, llevarlo a una habitación sin estímulos....

● Programar sus tareas

El niño debe saber cuáles son sus tareas exactas y cómo realizarlas. Y debe conocer las consecuencias en caso de no realizarlas.

Esas tareas deben de ser acordes a su edad y desarrollo: Un niño pequeño por ejemplo debe saber que tiene que recoger sus juguetes y no dejar su ropa tirada

Si no realiza sus tareas:

No sermonear

Aplicar las consecuencias

● Dar refuerzos con frecuencia

Hay que reforzar el buen comportamiento, más que castigar el mal comportamiento. EL resultado puede ser más lento inicialmente, pero es mucho más duradero en el tiempo.

Formas de refuerzo:

- Alabanza: Sincera. Tono de voz agradable. Positiva. No comparar con situaciones anteriores.
- Atención: Mirarle a los ojos, sonreír, realizar una actividad con él (ej:un juego).
- Contacto físico: En especial en niños pequeños. Ej: Un beso, una caricia.
- Recompensas y privilegios: Según la edad del niño y el objetivo conseguido. Ej: Ir al parque, pequeños premios, etc



- **Potenciar el desarrollo de su autonomía**

No ayudarle en exceso en sus tareas, ir retirando paulatinamente la supervisión.

- **Reforzar su autoestima**

Es importante para ello el refuerzo de los logros que vaya consiguiendo el niño, sin sobreprotegerlo.

- **Crear buenos hábitos de estudio (en niños mayores)**

Rutina diaria de trabajo.

Siempre mismo lugar de estudio.

Preparar el material del día siguiente.

Premiarlas tareas bien hechas y la conservación del material.

Ir disminuyendo la supervisión de forma progresiva.

TÉCNICAS PARA REDUCIR O ELIMINAR COMPORTAMIENTOS NO DESEADOS

Un comportamiento negativo debe tener una consecuencia negativa o desagradable de forma inmediata.

Secuencia de aplicación:

Mala conducta



1: Ignorarla

2: Alejarse del niño para conseguir no hacerle caso

3: Alabar a los demás niños las conductas adecuadas

4: Si persiste la mala conducta, avisar de la consecuencia

5: Castigo

Tipos de castigo:

■ Coste de respuestas

El niño debe pagar en privilegios, derechos o puntos en caso de mala conducta.

La pérdida nunca debe ser excesiva, y debe ser recuperable en caso de buena conducta.

■ Tiempo fuera o aislamiento



Se le lleva a un rincón aburrido, sin estímulos.

Los tiempos deben de ser cortos, de unos minutos.

■ Sobrecorrección

Implica la corrección de la mala conducta y obligarle a la realización de otra buena relacionada, en mayor cantidad.

Si la tarea se trata de una obligación, deberá devolverla añadiendo algo.

■ Extinción

Consiste en suprimir todos los refuerzos positivos.

Es importante tener en cuenta que cualquier atención puede resultar reforzadora para el niño, incluso chillar, regañar, etc

Esta técnica requiere un gran autocontrol del que la aplica ya que en un primer momento puede generar un aumento de la tasa y de la intensidad de la conducta que se pretende extinguir.

No se debe aplicar si el niño hace algo peligroso o no cumple sus obligaciones.

SERVICIO DE PEDIATRÍA

Dr Antonio Jesús Valle Traid N^o colegiado: 11.410

Dra Pilar Arnauda Espatolero N^o colegiado: 13.535

Dra Natalia Moreno Gonzalez N^o colegiado: 14.147

Dr Pedro Pinós Laborda N^o colegiado: 12.625