

Revised

Gerald R. Patterson

Families

Applications of Social Learning to Family Life



APRENDA A CONVIVIR EN FAMILIA

GERALD R. PATTERSON

Título de la obra en Inglés

FAMILIES

1975

Research Press Company

Versión en Español

Editorial Ciencia de la conducta

1976

Traducción:

Luis. F. Campos

Lucero González-Salas

PRÓLOGO

Este libro no pretende explicar todo lo que la gente hace. La lectura y la práctica de los procedimientos aquí señalados no resolverán todos los problemas de su familia. Sin embargo, tales procedimientos constituyen un medio por el que nosotros, padres e hijos, podemos diseñar y cambiar muchos aspectos del mundo en que vivimos.

El comportamiento de una persona es el producto de sus experiencias pasadas y presentes. La comprensión de este fenómeno le permite a una persona controlar, parcialmente, su propio comportamiento –algo que acrecienta su dignidad. Este libro se refiere a detalles y técnicas con los que una persona puede cambiar su propio comportamiento y el de los demás.

Aprende a convivir con los niños, y ahora Aprenda a convivir en familia, constituye una evolución gradual de esta tecnología del aprendizaje social. El primer libro viene hacer una especie de pionero ya que solo señala superficialmente estos avances. Por su parte, Aprende a convivir en familia es un libro que describe en forma más amplia los recientes desarrollos en el campo de la tecnología del cambio conductual.

Desde la publicación del primer volumen, el autor ha tenido la suerte de trabajar con personas como Roberta Ray, David Shaw, Joe Cobb, Hy Hops, Steve Johnson, Robert Conger, Matt Fleischman, y Al Levine. Trabajando en grupo hemos podido observar de cerca muchas familias con dificultades y, en forma individual, hemos usado los principios del aprendizaje social para ayudarlas.

Los problemas abordados han sido dificultades en la educación de los hijos y conyugales.

Nuestras investigaciones se han publicado en diversas revistas especializadas (p. ej., Patterson McNeal, Hawkins, y Phelps, 1967) y en libros (p. ej., Patterson y Cobb, 1971a; Patterson, Cobb y Ray, 1971). Sin embargo, el presente libro, escrito para padres de familia y consejeros, contiene los detalles que no puedan exponer en trabajos científicos. Asimismo, hemos producido una película (Oregon Research Institute, 1974) para dar una nueva perspectiva del enfoque de aprendizaje social para el tratamiento de problemas familiares y un manual para el consejero (Patterson, Conger, Reidy Jones, 1975), cuya lectura es indispensable antes de usar los procedimientos con fines profesionales. Aunque habrá personas capaces de leer este manual y de aplicar eficazmente los procedimientos para alterar el medio social, nuestra experiencia nos señala que es mejor proceder bajo la supervisión de un psicólogo experimentado para que los cambios ocurran en forma adecuada (esta colaboración es indispensable cuando uno de los miembros de la familia observa un comportamiento anormal).

A medida que sepamos más sobre el aprendizaje social y su efecto en el cambio conductual, seguramente haremos revisiones en el texto original. A partir de su

primera publicación, hemos tratado muchos casos de chicos que hurtan cosas. También, hemos ideado, y aprobado, diversos materiales para los padres de niños pre-escolares normales. La presente edición contiene las experiencias acumuladas hasta 1975. Actualmente trabajamos con familias normales y con familias de chicos con problemas. En el futuro, las revisiones que le hagamos en la presente edición contendrán los resultados de nuestras nuevas experiencias. En este sentido, Aprenda a convivir en familia quizá no sea un libro sino un resumen cambiante de los intercambios entre las familias reales y nosotros, los teóricos del aprendizaje social. Cada parte tiene mucho que aprender y enseñar.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN: LAS PERSONAS COMO AGENTES DE CAMBIO DEL COMPORTAMIENTO.	6
SECCIÓN 1 EL APRENDIZAJE SOCIAL: LA CLAVE DEL CAMBIO EN EL COMPORTAMIENTO	8
1 REFORZADORES SOCIALES.....	10
2 ESTÍMULOS AVERSIVOS: VARIACIONES SOBRE UN TEMA DE CASTIGO	16
3 LA ENSEÑANZA ACCIDENTAL: EL REFORZAMIENTO NO PLANEADO	20
SECCIÓN 2	24
LA HABILIDAD PARA CORREGIR EL COMPORTAMIENTO	24
4 CÓMO HACERLO: EL REFORZAMIENTO PRECISO	25
5 PRIMEROS PASOS EN EL DISEÑO DE UN PROGRAMA PARA CORREGIR EL COMPORTAMIENTO	32
6 LOS CONVENIOS	40
7 ¿QUÉ CLASE DE REFORZADORES USAR?.....	45
8 EL TIEMPO FUERA	49
SECCIÓN 3 ALGUNAS APLICACIONES PARA LA SOLUCIÓN DE PROBLEMAS DE CONDUCTA COMUNES	56
9 TÉCNICAS PARA CAMBIAR EL COMPORTAMIENTO DE LOS ADULTOS.	57
10 PROBLEMA DE CONDUCTA EN LOS NIÑOS.	68
SECCIÓN 4 ALGUNAS APLICACIONES PARA CORREGIR PROBLEMAS COMPLEJOS.....	76
11 NIÑOS QUE ACOSTUMBRAN HURTAR	78
12 NIÑOS AGRESIVOS.....	83

INTRODUCCIÓN: LAS PERSONAS COMO AGENTES DE CAMBIO DEL COMPORTAMIENTO.

Este libro trata de la familia, de personas que la integran, de lo que hacen unos y otros y de cómo lo hacen. Y lo que es más importante, trata sobre procedimientos que las familias pueden usar para cambiar la forma de vida.

Este libro fue escrito para padres de familia y para quienes necesitan saber cómo “funciona” una familia. Contiene aplicaciones prácticas para los principios de aprendizaje social a problemas comunes. Los principios generales fueron ideados por investigadores tales como Skinner (1953), Bandura y Walters (1963), y Ullman y Krasner (1969). El libro *Aprenda a convivir con los niños* es el antecedente de los principios de aprendizaje social para la corrección de algunos problemas infantiles. Por su parte, *Aprenda a convivir en familia* trata fundamentalmente sobre procedimientos de educación infantil y además, incluye también algunas aplicaciones a otros miembros de la familia incluyendo a padres y a los adolescentes.

La parte medular de este libro se refiere al proceso general del cambio conductual en las personas. Los niños cambian con el tiempo; los adultos también. Los niños cambian a sus padres y estos, a su vez, contribuyen al cambio con sus hijos. ¿Cómo ocurre esto? La sección I explica la forma en que los padres y los niños desarrollan el proceso normal de cambiarse unos a otros. La sección II describe procedimientos prácticos necesarios para cambiar el comportamiento. En la sección III se ofrecen ejemplos sobre la aplicación de los procedimientos para cambiar el comportamiento tanto de adultos como de niños. La sección IV explica la forma en que debe abordarse a los adolescentes que hurtan cosas o son agresivos.

Las personas pueden usar los principios del aprendizaje social para enfrentarse a los problemas cotidianos de la educación familiar. ¿Cómo le enseña usted a su niño de un año y medio que coma sus alimentos, además del postre?, ¿cómo le enseña a un niño de seis años que vaya a acostarse cuando usted se lo indica?, ¿cómo le enseña a una señora que deje de regañar y regañar todo el tiempo?, ¿cómo le enseña a su esposo que deje de ver el periódico? ¿Cómo se pone de acuerdo con su hijo para utilizar el automóvil de la casa?, ¿cómo se enseña y le enseña a su esposo a no pelearse entre sí? Todos estos problemas requieren comprender la forma en que cambia el comportamiento de las personas y el nuestro. En nuestro sistema, los padres y otros miembros de la familia, no es profesional, quienes actúan como agentes del cambio en la familia. En todo este libro se subraya el papel de cada uno de los miembros de la familia en el proceso de cambiar el medio. Ellos son quienes deciden qué conductas habrá que modificar. Ellos diseñan los medios para lograrlo.

Cómo leer este libro.

Este libro está escrito siguiendo un formato de instrucción programada. Esto significa que cada unidad está fragmentada en subunidades pequeñas ordenadas de forma lógica. El formato requiere que usted participe activamente en el proceso de

aprendizaje respondiendo a las preguntas que se hacen, renunciando a una lectura pasiva. Por esta razón, usted encontrará algunas frases que tiene espacios en blanco numerados 1_____.

Escriba en un papel rayado el número y la respuesta que usted considere apropiada. Si escribe las respuestas, esto le ayudará a recordar las cosas. Después de que haya escrito su respuesta, verifíquela con las que se proporcionan al pie de página. Si se equivoca en alguna, no la borre; simplemente escriba la respuesta debajo de su error. Procure escribir primero la respuesta antes de comprobar con las contestaciones correctas.

Los nombres y fechas que aparecen ocasionalmente en el texto se refieren a las referencias que incluimos al final del libro, las cuales proporcionan información adicional que no sería posible incluir en un texto como este. Si se desea alguna copia fotostática de algunas de estas referencias, puede solicitarla a los editores de este manual.

Las ideas medulares de cada sección aparecen enlistadas, nuevamente, al final de esa sección. Por ejemplo, las principales ideas de esta sección aparecen abajo. La idea principal de este capítulo introductorio es que los padres cambian el comportamiento de sus niños, y estos **1**_____ el comportamiento de sus padres.

La sección 1 trata sobre la forma en que la mayor parte del cambio en el comportamiento ocurre en la familia normal

Ideas medulares de la introducción.

Los padres y los niños cambian el comportamiento de unos y otros.

Es posible planear el cambio en el comportamiento.

1. Cambian

SECCIÓN 1 EL APRENDIZAJE SOCIAL: LA CLAVE DEL CAMBIO EN EL COMPORTAMIENTO

La Sra. S le sonrío a su hijito Pepe, de dos años, y le pregunta: ¿Qué es esto?, tocándole el pelo. El niño sonrío y responde, “El pelo”; luego se queda callado observando lo que su mamá hará a continuación. Ella parece complacida con la respuesta y comenta: “Eso es, Pepe, te acordaste bien. Y ¿Qué es esto??”, tocándose la nariz. El niño se muestra muy excitado al momento de responder “¡La nariz!”; luego abraza a su mamá que lo levanta y lo carga.

Al enseñarle a su niño a usar las palabras, la señora S usa un proceso muy conocido de todos los papás, el uso de gratificaciones. Por su parte, Pepe también está entrenando a su mamá de la misma forma en que ella lo entrena a él: la recompensa por ser buena maestra. En consecuencia ambos se cambian unos a otros ocurre siempre.

Una gran parte de nuestro comportamiento representa el resultado de lo que hemos aprendido de los demás. Las personas enseñan a las personas. Se enseñan unas a otras, a hablar, cuando sonreír, qué ropas usar, cuando hacer un berrinche, cuando pelear, cómo trabajar, y cuando besar a alguien que se ama. Estas son habilidades sociales que se aprenden observando y accionando sobre los demás. “Aprendizaje social” es un término que describe este proceso.

En el proceso de ¹ _____ social, ambas personas cambian. Los cambios son leves pero se acumulan con el tiempo. Los alumnos son alterados por su maestro, pero, a su vez, ellos cambian el comportamiento de él. Los padres enseñan a sus hijos muchas habilidades sociales pero en este proceso son afectados por sus hijos. Aprendemos habilidades sociales de otras ² _____. Cuando dos personas interactúan, ambas modifican su comportamiento.

Antes de examinar la forma en que ocurre este proceso, es conveniente comentar algo más. Es fácil comprender que enseñamos, a otras personas, comportamientos socialmente favorables tales como abrazar, trabajar, tocar o leer. Sin embargo, también es cierto que los padres pueden enseñar a sus hijos, accidentalmente, muchas malas conductas sin siquiera percibirlo. Los padres pueden enseñar a sus hijos a lloriquear o a hacer berrinches todas las noches a la hora de dormir. Con su ejemplo, los padres enseñan a sus hijos a encender cosas, a robar, a chuparse los dedos, a usar el auto de la casa cada vez que quieran o a comer sólo golosinas. Claro, muchos padres desean que sus hijos no hagan estas cosas. Pero, a juzgar por la forma en que se comportan con ellos son los padres quienes les enseñan esas cosas. Uno de los propósitos de este libro es que los padres comprendan exactamente lo que les enseñan a sus hijos.

Por su parte, los niños pueden enseñar a sus padres a que los regañen, les griten y les peguen. Claro que los niños no desean que sus padres se comporten así, pero así es como ellos les enseñan a ser. Las personas que nos rodean nos enseñan tanto conductas apropiadas como conductas ³ _____ (Skinner, 1953). A menos que

usted se tome la molestia de observar lo que está ocurriendo, comprenderá lo que le ocurre a usted y las personas que lo rodean. Los padres e hijos, se cambian unos a otros. Sin embargo, la mayoría de la gente ignora los cambios que están ocurriendo y que ellos son agentes de cambio. Así, todos andan “a ciegas”.

Ideas medulares

La teoría del aprendizaje social trata sobre cómo las personas enseñan unas a otras. Cuando dos personas interactúan, ambas cambian.

Las conductas adecuadas y las inadecuadas son aprendidas.

1.- aprendizaje 2.- personas 3.- inapropiadas, inadecuadas.

1 REFORZADORES SOCIALES

Es común que todos hablemos de los motivos por los que la gente se comporta como lo hace, así como hablar respecto al clima. Sin embargo, en realidad desconocemos tales explicaciones. En este libro se demuestra que existe una explicación útil, que puede parecer simple, sobre gran parte de nuestra conducta.

El principio de reforzamiento

Mucho del comportamiento humano, aparentemente complejo, puede tener sus raíces en el esfuerzo que se hace para incrementar las gratificaciones y alejar los dolores (Skinner, 1953). Al aplicar esta idea a su comportamiento, quizá le parezca algo simple. Por ejemplo, su sueldo, sus alimentos y las diversas recompensas que recibe, pueden ser vistas como gratificaciones y en cambio las enfermedades y los dolores físicos, como castigos. No parece adecuado suponer que estas cosas tengan que ver con la personalidad de un individuo. El dinero es una gratificación y el dolor, un castigo, pero quizá nada tenga que ver con el aprendizaje de la mayoría de las conductas sociales. Las gratificaciones y los castigos que regulan la mayoría de las conductas sociales son más útiles y debido a que siempre están disponibles fácilmente son ignoradas por quienes desean comprender su propio comportamiento y el de sus hijos.

Comencemos dando una idea general y, luego, examinemos sus implicaciones prácticas. Hay muchas cosas que pueden actuar como gratificaciones, o “reforzadores”, todas tienen algo en común. Cuando una conducta va seguida de un reforzador dicha conducta se fortalece. Esto significa que esa conducta ocurrirá con más frecuencia en el futuro.

Si usted refuerza a su niño inmediatamente después de que termina su tarea, es muy probable que repita esa acción nuevamente. Si usted olvida reforzarlo es posible que no lo haga nuevamente. Los reforzadores 1 _____ la conducta.

La Sra. S. pone a su niño en el piso y le dice: “A ver, en sus marcas, listos, ¡fuera!”. El niño hecha a correr toca la pared de enfrente y regresa velozmente hasta donde lo espera su mamá. Ella aplaude y, con una expresión de sorpresa, exclama: ¡“Ahh! Ya llegaste”. Ningún corredor habría sentido tanto el efecto de la aclamación de la multitud, como este niño sintió la aprobación de su mamá. La señora abrazó al niño, y luego dio un paso atrás para estar lista y repetir el juego.

En este episodio hay una gran cantidad de reforzamientos, sólo que nada tiene que ver con las cosas que imaginamos la hablar de gratificaciones. El niño no recibió dinero; tampoco un trofeo. Los reforzadores otorgados son de naturaleza social y solo se encuentran de los demás. A diferencia del dinero, estos reforzadores son inagotables. Por muchos reforzadores sociales que se otorguen nunca se acaban.

El primer reforzador social en el episodio anterior, fueron los aplausos que la señora dio al niño cuando terminó de correr. Luego, fue la expresión complaciente de la

señora y el comentario “¡Ah!, ya llegaste.” Estos 2 _____ fortalecieron las acciones del niño asociadas con el juego. En lo sucesivo cuando la Sra. S. le pida a su niño que jueguen a las carreras, él se mostrara más dispuesto a hacerlo.

Durante el juego, el niño frecuentemente corría y abrazaba a su mamá; otras veces reía y se mostraba contento. También estas cosas son 3 _____ sociales que fortalecen la conducta de la mamá. Supongo que le niño se comportara desinteresado durante el juego, y no volteara a ver a su mamá. Este comportamiento, carente de sonrisas, de expresiones de complacencia y de abrazos, seguramente disminuiría la probabilidad de que, juntos, volvieran a jugar. Si esto ocurriera con frecuencia, el niño enseñaría a su mamá a no jugar con él.

Reforzadores sociales

Los reforzadores más potentes para un niño o un adulto se encuentran en el comportamiento de las personas. Cosas tales como la atención, una caricia, una palabra de probación, una sonrisa, un beso, o una mirada, son ejemplos de reforzadores 4 _____.

Estos reforzadores nada cuesta otorgarlos. Ocurren cientos de veces diariamente. Usted de es reforzado con ellos en casi todas sus interacciones cotidianas. A su vez, usted refuerza a sus amigos y conocidos. Si usted platica con un amigo, el reforzador social que usted recibe es la 5 _____ de su amigo. Si él deja de escucharlo, usted, quizá, deje de hablar y espere hasta que nuevamente le preste atención. Si observa con cuidado notara que hay multitud de señales de tránsito que le indican cuando debe ponerse en marcha y cuando detenerse. Generalmente, hay un intercambio equilibrado de reforzadores entre uno y las demás personas (Patterson y Reid, 1970).

Hay personas que tienen el don natural de reforzar a los demás, de complacer y de estar siempre con ellos. Esta es una habilidad que fácilmente puede aprenderse. En primer lugar, refuerce a los demás usando comentarios de aprobación de vez en cuando. No sea parco en sus reforzamientos. Preste atención a lo que le dicen los demás y obsérvelos cuando se dirijan a usted. Hay quienes voltean hacia otros lados cuando se les habla; simplemente no son buenos escuchas. Dele a los demás toda su atención, tóquelos vez en cuando. Tocar, sonreír y besar son reforzadores incomparables. Usted puede aprender a administrarlos.

Cada uno de sus amigos le enseña los temas de conversación que debe tratar. Usted descubre esto observando cuáles son los temas de conversación que despiertan más su interés y cuales los aburren rápidamente. Usted entrena a sus amigos y ellos lo entran a usted. Note, además, que con cada uno de sus amigos usted habla de cosas diferentes porque así lo han entrenado. A manera de prueba, intente hablar de un tema nuevo con alguno de sus amigos y comprobará que el regresa a los temas acostumbrados. Es muy sencillo abordar con los amigos, temas de conversación que a

ellos les interesan. Sin embargo en sentido real, tanto usted como su amigo se han interinfluenciado.

Los reforzadores sociales en el trabajo

Un solo reforzamiento no produce un cambio total y duradero en el comportamiento. Se requieren ciertos de reforzamiento, otorgados consistentemente, para que se produzcan cambios duraderos. Por ejemplo, suponga que una señora desea que su esposo se interese mas en las cuestiones del presupuesto familiar. Tendrá que comentarlo diariamente con el y prestar mucha atención a sus respuestas. Tendrá que ignorar muchas de las demás cosas que el le comenta. He pedido observar a muchas esposas que han sido entrenadas, así, a hablar soló de las cuestiones relacionadas con el trabajo de sus esposas, pues esto lo único que los aparta del periódico. Si estas esposas desean un poco de reforzamiento, tendrá que tocar estos temas noche tras noche. El comportamiento cambia pero de una manera gradual y segura, cuando el reforzamiento es consistente. Si desea que su niño cuelgue la ropa en su lugar, hay varias cosas que deberá hacer. Primero, desde luego, es recomendable que el niño observe este modelo de conducta (Bandura y Walters, 1963). Si usted y su esposo cuelgan la ropa en su lugar, es muy posible que su niño haga lo mismo. Sin embargo, aun cuando ustedes fueran modelos intachables, esto no garantiza que el niño copie sus acciones. El uso de modelos sólo incrementa la posibilidad de que el niño los adopte. Pero cuando lo haga, deberá ser 6 _____ para que su conducta se repita consistentemente.

Aun cuando los padres sólo fueran “luz de la calle y oscuridad de sus casas”, dejara sus ropas sin colgar, podrían enseñarles a sus hijos a colgar la ropa en su lugar. Será necesario usar un breve recordatorio tal como “Haz el favor de colgar tu ropa”. El niño obedece, otórguele un reforzador social tal como “gracias”. Esta es la acción que usted desea fortalecer y, por lo tanto, no la deje pasar desapercibida. Un solo reforzamiento no produciría un cambio duradero. Es posible que, para lograrlo, sean necesarias varias semanas de reforzamiento consistente de su parte. Cuando el niño haya aprendido ese comportamiento y finalmente, lo haya adoptado, usted podría disminuir el programa de reforzamiento. Recuerde que los cambios duraderos en el comportamiento, ocurren lentamente y, básicamente como consecuencia del reforzamiento social 7 _____.

Conviértase en un agente de reforzamiento. Durante las próximas veinticuatro horas observe el número de veces que usted usa reforzadores sociales tales como la aprobación, el contacto, los abrazos, o la atención. En un papel, escriba los nombres de personas que componen su familia y anóteles una marca, en su nombre, cuando usted les otorga un reforzamiento. Al final del día, tendrá, tendrá una idea de cuantos reforzamientos otorga y a quien se los da. Muchos padres de familia quedan sorprendidos al ver que casi no dan reforzamientos o que todos los administran a una sola persona. Es fácil cambiar este hábito, pero, al principio, es conveniente que observe su comportamiento anotándolo en una hoja. La observación y las anotaciones en papel son los primeros pasos que se dan para cambiar el comportamiento.

Supongo que usted descubre que refuerza poco a los demás. Lo que podría hacer es practicar diariamente durante sesiones de media hora. Durante este tiempo, haga sus cosas habituales, pero, cada cinco minutos, busque motivos para reforzar a una persona. Luego, vuelva a sus rutinas hasta que complete otro intervalo de cinco minutos.

Después que hayan transcurrido los cinco sesiones de práctica, nota que los miembros de su familia comienzan a reforzarlo a usted con mayor frecuencia. Si usted da mas reforzamientos, también recibirá mas a cambio (Homans, 1961). “Usted cosecha lo que siembra”, es una máxima que la ciencia confirma. Es posible que tenga que dar bastante antes de comenzar a recibir.

Muchos padres de familia han encontrado que la hora de la comida es una excelente situación de práctica. Durante los treinta minutos que la familia esta reunida, es posible otorgar, por lo menos, un reforzamiento a cada uno de los miembros.

Las personas difieren en su estilo de dar reforzamientos. Algunos son muy parcós otras, usan una forma de “ensalada”, ya que mezclan reforzadores y criticas.

Los niños van entrando, uno por uno, a la cocina y se sientan a la mesa. La señora los mira atentamente pero no dice nada y comienza a pasar los alimentos. El estilo de sentarse a la mesa de esta familia a recordar a los viejos leñadores que devoran el primer platillo para que les sirvan el siguiente, sin practicar nada entre si.

La Sra. C rompe el silencio diciendo: “Muy bien, Juan. Te sentaste a la mesa que te llame a cenar”. Después de una pausa, agrega: “No te lavaste la manos”. En este momento comienza una larga serie de comentarios sobre el mal comportamiento del chico.

Aunque al principio la señora C usó reforzadores sociales, la forma de emplearlos no fortalecerá la acción de que el niño se siente a la mesa cuando se le llama. El reforzamiento no debe ser un preparativo para un castigo. Si sospecha que usted se comporta así pídale a su esposo o a uno de sus hijos que le señale cada vez que eso suceda. La mejor forma de percibir su propio comportamiento es 8 _____ usted misma o pedirle a alguien que lo observe a usted. No solo obsérvelo sino cuéntelo también 9 _____ y las 10 _____ en papel son los primeros pasos que se dan para cambiar el comportamiento.

Al planear nuestro medio deseamos fortalecer nuevas conductas para que ocurran con más frecuencia. Sin embargo, parte del problema también consiste en debilitar ciertas acciones que ya existen para que ocurran con menor frecuencia. Para debilitar una conducta problemática, deje de reforzarla o bien castíguela; o refuerce otra que sustituya a la conducta problemática.

Suponga que usted y su niño de seis años de edad se han entrenado mutuamente a que él no haga nada para estar listo antes de ir a la escuela en la mañana. El mismo niño capaz de usar su bicicleta y ponerla, después, nuevamente en su lugar, puede ser incapaz de encontrar su camisa en la mañana. Aun cuando usted le ayude a ponérsela, parece incapaz de abotonársela él solo. Además, quizá muestre, después, el ímpetu de un atleta olímpico solo que, al tratarse de ir a la escuela, se queje de dolores y malestares y dé la apariencia de un debilucho. Este chico ha enseñado a su mamá a que le brinde ayuda para ponerse la camisa, para abrocharse los zapatos, para peinarse y, aún para comer, y así poder ir a la escuela. Mediante el recurso de la insuficiencia, obliga a su mamá a que haga todo por él. Cuando esta señora busca la camisa del niño y le ayuda a ponérsela, accidentalmente esta 11_____ el comportamiento de insuficiencia del niño. "Por otro lado, la señora considera que si no hace estas cosas su niño llegará tarde a la escuela. Las personas opinarían que esto es indebido. ¿De qué forma operan los procesos de aprendizaje en un problema real como éste?

En primer lugar, observe lo que ocurre durante varias mañanas. ¿Qué cosas hace que su niño le haya enseñado? Cuando lo haya determinado, debilite las acciones de insuficiencia personal y, al mismo tiempo, fortalezca las acciones de autosuficiencia. Cuando un niño haga algo por sí mismo, asegúrese de reforzarlo: "Ah, veo que te pusiste la camisa tú solo: eso me gusta mucho". Para debilitar las acciones inadecuadas, simplemente déjelas sin reforzamiento. Es probable que, como consecuencia, su niño llegue tarde a la escuela algunas veces. Use el castigo en forma natural y simple: "Hoy no ves la televisión porque llegaste tarde a la escuela". Hay una amplia variedad de recursos que usted puede emplear a manera de castigo. Entre ellos figuran los postres, el derecho a usar la bicicleta, o el permiso para ir a algún lado.

Cuando se muestre incapaz no lo refuerce. Si esto da como resultado que llegue tarde a la escuela, el castigo podrá consistir en retirarle un reforzador que ya da por ganado.

Al usar un programa como éste, manténgalo firme. Si un día su niño tiene mucha prisa y usted estima que debe ayudarlo a vestirse, y lo hace, usted estará disponiendo las cosas de tal forma que le será más difícil que su niño cambie. El aprenderá que si se muestra incapaz, obtendrá la ayuda de usted. En esa forma ayudará a empeorar las cosas. Para debilitar eficazmente una conducta, no la refuerce nunca. Si una conducta se refuerza de vez en cuando, el resultado real es que se fortalece (Skinner, 1953).

Anteriormente afirmamos que, al principio del reforzamiento de una nueva conducta, es importante reforzarla cada vez que ocurra. Sin embargo, el entrenamiento consta de dos fases. Cuando la acción del niño ya esta ocurriendo con mucha frecuencia --Por ejemplo, todos los días su niño está listo a tiempo para irse a la escuela—es importante reforzarlo cada tercer día. Si en estas condiciones su niño continúa portándose bien, entonces refuércelo sólo cada cuarto día, luego cada quinto día, y así sucesivamente hasta que sólo le otorgue un comentario esporádico. En este proceso la clave está en seguir un orden gradual. Si la conducta del niño se debilita o se altera,

vuelva a reforzarlo, todas las veces durante un tiempo. El comportamiento del chico le indicará que tan rápido ha de reducir el programa de reforzamiento.

Cuando desee fortalecer una acción, refuerce, al principio, cada acción y luego reduzca gradualmente el programa de reforzamiento. Cuando vaya a debilitar una acción, no vuelva a reforzar nunca. En el capítulo siguiente examinaremos otro recurso más para debilitar una conducta que tiene efectos más complejos sobre los demás miembros de la familia.

Ideas medulares del capítulo 1

El reforzamiento fortalece la conducta.

Los reforzadores sociales incluyen cosas tales como las sonrisas, el contacto físico, o los comentarios de aprobación.

Los cambios de comportamiento son graduales y ocurren con más probabilidad cuando el reforzamiento es consistente.

La observación y las anotaciones en papel son los primeros pasos que se dan para cambiar el comportamiento.

Para debilitar una conducta déjala sin reforzamiento o castíguela o bien refuerce otra que la sustituya.

-
- | | | | | |
|-----------------|-----------------|-----------------|----------------------|-------------|
| 1. Fortalecen | 2. Reforzadores | 3. Reforzadores | 4. Sociales | 5. atención |
| 6. reforzado | 7. Consistente | 8. Observarlo | 9. Las observaciones | |
| 10. anotaciones | 11 reforzado | | | |

2 ESTÍMULOS AVERSIVOS: VARIACIONES SOBRE UN TEMA DE CASTIGO

Usted puede transformar su medio social, que está compuesto por las personas con las que convive. usted cambia su comportamiento y ellos cambian el de usted. Una forma de cambiar el comportamiento de una persona es disponer de reforzadores apropiados para alguna nueva conducta. También, usted puede debilitar otras conductas dejándolas sin reforzamiento. Estos dos procesos se usan para producir cambios graduales, aunque eficaces, en nuestro medio social inmediato.

Algunas veces reaccionamos como si esperáramos que la conducta debiera cambiar inmediatamente. Cuando los papas castigan a alguno de sus hijos, dan a entender que las cosas deben cambiar inmediatamente. Todos sabemos que es posible producir cambios rápidos en el comportamiento empleando castigos. De hecho, muchos esposos, a sus hijos y a otras personas más. Al decidirse a emplear el castigo como recurso para producir cambios repentinos, pagan, a cambio, un precio muy alto según veremos.

Recogemos lo que sembramos

El castigo “da resultado”. Si lo usa adecuadamente producirá cambios rápidos en el comportamiento de los demás. Si es así, ¿por qué no usarlo sistemáticamente como lo hacen algunas personas? La razón es que su empleo trae consigo algunos inconvenientes. La observación de las personas en sus medios sociales revela que la persona que otorga muchos reforzamientos, recibe, a cambio, reforzamiento, y la persona que otorga muchos castigos, recibe, a cambio 1 _____ de los demás. Se recoge lo que se siembra.

Hay una especie de equilibrio que se observa en las interacciones de las personas. Recibimos lo que damos, tanto en cantidad como en calidad. Cada uno de nosotros parece tener un sistema de entradas y salidas para el amor y el dolor. Los libros parecen coincidir a este respecto según lo demuestran muchos estudios en los que se han observado realmente las interacciones de las personas (Patterson y Reid, 1970). Si una mamá acostumbra gritarle y pegarle a sus niños, ellos encuentran, tarde o temprano, la forma de castigarla a ella. Los estudios demuestran que las mamás que acostumbran gritar y pegar tienen niños que gritan y pegan. En ciertos casos, un niño puede devolverle el castigo a su mamá hurtándole cosas de su monedero. Un señor que le grita a su esposa podrá sentarse a la mesa y encontrar que la comida no está muy bien preparada.

El precio que se paga por usar el castigo por controlar la conducta es que nos lo devuelven en la misma cantidad y calidad. En cualquier familia, quien acostumbre castigar mucho recibirá 2 _____ castigo de los demás. Toda la familia puede pasársela siempre tratando de “desquitarse”. Por esta razón, el castigo debería usarse, si acaso, solo esporádicamente.

Cuando uno oye sobre castigos piensa, inmediatamente, en gritos, regaños y nalgadas, ya que estas cosas ocurren con más frecuencia. Sin embargo, hay muchos padres que recurren a los golpes a diestra y siniestra con fines correctivos. En cierto sentido, este recurso “da resultado”. Después de los golpes, las cosas están calmadas durante un breve tiempo. Los ruidos y los gritos cesan. Esto refuerza la costumbre de pegar de los papas. La próxima vez que el niño vuelva a comportarse mal, seguramente los padres le pegaran al niño una vez más. Cuando los padres regañan o pegan, los niños dejan de molestar durante un breve tiempo lo cual refuerza el comportamiento de los padres de 3 _____ o 4 _____.

De ese modo los niños enseñan a sus padres a gritarles o a pegarles todo el día. Los papas que regañan o pegan no son malas personas, ni “enfermos”. Simplemente han permitido que sus 5 _____ los enseñen a hacer estas cosas aunque ellos realmente no lo desean.

Las conductas desordenadas de los niños raras veces se disipan definitivamente después de un regaño. Así, los padres caen en un círculo vicioso: presentan conductas impropias de sus hijos, los regañan, pasa un periodo de quietud y luego da principio otro episodio más.

Hay ciertas formas de castigos que si dan resultado. Sin embargo, la gran mayoría de los padres no las usan; en vez de esto, persisten en la equivocación de permitir que sus niños los enseñen a usar los castigos equivocados en momentos inapropiados.

Cómo usar los castigos eficazmente

La señora R está en la cocina preparando la cena para sus cuatro niños. Afuera, la algarabía de los niños ha ido en aumento.

De repente, uno de ellos entra a la cocina y dice: “mami, Beto me está molestando”. Beto entra riendo diciendo: “tus cosas están atrás del refrigerador”. La señora R, responde: “estoy muy ocupada, Beto, pórtate bien”. Los dos niños salen de la cocina. Después, se escucha un ruido fuerte y uno de los chicos comienza a llorar, la señora R corre a ver qué pasa y encuentra a Beto quien le dice: “yo no fui, mama, se cayó solo”. Sin perder el paso, la Sra. R le da una nalgada a Beto, lo hace a un lado, y levanta al más chico de los niños. Este, no está lastimado solo que ahora Beto está llorando y la señora regaña a todos los niños.

La señora R espero mucho. Hubo un periodo de cinco o diez minutos en que los niños se estaban poniendo incontrolables. Hubiera sido posible inferir con este estado de cosas mandando a uno de los niños a otro cuarto pidiéndole a otro de ellos que la ayudara en la cocina. Si hubiera hecho cualquiera de estas dos cosas, habría usado una forma leve de castigo (abandonar al grupo), y habría dado por terminado un problema antes de que comenzara.

En esta familia, Beto es el instigador indiscriminadamente, molesta a sus hermanos, a su mamá, al gato, al perro y hasta a la abuelita cuando la visitan. La señora pudo haber usado un castigo leve cuando Beto estaba molestando a su hermano menor. También pudo haber usado el tiempo “tiempo fuera” (capítulo 8). “Tiempo fuera” significa retirar al niño del grupo y enviarlo a un cuarto desprovisto de compañía. Asimismo, pudo haber dicho lo siguiente: “Hoy estuviste molestando a tu hermanito, no tendrás postre”. De ese modo, ni se oírían regaños: “Eres un mal educado”, ni gritos: “¡Beto! ¡Deja en paz a tu hermano!”.

Si usted decide usar castigos, permanezca calmado. Sorprenda al problema cuando comienza y use siempre alguna consecuencia natural, levemente repulsiva.

Sé que es muy difícil usar una leve consecuencia 6 _____ vez que ocurre un problema de conducta. Hágalo siempre. La mayoría de los padres afirman que algo que les ayuda a ser consistentes para manejar estos problemas es usar los recursos de la observación y las anotaciones en papel mencionados en el capítulo 5. Para cambiar en verdad esa conducta, deberá seguirla con cuidado durante una semana o dos y reaccionar en forma consistente cuando ocurra. Además cuando use castigos moderados deberá, también, incrementar la cantidad de reforzamiento de las conductas apropiadas: por ejemplo, podrá proponerse reforzar al chico por todas aquellas conductas que ocurran en sustitución de la conducta de molestar. Cada vez que la Señora R, observe que Beto está jugando en calma con sus demás hermanito, ira hasta él y le dirá “muy bien, así se juega entre hermanos”.

Se dispone de unos minutos para participar en el juego con de los niños, esto actuara como un poderoso 7 _____ para que Beto desarrolle la conducta de jugar ordenada mente. Cuando use castigos leves para 8 _____ una conducta problemática, tenga en cuenta también, usar reforzamientos para fortalecer las acciones que tomaran en su lugar.

Para cambiar una conducta es preciso que diseñe un plan o programa y que lo siga durante una o dos semanas. Para hacer consistente y reforzar algunas conductas e ignorar o castigar otras, es preciso que registre sus observaciones. Dejarlo todo “a la memoria” no es recomendable, particularmente cuando se está aprendiendo algo nuevo.

Tarea

Cuando el número de críticas, regaños, negativas, admoniciones y advertencias que le hace a uno de los miembros de su familia durante un periodo de cinco días, cada vez que ocurra una, anote una marca en una hoja de papel. Este tipo de registro le ayudará también, a darse cuenta de los posibles retrasos, en sus respuestas. No tate, por ejemplo, si se demora usted mucho, en responder o si es consistente. Probablemente que usted “regañón ocasional”, es decir, que algunas veces, regaña y, otras no.

Ideas Medulares del capítulo 2.

Usted recoge lo que siembra:

Para recibir reforzamientos, hay que darles; y para no recibir castigos, evite darlos.

Si decide usar castigos:

Intervengan lo antes posible;

Use siempre consecuencias repulsivas leves;

Diseñe un programa para reforzar conductas que ocupen el Lugar de las acciones problemáticas.

1. castigos 2. mucho 3. regañar 4. pegar 5. niños 6. cada
7. reforzar 8. debilitar

3 LA ENSEÑANZA ACCIDENTAL: EL REFORZAMIENTO NO PLANEADO

Es paradójico que unas veces practicamos estilos de reforzamiento que enseñan a nuestros amigos, a los miembros de nuestra familia y otras personas a quienes estimamos, a que se porten mal con nosotros. También, disponemos reforzamientos que fortalecen hábitos nocivos a nosotros mismos. Tales programas son eficaces aunque no los hayamos planeado.

Las conductas problemáticas son reforzadas accidentalmente

¿"Cómo esperas crecer fuerte y sano si no comes bien"? Toño, un corpulento niño de ocho años de edad, se sienta a la mesa y se queda mirando su plato sin tocar la comida. "Es que no tengo hambre". "No debiste comer ese pan antes de la hora de la comida".- ¿De qué sirve que haya preparado la comida?- Regáñalo- Pepe ". Lentamente el niño toma el tenedor.- "Así está bien, eso me gusta mucho", responde la señora.

Cuando nos invitan a cenar, nuestros anfitriones nos presionan para comer más de la cuenta. Unos de los menores reforzamientos para su anfitrión, además de comentar lo sabroso de la cena, es pedir un poco más. Para reforzarlo usted come de más. Asimismo, en muchos hogares el reforzador más adecuado para las señoras es comer como si se preparara uno para ir a la guerra. Una mamá refuerza a su niño cuando come mucho y luego, cuando esta "gordito", lo atribuyen a que su tío Carlos es obeso. Si el niño come poco la mamá lo castiga. Muchos problemas de niños con sobrepeso se deben a una enseñanza accidental de sus bondadosos padres. En el ejemplo anterior, la señora regaña a Toño hasta que este se come todo, y luego lo ¹_____ por comer así. Esta combinación de regaño y ²_____ es muy eficaz.

En otros hogares, los padres otorgan reforzadores sociales a sus hijos cuando divierten a los demás. Por ejemplo, un niño podrá pasar casi inadvertido hasta que se comporta como payaso o bufón. En ese momento, su familia le presta atención y lo refuerza con comentarios como: "¿No es gracioso? Mira cómo hace la cara, ¡Qué bárbaro!"

Cuando tienen visita, los padres instigan al niño a que actúe y luego lo refuerzan. No quiero decir que "hacerla de payaso" sea algo terrible o que no deba entrar a nuestro repertorio de acciones. Será un problema cuando sea el único medio por el cual un niño obtiene la atención de los padres o la compañía de los demás. Por ejemplo, ¿se prestan sus papas a atenderlo cuando les hace una pregunta o cuando les comenta sobre un libro que leyó?

Un ejemplo más claro de enseñanza accidental de conductas inadecuadas lo encontramos en los programas sistemáticos para enseñar inmadurez y falta de autosuficiencia. Estos problemas son tan comunes en muchas familias que he destinado unos capítulos para indicar su corrección. Hay muchas variantes de este tema. En su forma más común, una mamá refuerza a su hijo cuando se comporta en

forma inmadura. Por su parte, el papá castiga al niño cuando no hace las cosas perfectamente no obstante intentarlo.

En el momento en que el Sr. S se sienta a la mesa, su hijo Juan de seis años de edad, estira la mano para alcanzar una pieza de pan. Luego toma un poco de mantequilla, y trata de untarla en un pan. La mantequilla esta dura y no puede untarse fácilmente. El niño comienza quejarse y su mamá interrumpe la conversación con su esposo. “A ver dámelo acá. Yo le pongo la mantequilla”. La señora unta la mantequilla al pan y continúa platicando con su esposo. Luego, corta, también, la carne que comerá el niño.

Juan comenzó a quejarse y se mostró incapaz de hacer algo, lo cual obligo a su mamá a hacer las cosas por él. Esta situación, cuando el niño se ³ _____, recibió reforzamiento de su mamá. Aparentemente es más fácil para la señora hacer personalmente las cosas que enseñar a su niño. Esto es un ejemplo muy sencillo, pero repetido una docena de veces en diferentes situaciones diariamente, tendremos un programa en el que refuerza al niño insuficiente. Si el niño quiere ir a la tienda solo, su mamá no lo permitirá y va con él. Cuando tiene dificultad para anudarse los zapatos en la mañana, su mamá se los ⁴ _____. Ella lo hace porque piensa que es más fácil que enseñarle al niño a hacerlo por él mismo.

Si Juan trata de amarrarse los zapatos él solo, su papá seguramente comentará: “Mira no se amarró, bien los zapatos”. Así, anula al niño cuando éste trate de desarrollar una habilidad. Por otra parte, obtiene reforzamiento por no ser ⁵ _____. Esta familia no dispone obligaciones para el niño, ya que es “más fácil” que los padres se las hagan. El niño se ve privado de desarrollar nuevas habilidades por lo que no es competente. El Dr. Ebner (1970) asegura que un niño, así, es un “incompetente adiestrado”.

Muchos padres de familia, como los del ejemplo anterior, afirman no simpatizar con las conductas de insuficiencia personal. Sin embargo, por no molestarse en hacer un programa y enseñar debidamente a sus hijos, desarrollaron la conducta de insuficiencia.

Las conductas castigables son reforzadas

El segundo tipo de enseñanza accidental se da a través del dolor y castigos; es igualmente eficaz para enseñar a niños y adultos. Normalmente la conducta cambia con una lentitud tal, que ninguna de las dos partes se percata de ese cambio.

En este caso, el principio general que involucra está situación fue mencionada anteriormente: todo aquello que reduzca una situación dolorosa, será fortalecido. Cuando el volumen del radio es muy alto y usted grita que le bajen un poco, usted será reforzado por ⁶ _____. En efecto gritar “da resultado”; reduce un malestar. Cualquier respuesta que reciba reforzamiento seguramente ocurrirá otra vez en el ⁷ _____.

Cuando dos niños juegan en la sala y hacen mucho ruido, se produce, generalmente, una advertencia tal como: “Dejen de jugar o los voy a castigar”. Esto da como resultado, quizá, que los niños se clamen durante un rato. Los ruidos o el “dolor” disminuyen, lo cual fortalece la conducta de gritar y hacer advertencias. Si sus niños juegan y hacen mucho ruido, seguramente la enseñarán a gritarles mucho. En esta situación los niños están enseñando a los ⁸ _____.

Las cosas que le permiten a usted evitar el dolor son reforzantes. “Olvidar” una cita con el dentista es reforzante. Irse con los amigos es reforzante, especialmente si la familia ha entrenado a la señora de la casa a ser gritona. Por su parte, ella ha enseñado a su esposo y a sus hijos a estar fuera de la casa. Esto es paradójico ya que posiblemente los miembros de la familia no desean que la señora sea una “regañona” ni ella desea que todos estén fuera de la casa todo el día. Sin embargo, la señora es impulsada a gritar mucho y su esposo es impulsado a salir de la casa. Ambas acciones son “eficaces” ya que temporalmente desconectan impulsos repulsivos.

A los niños se les involucra de igual manera. Si un niño tiene una revista que sus hermanos desean ver, seguramente se la pedirán. Si se rehúsa, es posible que le peguen y se la quiten. En este caso, pegar y arrebatar las cosas son dos conductas que son reforzadas por que “dan resultado”. El niño aprende que no necesita esperar; cuando alguien le produzca el más leve malestar tal como gritarle o no concederle algo, él resolverá recurriendo a los golpes. Así, obtendrá un beneficio por pegar.

Si los padres no se percatan a tiempo que sus niños molesta no pegan, es posible que uno o más de ellos se vuelvan un monstruo de primera clase. Este tipo de enseñanza ocurre con mucha frecuencia en los hogares (Patterson y Reid, 1970), y en guarderías (Bandura y Walters, 1963). En este tipo de enseñanza accidental, las respuestas de la víctima ante la agresión proporciona el ⁹ _____ que fortalece la conducta de pegar. Los regaños funcionan porque reducen temporalmente los ruidos; los golpes son reforzados porque ayudan al agresor a cambiar cosas que son desagradables para él. No tiene que aprender cómo enseñar a su hermanito a no hacer ruido; puede pegarle y dar por terminado el asunto. No tiene que cumplir con sus obligaciones; sus berrinches enseñaran a sus ¹⁰ _____ a no pedirle que las haga.

En una gran cantidad de familias con las que hemos trabajado, todos sus miembros pasan mucho tiempo gritando, pegando y castigándose unos a otros. Además, las observaciones que hemos practicado nos sugieren que las familias, de otro modo normales y tranquilas, son impulsadas a comportarse de la forma equivocada que estamos examinando.

Usted es responsable del medio social en el que vive. Si no le gusta ¹¹ _____. Observe con cuidado aquello positivo que hacen los demás y ¹² _____ cada vez que lo hagan. No dé las cosas por hechas ni tampoco sienta que debe admitir hechos desagradables. Es el mundo de usted. Obsérvelo y observe qué es lo que usted hace para que las cosas sean así.

Ideas medulares del capítulo 3

Es fácil reforzar accidentalmente conductas inadecuadas.

Las acciones castigadoras, como regañar, gritar y pegar, que resuelven acciones que nos incomodan, son fortalecidas.

Usted es el arquitecto de su medio social.

-
- | | | | | | |
|--------------|----------------|-----------|-----------|-------------------|-----------|
| 1. castiga | 2. castigo | 3. quejó | 4. amarra | 5. autosuficiente | |
| 6. gritar | | 7. futuro | 8. padres | 9. reforzador | 10. papás |
| 11. cámbielo | 12. refúercelo | | | | |

SECCIÓN 2

LA HABILIDAD PARA CORREGIR EL COMPORTAMIENTO

En la sección anterior sobre aprendizaje social se proporcionaron algunas ideas generales sobre la forma de cambiar el comportamiento. No se trata de una teoría completa sobre el comportamiento humano, aunque es cierto que no necesariamente una teoría, para ser útil, debe explicar todas las cosas. Actualmente, esta teoría puede ser útil para cambiar gran parte de nuestro medio social.

La sola comprensión de ideas generales o principios no es suficiente. Es conveniente también, comprender y aplicar los procedimientos para que esas ideas funcionen. Esta sección tiene por objetivo señalar las habilidades prácticas que deben desarrollarse antes de iniciar el cambio eficaz sobre el comportamiento. Estos procedimientos reciben el nombre de “habilidades para corregir el comportamiento “. Es hora de pasar de la teoría a la práctica.

Las ideas sobre la forma de poner en práctica estos principios han surgido paulatinamente como fruto de varios años de experiencia ayudando a un gran número de familias con problemas. Cuando los padres trataron de poner en práctica dichos principios, surgieron algunas dificultades. El esfuerzo de numerosos investigadores para corregir estas dificultades dio origen al desarrollo de lo que hoy denominamos “habilidades para corregir el comportamiento “.

Dichas habilidades pueden ser observadas en muchos hogares bien conducidos y en jardines de niños a cargo de personas que hacen bien las cosas en forma natural. En cierto sentido, las investigaciones hechas al respecto han consistido en descubrir qué es lo que algunos padres hacen para educar eficazmente a sus hijos. La observación y los registros en papel que hicimos durante los últimos diez años nos permitieron comprender cuáles prácticas originan una buena educación y cuáles, una mala.

Los padres de la familia pueden aprender estas habilidades y usarlas tanto en la educación de sus hijos como para resolver algunas dificultades de los miembros adultos de la familia sin embargo, no sólo la simple lectura de estos procedimientos servirá para corregir los problemas más severos. El lector deberá leer cuidadosamente los capítulos de la sección II y complementar su lectura con la supervisión de un psicólogo o educador especialista para poder llevar a la práctica un programa de cambio conductual.

4 CÓMO HACERLO: EL REFORZAMIENTO PRECISO

La habilidad en la aplicación de reforzadores sociales para modificar el comportamiento sólo algunas personas la poseen. Esta habilidad es en cierto sentido, parecida a la habilidad para hablar el español. Millones de nosotros la usamos diariamente pero algunos lo hacen correctamente. La habilidad que usaran para ayudar a sus niños a cambiar su comportamiento y hacer que esos cambios duren con el tiempo, dependerá enormemente de su destreza para practicar las habilidades contenidas en este capítulo. Ninguna de las ideas que mencionaremos será algo novedoso para usted. Tampoco, se trata de algo tan complicado que un niño de cinco años no alcance a comprender. Sin embargo, muchas personas ponen en práctica éstas ideas en forma tan descuidada, que comienza a convencerse de que es imposible cambiar la conducta de los demás.

Refuerce inmediatamente y con frecuencia.

La primera actitud que subrayaremos es que, cuando usted observe una acción que le gusta, deberá reforzarla inmediatamente. Muchos padres notan en sus hijos acciones que les gustan pero piensan que si hacen algún comentario positivo echarán a perder al niño. Este “padre-esfinge” raras veces refuerza a alguien. Considera que los niños deben comportarse bien porque así debe ser. De acuerdo a nuestra experiencia, los padre-esfinge pueden cambiar y convertirse en educadores más eficaces.

En el otro extremo están los “padres geiser” que abrazan, festejan, aprueban y dan a sus hijos mucha atención sin importar lo que hagan. No es que “quieran mucho” sino que ¹ _____ a sus niños sin importar lo que hagan. Un buen educador refuerza inmediatamente cuando la conducta adecuada aparece. Si el niño se comporta bien, entonces lo refuerza, Si no, entonces ignora la conducta. Cuando se ignora una acción en forma permanente durante un tiempo determinado, ésta se ² _____.

Con frecuencia, los padres desean que sus niños hagan cosas con más regularidad y no sólo de vez en cuando. Por ejemplo, muchos padres se quejan de que sus hijos “casi no platican con ellos”.

Pancho llega de la escuela, entra a la cocina y dice: “Ya vine”, y abre el refrigerador. Su mamá que prepara la comida, casi no voltea a verlo y le pregunta: “¿Cómo te fue?”. El chico se queda mirando una revista, profundamente interesado el mismo tiempo que mastica lo que come. “Tuvimos competencias de carreras”. La señora, que está prácticamente dentro de sus ollas, responde a distancia: “Qué bien”. Pancho sale de la cocina.

La verdad es que Pancho ganó la carrera en que participó su escuela, y su mamá se enteró de ello mucho después. Es posible que hubiera ganado una medalla y no obstante su mamá no habría dicho nada más que “muy bien” como reforzador. El hecho es que el chico habló algo y su mamá ³ _____ lo reforzó adecuadamente. Si ocasionalmente no brinda su apoyo a una conducta adecuada no se preocupe. Pero si lo hace todo el una conducta adecuada no se preocupe.

Para reforzar a Pancho sólo se requerirá que su mamá lo escuche con atención durante unos momentos y le pregunte sobre las carreras. Quizá, deba suspender brevemente lo que hace aunque esto no es necesario pero si es conveniente que escuche con atención lo que el chico le dice. Cuando le platique, ella deberá ⁴ _____. Al hacerlo así, le estará proporcionando un reforzamiento inmediato que se requiere para fortalecer una conducta. Si lo refuerza así cuando el chico platica de su escuela, él estará más dispuesto, en el futuro, a ⁵ _____. Durante las primeras fases del entrenamiento, la señora deberá reforzar al chico ⁶ _____ vez que haga algún comentario sobre sus cosas.

Hasta aquí hemos mencionado dos ideas principales. Para fortalecer una conducta, refuércela ⁷ _____ y ⁸ _____ vez que ocurra. Aun cuando su niño muestre buen comportamiento durante un tiempo determinado, no lo dé por un hecho. Si la agrada lo que él hace ⁹ _____ cuando lo haga.

No estará de más enfatizar la importancia de reforzar inmediatamente. Mientras más se retrase menor será su eficacia. Por ejemplo, una señora se espera hasta que terminan de cenar para decirle a su hijo que notó cómo puso sus cosas en orden para el día siguiente. Otro papá espera un rato para comentar positivamente que su niño llevó sus platos a la cocina después de terminar de comer. El niño que más probablemente volverá a llevar sus platos a la cocina y quizá lavarlos él mismo, será aquel que se refuerce ¹⁰ _____. No espere. Hágalo inmediatamente.

Refuerce los pequeños pasos hacia la meta

Si las expresiones “inmediatamente” y “cada vez” sintetizan las dos ideas de este capítulo, la frase “pequeños pasos” caracterizan a la tercera. ¿Cómo le enseña a su niño a ser un “buen alumno”, a “platicarle”, a “ser más cortés” y a ser más “más firme en sus decisiones”? Si espera hasta que su niño obtuviera una calificación de 8 o “B” en todas sus asignaturas para, entonces, reforzarlos, quizá nunca lo lograría. Estas conductas son tan complejas que literalmente contienen ciertos de pequeños pasos que deben darse para llegar a la meta. Sin embargo, dichos pequeños pasos son las señales del camino que usted debe aprovechar para reforzarlo. Si usted espera hasta que se vuelva presidente de la república para reforzarlo, es posible que ni siquiera aprenda a anudarse las agujetas de los zapatos.

Algunos padres se comportan como si al dar reforzamientos “se les fueran a acabar”, o fueran a dañar al niño. Lo que daña no es el amor en exceso sino dar reforzamientos a conductas inadecuadas.

Refuércelo cuando comience a hacer algo bueno y luego, cada vez que avance un poco. Este proceso recibe el nombre de “moldeamiento”. Consta de dos pasos. Primero, determine lo que usted desea. Segundo, determine los pasos necesarios para que su niño lo consiga y descompóngalos en pequeñas unidades específicas. Tomemos, como ejemplo, el caso de una señora que determina convertir a su niño en un buen alumno pues últimamente ha obtenido muy bajas calificaciones. Sus maestros

sostienen que este niño podría mejorar. ¿Qué calificaciones serían razonables, como meta, para que usted diseñe un buen programa de entrenamiento?

Principie con una meta modesta, digamos una calificación de “S” o 6 como promedio. Luego, piense qué debe hacer su niño para obtener una calificación promedio de 6; quizá, debe hacer un poco de tarea extra, estudiar al principio del semestre y no al final; o un programa de estudio consiste. Estas metas son sólo una idea vaga y no un programa.

Si un niño promedio estudia una hora diariamente, durante cinco días a la semana, desde el comienzo del año escolar, obtendrá, por lo menos, una calificación de “S” o 6. Ahora que se ha fijado una meta específica, enseñe a su hijo a estudiar una hora diariamente. Note que decimos “enseñe”, no “fuerce”. Luego, deberá decidir dónde y cuándo se efectuará dicho entrenamiento. Elija un sitio de su casa de preferencia calmado, donde el niño estudie todos los días. Luego, cuando haya hablado de esto con él, disponga, para tal efecto una hora del día que sea conveniente para todos. Por ejemplo, una hora antes de que el niño acostumbre ver la televisión es un momento conveniente.

Un buen estudiante no reparará en destinar una hora para estudiar, lo que podrá resultar excesivo para quienes no tienen el hábito. De modo que principie por el nivel que su hijo pueda tolerar. Si estudia durante cinco minutos, principie por ahí.

El primer día de trabajo, el niño estudiará durante cinco minutos y luego será reforzado. No trate de examinarlo para comprobar si estudió o no. Para algunos niños, sentarse y permanecer ahí durante cinco minutos es suficiente como un primer paso. El reforzador podrá consistir en la probación que usted le dé. O, quizá el reforzador sea el permiso para ver la televisión: si no estudia no puede ver la TV. Hay muchos reforzadores que usted puede usar (capítulo 7). Es importante que su programa arranque a partir de las habilidades que el niño tenga. Establezca el comienzo del programa en una etapa que le permita al niño obtener fácilmente un ¹¹ _____. Después, incremente gradualmente el tamaño de los pasos. En el segundo o tercer día, el tiempo de estudio podrá incrementarse a diez minutos, por ejemplo. Incremente los pasos sólo cuando usted esté segura de que el niño permanecerá en su sitio trabajando durante ese tiempo, Si los diez minutos son muchos, regrese, durante un tiempo, al primer paso de los cinco minutos. Gradúe los pasos para que estén al alcance del niño.

Si su programa no da resultado es que los pasos son muy ¹² _____. Quizá también, sus reforzadores no son los adecuados. Cambie su programa. Si el niño deja de estudiar no piense que es un niño malo o “un caso echado a perder”. Esto, sólo quiere decir que usted debe cambiar su ¹³ _____.

Uso de castigos y sobornos

A medida que su avance en el programa incrementa los requisitos de tal forma que se esfuerce más para conseguir los mismos reforzadores. Al finalizar la primera o segunda semanas, el niño deberá estar estudiando quince o veinte minutos diariamente. Con algunos niños da buen resultado platicar sobre sus asuntos ya que esto actúa como un poderoso reforzador. No se trata de interrogar o examinarlo para saber cuánto conoce al respecto. No lo regañe. No lo castigue si sus tareas no son perfectas. En lugar de esto, su papel es reforzar los pequeños avances que lo permitieron conseguir la calificación aprobatoria de 6.

Raúl sale de su cuarto después de terminar su hora de estudio y pone sus libros sobre la mesa de la cocina. Su padre lo observa y le pregunta: “¿y terminaste? ¿Cómo te fue?” Raúl contesta, solamente “Bien”, y pretende la televisión. Su papá dobla el periódico y le dice: “Déjame ver lo que hiciste”. Raúl hace un gesto de desagrado. Da la impresión de que esta escena se ha repetido antes muchas veces. El papá toma el cuaderno del chico y le pregunta: “¿Esto es todo lo que hiciste?” –el chico asienta con la cabeza. “Esto está muy sucio. ¿No tienes borrador? A ver, ¿Cómo se escribe...?” Y así transcurre la entrevista.

Esto es un ejemplo de un padre que no refuerza a su hijo e los primeros pasos de un programa para estudiar. En vez de esto, es un ejemplo de un papá que ¹⁴ _____conductas imperfectas. Raúl no tiene que ser un “cerebritito” para obtener reforzamientos.

El resultado de un programa de este tipo es que Raúl tarde o temprano abandone los estudios. Quizá, el señor argumente que usó el principio de los estudios. Quizá, el señor argumente que usó el principio de los pequeños pasos y que otorgó reforzamientos sociales y, sin embargo, el programa falló. El error del papá consistió en usar ¹⁵ _____. Los castigos casi siempre ¹⁶ _____ las conductas a las que siguen. Este señor, en su papel de “autoridad”, simplemente está entrenando a su niño a ¹⁷ _____ de estudiar. Realmente, esta haciendo las cosas al revés.

Cuando no se aplica el procedimiento de las metas específicas, de los reforzamientos oportunos, o la falta de castigos, es común que se recurra al uso de soborno. Un soborno es un estímulo utilitario para para que alguien haga algo indebido. En nuestro caso el papá de este niño casi nunca refuerza las conductas adecuadas de su hijo; por lo tanto, su programa de entrenamiento es tan ineficaz que resultados obtendrán. Por lo tanto, decide usar un soborno. “Si te portas bien y no molestas a tu hermana durante todo el tiempo que tu abuela este con nosotros, te comprare la pelota que quieres”. No hay nada malo en esto. Con frecuencia, los niños que reprobaban en la escuela son sobornos: “Podrás salir temprano si terminas a tiempo tu tarea”, o “Te aumentaré un punto si todos tus resultados están correctos”. El problema con el uso de los sobornos es que, con frecuencia, dan resultado. La manera como los padres de familia, aplican los sobornos, revela claramente que no han entrenado bien a sus niños.

En el ejemplo anterior, se le dijo al niño que sería reforzado si estudiaba bien. Eso está bien. Se le describió la meta específica de resolver correctamente todos sus ejercicios y de molestar a su hermanita. Sin embargo, dichas metas son muy grandes y no pueden alcanzarse fácilmente.

Es posible que el mismo niño se diseñe un programa de estudio. Pero ¿Por qué al azar? Si el niño trabaja solo por su cuenta, ¿su padre lo reforzará oportunamente cada vez que logra un pequeño avance en el programa? Quizá no; probablemente, este señor piense que es mejor darle cinco pesos al niño hasta que haya terminado todos los pasos. Los padres que usan los sobornos no deben sentirse responsables; siempre podrá decir que “hicieron la lucha”. Si el soborno falla, el niño el niño tiene la culpa; el papá “cumplió con su deber”. Los sobornos funcionan, siempre como un sustituto de un programa bien planteado con una participación cotidiana. Si la conducta de su niño reviste importancia para usted, entonces merece una buena planeación y participación de su parte. Todo lo que valga la pena merecerá algo mejor y más digno que un soborno.

Si un programa no funciona es porque tres cosas están fallando. Los _____ podrán ser muy grandes, el ¹⁹ _____ podrá ser muy débil, o quizá, usted está mezclando ²⁰ _____ con reforzamientos. Siéntense a platicar con su hijo sobre sus planes y permita que él también participe en la planeación de su programa. Si el comportamiento del niño no está cambiando, no es culpa de él; el programa no está bien hecho. Continúe cambiándolo hasta que le dé buen resultado.

Un ejemplo de reforzamiento preciso

El concepto de moldeamiento es tan importante que sería conveniente proporcionar un ejemplo más. Esta vez abordaremos el problema de un niño de cuatro años de edad que se chupan el dedo. Una vez que sus padres observaron que esta conducta se desarrollaba aproximadamente una media hora antes de irse a costar, decidieron idear un programa de cambio. Sus observaciones revelaron que este comportamiento del niño se mostraba muy consistente durante los últimos dos o tres días. Cuando estuvieron listos para iniciar el programa le dieron al niño la siguiente explicación:

“Paco, me dijiste que ibas a dejar de chuparte el dedo. Comprendo que es difícil para ti, lograrlo. Por eso, vamos a ayudarte. Creo que te vas a gustar. Vamos a practicar antes de que te vayas a costar. Si durante cinco minutos no te chupas el dedo pondré una marca en la tarjeta que está puesta en el refrigerado. Cuando tengas diez marcas anotadas iremos juntos a Chapultepec. Mira, este reloj nos ayudara a saber cuándo pasan cinco minutos. Vamos a practicar un poco ahorita mismo. ¿Estás listo? Acuérdate, no te metas el dedo a la boca y te ganarás una marca en la tarjeta”.

Las instrucciones deberán ser claras, específicas y sin críticas o regaño sutiles. Insista en que será divertido para él, ya que así será cuando haya que anotar una marca en la tarjeta adherida alrededor. Si el niño no responde bien al primer intento, indíquele cuál es la conducta una vez más “Oh, oh. Se te olvidó y metiste tu dedo a la boca.

Vamos a intentarlo otra vez; te equivocaste. “Vuelva a observar el reloj, pero sin hacer ningún comentario despectivo o regaño. Mantenga la situación de aprendizaje lo más agradable y reforzante que pueda. Cuando haya conseguido la meta propuesta, refuércelo: Mira, ya no te chupas el dedo en este tiempo. Eso me gustó mucho, Vamos a poner una marca en tu tarjeta”. Cuando su niño haya conseguido dos o tres marcas, incremente el requisito a seis o siete minutos por cada marca.

Mencione al niño su complacencia durante el día. Es conveniente señalar el buen comportamiento del niño cuando está de visita uno de sus amiguitos. “Paco se está portando muy bien. Hoy no se chupó el dedo en casi una hora. ¿Verdad que eso es magnífico?”

Si, durante el día, usted nota que el niño no se chupa el dedo, refuércelo. “Me estoy dando cuenta de que no te estás chupando el dedo”. Comente esto con los demás miembros de la familia y pídale que también refuercen al niño. Estos programas requieren la participación de toda la familia ya que a mayor participación de miembros en el programa, los resultados serán mejores.

Si su programa va dando buenos frutos el requisito para obtener una marca a cambio será de una hora. Entonces, será tiempo de incrementar el intervalo a varias horas. Al finalizar la segunda o tercera semana, los efectos benéficos del entrenamiento se esparcirán al resto del día por lo que usted podrá retirar, lentamente, su programa. Esto significa que el tiempo requerido para obtener una marca equivale a un día. Si considera que su niño ya está listo, investigue si está de acuerdo en suspender el procedimiento. Si la mejoría del niño es auténtica, puede suspenderse el uso de las marcas sustituyéndolo por reforzadores sociales. Sin embargo, para el buen comportamiento se mantenga, la conducta positiva deberá ser ²¹ _____ de vez en cuando.

La costumbre de chuparse el dedo podrá reaparecer, de vez en cuando, como por ejemplo cuando la abuelita visita la casa. Usted deberá explicarle a la abuelita el programa que está usando. Los programas son cuestiones familiares. Si ocurre una recaída, simplemente introduzca parte del programa anterior hasta que el programa desaparezca.

En resumen, examine con su niño el plan que usted se propone realizar. Solidarícese con él para atacar un problema que a él le ha resultado difícil resolver. Use la menor cantidad de ²² _____ posible. Tenga en mente una meta específica. Principie el programa en un nivel que fácilmente le permita al niño obtener un ¹³ _____.

A medida que avance, incremente el tamaño de los pasos. Si es posible, involucre a varios miembros de la familia como colaboradores, no como espías. Cuando el problema haya sido resuelto satisfactoriamente, elimine gradualmente su programa y prevenga las posibilidades recaídas.

Tarea

Durante un periodo de tres días, anote en un papel el número de reforzadores sociales que obsequia a sus niños. Elija una hora del día para hacer sus observaciones, procurando que a la misma hora, por ejemplo, de cinco a seis de la tarde. Anote en un papel el total de cada día.

Cuando haya obtenido esta línea-base, practique diariamente durante una semana con el doble de reforzadores usados. Conserve sus registros diariamente. Aunque al principio le parezca algo artificial, después de varios días le saldrá con mayor naturalidad. La habilidad para aplicar los reforzadores sociales será la clave del éxito en los programas que emplee. Abraze a sus niños o a su esposa, béselos o desde su aprobación. Trate de otorgar los reforzadores inmediatamente después que ocurren las acciones que a usted le agradan.

Ideas medulares del capítulo 4

Para fortalecer una conducta refuércela inmediatamente siempre que ocurra.

Para elaborar un programa: decida la meta que se propone conseguir; determine la posición de su hijo con respecto a esta meta; y use pasos pequeños y específicos para alcanzarla.

No castigue al niño cuando no hace las cosas perfectamente bien.

Los sobornos no son un programa de cambio de comportamiento.

Si el comportamiento de niño no cambia, la culpa es del programa, no del niño.

-
1. refuerzan
 2. elimina, suprime
 3. no
 4. escucharlo, atenderlo
 5. platicar
 6. cada
 7. inmediatamente
 8. cada
 9. refuércelo
 10. inmediatamente
 11. reforzador
 12. grandes
 13. programa
 14. castiga
 15. castigos
 16. debilitan, eliminan
 17. Dejar
 18. Pasos
 19. Reforzador
 20. Castigos
 21. Reforzada
 22. Castigo
 23. Reforzador

5 PRIMEROS PASOS EN EL DISEÑO DE UN PROGRAMA PARA CORREGIR EL COMPORTAMIENTO

Repaso: Principios de reforzamiento

En esta sección representaremos los conceptos medulares tratados en capítulos anteriores referentes a la aplicación de habilidades para corregir el comportamiento. Al elaborar un programa de entretenimiento, recuerde tomar en cuenta y planear los cambios en dos tipos de conductas. Uno de ellos se refiere a las acciones que usted desea debilitar. El otro comprende las acciones adecuadas que tomarán el lugar de las primeras. Disponga su programa para ¹ _____ las conductas problemáticas y para² _____ las conductas adecuadas.

Primero, ³ _____ y cuente cada una de las conductas de estudio. Comente con los miembros de la familia los planes que usted tiene.

Segundo, planee un programa que especifique la meta que desea alcanzar.

Tercero, especifique los pasos requeridos para llegar a esa meta. Un buen programa es aquel que delimita los pequeños pasos

que se requieren para llegar a la meta. También, incluye los reforzadores necesarios para fortalecer las nuevas conductas. Durante las primeras etapas el programa, ⁴ _____ pequeño paso será reforzado ⁵ _____. También, su programa deberá especificar los procedimientos que aplicará para debilitar las conductas problemáticas. Estos procedimientos, si los usa, deberán basarse en la suspensión de reforzamientos o el tiempo fuera como medios principales para debilitar las conductas. No recurra al ⁶ _____ físico, los regaños o a las críticas.

El comportamiento no cambia en una semana y menos en día. Cualquier cambio podrá requerir varias semanas para que los registros en el papel así lo indiquen. Si sus anotaciones en papel indican que el cambio no aparece, proceda a alterar su programa. Es posible que los pasos intermedios sean muy grandes; que los reforzadores sean muy ⁷ _____ o muy escasos. Quizá, usted no está siendo consistente, de manera que está reforzando algunas conductas problemáticas. También, podrá tratarse de que usted no está reforzando al niño cada vez que se porta bien. Finalmente, quizá esté usando una mezcla de reforzadores positivos y castigos para las nuevas conductas. Si el comportamiento de su niño no cambia, usted y su programa deberán cambiar.

Es necesario que invite a los demás miembros de la familia a que participen en el programa. Sin embargo, es importante especificarles que se trata de actuar como reforzadores positivos, no como espías. Lo único que debe permitirle a uno de sus hermanitos, por ejemplo, es informarle cuando su niño merece recibir un reforzamiento positivo.

“Maru está enseñándose a lavarse las manos antes de comer. La niña casi siempre lo olvida de modo que tú puedes ayudarlo comentando con aprobación cuando lo haga. Si se le olvida no le digas nada. No la regañes, ¿sí?”

Según el punto de vista del aprendizaje social; usted es responsable de su comportamiento y del de las personas que conviven con usted. Usted puede cambiar su medio social, y, también, disponer las cosas para cambiar su comportamiento.

Observaciones, conteos y anotaciones en papel

Posiblemente, usted no acostumbra observar y registrar las veces que ayuda a una persona. Nuestro comportamiento puede, desde luego, cambiar sin que se haga ninguna de estas dos cosas. Sin embargo, aunque parezca extraño, las cosas marcharán mejor si usted observa y cuenta las acciones. Las modificaciones o cambios en el comportamiento de usted y en el de sus niños son algo tan importante que bien vale la pena invertir un poco de tiempo y esfuerzo.

Si se observa y se cuenta el comportamiento, se puede observar una ventaja muy especial, según el Dr. Lindsley (1970). El solo acto de contar las ocurrencias de sus propias conductas puede ser suficiente para cambiar el ritmo de su ocurrencia. Por ejemplo, si desea incrementar el tiempo que destinan a la lectura, podrá comenzar contando el número de minutos que lee al día. En algunas personas, el simple acto de observar y registrar sus acciones, incrementa el tiempo que destinan a la lectura. Por otro lado, si desea reducir su conducta de moderarse las uñas o pelearse con su esposo, los conteos diarios de estas conductas pueden ser suficiente para reducirlas. En cierto sentido, la observación y las anotaciones en papel le brindan un mayor control sobre su propia conducta.

La mayoría de nosotros no acostumbramos observarnos a nosotros mismos ni a los demás. Las investigaciones del Dr. Lindsley revelan que el registro paciente de incidencias en una conducta indeseable es eficaz para sofocar dicha conducta. Cada vez que uno de sus niños moleste a su hermanita, dígame en forma calmada: “otra marca más”, al mismo tiempo que pone una marca en un papel colocado en un lugar visible. Esto, probablemente ⁸ _____ la frecuencia con que ocurre ese mal comportamiento. Claro, dicha reducción durará poco si usted no otorga reforzadores sociales cuando su niño se comporte debidamente.

Además de este beneficio, las observaciones y anotaciones también ayudan porque los cambios en el comportamiento son muy lentos. Si usted destina unos diez minutos para observar y contar la ocurrencia de una conducta, podrá comprobar que con el tiempo ocurren cambios leves pero perceptibles en el problema tratado. Sin los datos que le proporcionan sus anotaciones, podrá sentirse desalentada o cambiará innecesariamente el programa. Algunas conductas necesitan varias semanas para cambiar. Las sesiones diarias de las que usted obtiene sus anotaciones, funcionan como un recordatorio excelente para llevar a cabo el resto del programa.

Fórmese el hábito de anotar todo aquello de su medio social que le interese. La mayoría de los psicólogos tienen registrado mucho de lo que hacen ellos y los demás. Hacemos esto no porque nos “encante la ciencia”, sino porque nos sirve para ayudar a las personas que acuden a nosotros. Algunos psicólogos llevan anotaciones hasta de diez conductas personales. En conjunto, dichos registros sólo toman aproximadamente unos cuantos minutos diariamente.

Determine la conducta problemática

Para observar, será preciso que usted determine la conducta que pretende corregir. Determinar significa especificar. ¿Qué es lo que usted desea corregir? “Se porta mal todo el tiempo”, es una frase que no especifica el problema; tal afirmación es muy vaga. ¿Qué es, específicamente, lo que su niño hace para que usted diga que se “porta mal”? Al observarlo con más cuidado, es posible que note que le pega a los demás, que destruye cosas, que dice “groserías”, y que agrede a sus papás. Estas acciones pueden contarse fácilmente. Si no puede contar algo es que no lo ha especificado claramente. Fíjese en la siguiente afirmación: “Es un niño inmaduro”. ¿Cómo contar esto? Los papás que se quejan de este problema, generalmente se refieren con esa expresión a todo lo que se menciona a continuación: “Nos pide que le hagamos cosas que él puede hacer solo, habla como bebé, lloriquea, hace berrinches todo el tiempo, no juega con los demás niños, se cuelga de su mamá todo el tiempo”. La lista de conducta s específicas referentes a un niño inmaduro, no describen necesariamente, a otro. Cada familia debe construir su propia lista.

Al determinar el primer problema que abordará, elija uno que ocurra cinco o seis veces al día. Por ejemplo, la costumbre de molestar llena, con frecuencia, este requisito. Primero, observe durante unos días para notar lo que su niño hace; escríbalo en un papel. Coloque su lista sobre la pared para que su niño y usted puedan verla fácilmente. También, deberá determinar la conducta opuesta. ¿Qué es lo que usted desea, específicamente, que su niño haga en vez de molestar? Usted podrá hacer una lista de conductas tales como: “jugar calladamente con su hermanito”, “ver la televisión sin pelearse”, y “compartir sus juguetes con su hermanita”. Divida su hoja de anotaciones para que tenga dos columnas: un para “molestar” y otra para “portarse bien”. Cuando haya terminado de hacerlo así, establezca su línea base.

Como establecer una línea base

Para establecer una línea base, se observan y anotan en papel las conductas durante tres o cuatro días, por lo menos. En esta etapa usted no deberá usar un programa. Ambos padres identificarán las conductas diariamente. Si las conductas de estudio ocurren más de una vez en una hora, usted podrá tener un perfil estable de lo que está ocurriendo, con sólo observar una o dos horas al día.

La señora de la casa puede observar durante la mañana y la tarde. El señor podrá hacerlo a la hora en que llega a su casa y continuar observando hasta que el niño se

acuesta. Cada vez que la conducta problemática ocurra haga una anotación en su hoja. Si el mal comportamiento dura más de un minuto, podrá anotar más de una marca, quizá cinco marcas. El padre y la madre deberán participar en la observación y registro de la conducta del niño.

Sus observaciones de línea base deberán durar aproximadamente cuatro ⁹ _____. Comparen sus anotaciones y hagan comentarios al respecto, con lo cual, comenzarán a comprender mejor la conducta de su niño. Observen, con especial atención, los reforzadores que mantienen el mal comportamiento. Muchos niños sentirán curiosidad de qué se trata. Si preguntan, denles una información breve y no los castiguen por preguntar.

“¿Oye mamá para qué es el papel que está en la pared? ¿Me estás contando a mí?” La señora J continúa poniendo la mesa y, en tono calmado, responde: “Bueno, tú sabes como molestan tú y Manuel. Ninguno de los dos parece aprender que eso no está bien. Así que decidimos, tu papá y yo, ayudarles a cambiar. En esa hoja anotamos cada vez que uno de ustedes molesta al otro. Creo que si todos ayudamos podremos cambiar las cosas en beneficio de todos. Además, cuando comencemos a hacer las cosas, en forma diferente a tu hermano y a ti les va a gustar”.

Quizá, el niño se oponga a que lo anoten y haga un tremendo berrinche ahí mismo. Ignórelo. Si no puede ignorarlo, salga del cuarto. No se meta a discutir con el niño sobre si usted tiene o no el derecho de contar. Usted, como su esposo, tienen todo el derecho. Déle una breve explicación al niño de lo que usted está haciendo; no ¹⁰ _____ con él.

Si puede conseguirlo mas fácilmente, use un cuenta bultos como auxiliar para contar el número de veces que una mala conducta ocurre. De cualquier forma, mecánica o con papel y lápiz, haga sus anotaciones en una tabla. Nosotros hemos encontrado una forma útil para hacer las anotaciones, la cual mostramos a continuación. Usted puede diseñar una o usar las que vienen al final de libro.

Coloque su tabla en lugar visible para todos. Cada vez que una mala conducta ocurra, señálela: “Eso fue una grosería”. Regístrela y no haga ningún comentario o reproche. Al final del día sume el tiempo que empleó observando y divida ese número entre la cantidad de conductas observadas. El resultado se colocará en la columna denominada “tasa” Esto le permitirá comparar los resultados de un día que haya observado dieciséis horas con los de un día en el que solo haya observado cuatro horas.

HOJA DE DATOS

Nombre: Ramiro

Conducta: Decir groserías: * ⚡ • @ !

Día	Número de conductas	Intervalo de tiempo	Tasa
2/11 Lun	1	8:30 a.m. - 4 p.m.	.8/hr.
2/12 Mar		8:30 a.m. - 10 p.m.	1.03/hr.

En resumen, primero, determine la conducta problemática construyendo una lista de acciones ¹¹ _____ que los definan. Póngase de acuerdo sobre el horario de observaciones. Anote ¹² _____ ocurrencia de mal comportamiento en la hoja de datos o en su registrador mecánico. Al final del día, calcule la tasa dividiendo el número de horas (o minutos) de observación entre el ¹³ _____ de veces que la acción indebida ocurrió.

Esta cifra le proporciona una estimulación de la ¹⁴ _____ de ocurrencia de dicha conducta. Lleve estos registros durante tres o cuatro días.

Usted notará, quizá, que se registran altas y bajas. Si hijo podrá portarse bien unos días y mal otros. Cuando comience a observar y contar, es posible que su niño se porte bien durante unos días. Si es así, alargue el período de línea-base para asegurarse que no se trata de una simple apariencia.

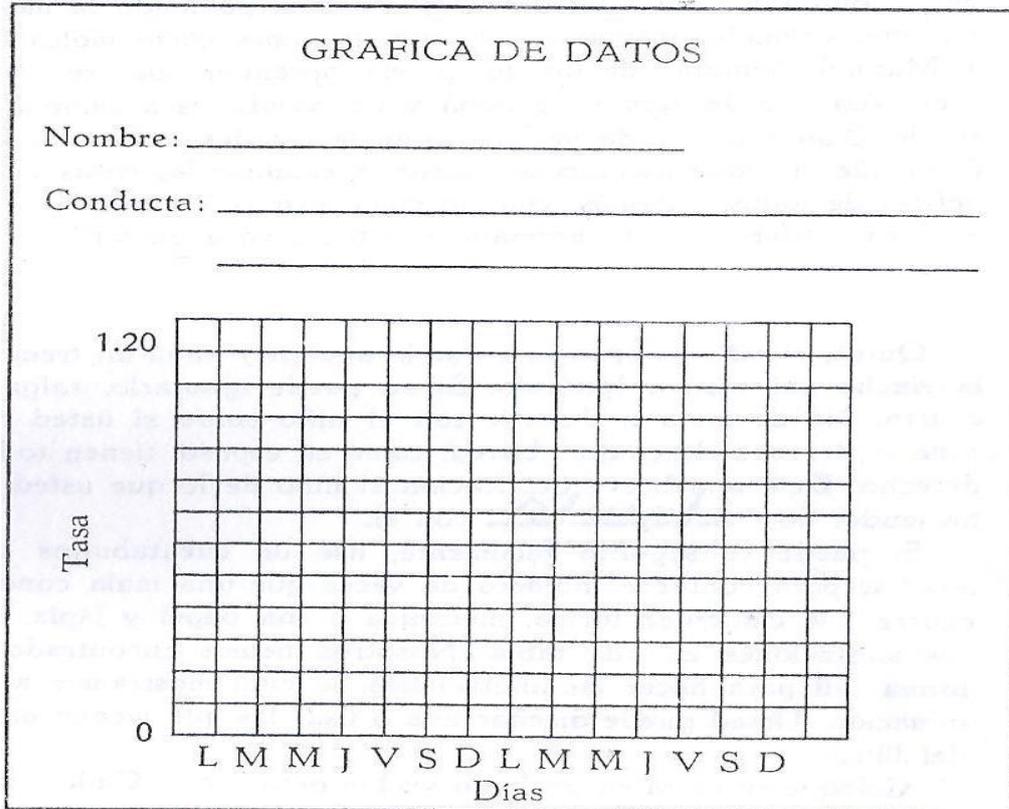
Recolección de observaciones durante la marcha del programa

Cuando introduzca un programa para corregir el comportamiento de su hijo, continúe contando. Algunos programas duran mucho tiempo por lo cual sería conveniente graficar los datos para obtener una perspectiva de lo que está ocurriendo. Algunas veces, los simples números no dan una idea clara al respecto. Sin embargo, esas

mismas cifras, puestas en una gráfica, aclaran los aspectos básicos de su programa. Al final del libro aparecen varias hojas de gráficas para que usted las use.

Supongamos que las tasas promedio de groserías pronunciadas por su niño durante un período de línea base de tres días, seguido de un período de intervención de una semana, fueron las siguientes: .80; 1.03; .98; 1.20; .80; .70; .90; .60; .65. ¿Qué les indican todos estos números? Por otro lado, una grafica le permite echar un vistazo a la situación general. Para preparar dicha gráfica, primero, cada columna deberá tener indicado el día de la semana al que corresponde. La tasa más elevada fue de 1.20, por lo tanto ese valor sirve para determinar la altura de la gráfica. La base de la gráfica tiene un valor de 0. En este caso particular, le daremos a cada línea vertical un valor de .10. El primer renglón vale .00, el segundo .10 el tercero .20 y así sucesivamente hasta llegar al 1.20.

En la grafica siguiente (15) anote los valores de los renglones que están faltando. El primer día de línea-base fue lunes, durante el cual se registró una tasa de .80 de groserías por hora. El martes, la tasa fue de 1.03 veces por hora. Anote estos dos valores en la gráfica. Luego, anote los demás valores dados anteriormente para los demás días. Si une los puntos de su gráfica, con una línea, obtendrá una curva. Al examinar los datos de este programa de tratamiento, puede apreciarse una pendiente con declive gradual. Las mejorías más pronunciadas ocurrieron los últimos dos días, cuyos valores fueron ¹⁶ _____ y ¹⁷ _____. Aunque se aprecia una mejoría, este programa no es muy bueno. Continúe con su programa durante dos o tres días más. Si la tasa de groserías no se reduce, deberá cambiar su programa. Es posible que si cambia el tipo de reforzamiento la situación cambie; quizá, sea recomendable, también, hacer algo más para debilitar esa conducta.



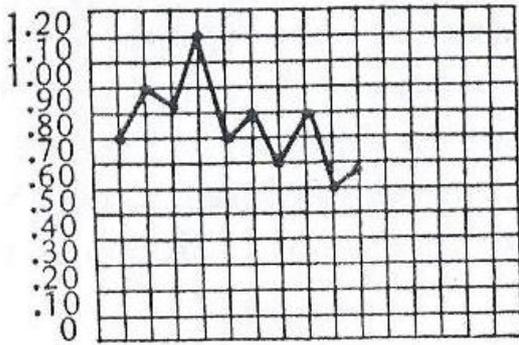
Cuando su programa haya avanzado algunos días, estimule a su hijo para que él mismo anote, en la tabla, sus buenos y malos comportamientos. Si lo desea, elabore otra tabla para que el niño lleve sus propias anotaciones. Al principio, sería recomendable confrontar las anotaciones del niño con las de usted. Estos procedimientos tienen la finalidad de enseñar a su niño a corregir su propio comportamiento. Asegúrese que las anotaciones del niño sean objetivas, que correspondan a la realidad.

Tarea

Parte de su habilidad para ayudar a otras personas a cambiar sus conductas dependen de la experimentación en usted mismo, de sus programas de modificación de conductas. Obtenga datos sobre su propia conducta. Usted será más eficiente para cambiar el comportamiento de sus niños, si hoy mismo, se somete a un programa elaborado por usted mismo. Puede contar el número de cigarrillos que fuma al día, su peso diario, sus gritos, o sus discusiones. Tenga presente que un programa cualquiera no significa, necesariamente, corregir conductas problemáticas. También puede aplicarse para incrementar su frecuencia. Por ejemplo, suponga que desea incrementar la cantidad de tiempo que pasa en alguno de sus "hobbies", tal como pintar o escribir. Comience contando el número de minutos que pasa diariamente ocupado en dicha actividad. Coloque una gráfica, o una tabla en un lugar visible donde pueda verla varias veces al día. Inmediatamente después de que haya terminado de

leer o pintar, anote el tiempo de ese día en su gráfica.

(15)



Recuerde, sus primeros pasos deberán ser muy ¹⁸ _____. No trate de hacer las cosas apresuradamente ni se esfuerce muchas horas el primer día. Disponga de quince o veinte minutos y suspenda la actividad si comienza a sentirse desganado. Así mismo, su programa de autocontrol funcionará mejor si elige un lugar y una hora específicos en dicha actividad. Disponga un cuarto especial para tener sus materiales y trabajar diariamente. Si hace esto y anota su comportamiento en una hoja de papel, seguramente podrá modificar más eficazmente su propio comportamiento.

Ideas medulares del capítulo 5

Un programa para corregir el comportamiento deberá: debilitar las conductas problemáticas, y fortalecer las conductas adecuadas.

Determine las conductas problemáticas específicas.

Establezca una línea base observando las conductas durante tres o cuatro días.

Continúe obteniendo los datos de su conducta para anotarlos en la gráfica del progreso de su programa.

-
1. debilitar 2. fortalecer 3. observe 4. cada 5. inmediatamente
6. castigo 7. débiles 8. disminuirá 9. días 10. discuta 11. específicas
12. cada 13. número 14. tasa 15. página siguiente 16. .60 17. .65
18. pequeños

6 LOS CONVENIOS

“Convenio” es un término cuyo uso es poco apropiado cuando se trata de llevarnos mejor con los demás. Sin embargo, parece ser que el concepto de contrato es indispensable para que los adultos puedan llevarse bien. “Establecer un “convenio” significa escribir en un papel las acciones específicas y los reforzamientos que se otorgan cuando estas ocurren”. Al escribir este común acuerdo entre su niño y usted, tendrán un elemento para poder especificar las cosas y también para cumplir un cometido. El convenio podrá ser útil para disipar cualquier duda sobre cosas que se hayan dicho originalmente.

Por regla general, mientras mayor edad tengan las personas involucradas, mayor será la necesidad de que el convenio sea aceptado por ambas partes. Cuando se trata de corregir el comportamiento de los adolescentes o de los esposos, el convenio se vuelve algo indispensable. Hay varios investigadores que han trabajado sobre el uso de contratos o convenios (Homme, 1970; Stuart, 1969; Phillips y Wolf, 1968).

Cómo hacer un convenio con los niños pequeños

Parece que es más sencillo hacer un convenio con un niño ya que estos convenios únicamente abarcan una sola conducta problemática. Los papás especifican las conductas inadecuadas apropiadas que tomarán su lugar. Cuando le explique al niño la idea del programa, déjelo que elija el reforzador de apoyo que más le guste.

“Muy bien, Toño, cada vez que llegues a tu casa, directamente de la escuela, te ganarás un punto. Si llegas a las 4:00 te ganas tres puntos; si llegas 4:30 te ganas dos puntos, y a las 5:00 un punto. Si llegas más tarde de esa hora lavarás los trastos de esa noche”.

Nombre: <u>Toño</u>							
Conducta: <u>Llegar a la casa directamente de la escuela</u>							
	L	M	M	J	V	S	D
1a. Semana		3	2	0	3	3	
2a. Semana		3					
3a. Semana							
4a. Semana							
Consecuencias: Llegar a las 4:00 3 pts.; a las 4:30 2 pts.; a las 5:00 1 punto Después de las 5:00 Toño levantará Los platos. 10 pts.= 1 carrito							

“Podrías ganarte quince puntos esta semana. “¿Qué cambiarías por diez puntos? Toño se comporta todavía como si lo estuvieran regañando (algo usual en esa casa) y permanece mirando al piso sin decir nada. “cuando te gane quince puntos? Toño se comporta todavía como si lo estuvieran regañando (algo usual en esta casa) y permanece mirando al piso sin decir nada. “cuando te ganes quince puntos podrás, por ejemplo invitarnos a todos a comer “tacos” y pedir lo que gustes. El niño se muestra más interesado cuando su papa le dice: “¿Podría, mejor, cambiarlos por una tortuga?” La mamá espera que ella otra sugerencia y viendo que no se propone decide: “Bueno, eso es un poco más claro”. ¿Qué te parece si por esta vez cambias esos puntos por un pecesito? Quizá, después podamos hablar sobre esa tortuga que quieres. ¿Hay algo más que te interese cambiar por los puntos?” “No, sólo la tortuga”.

Después de convenir a satisfacción de ambas partes, el contrato se pega sobre la puerta del refrigerador.

Para llevar a cabo exitosamente un programa, es necesario usar reforzadores ¹ _____ junto con los puntos. Cométele a su niño, diariamente el progreso alcanzado y osténtele enfrente de sus amigos.

En el primer convenio, establezca un requisito muy simple. Su niño deberá conseguir el reforzador de apoyo en una semana o menos. Tratándose de niños muy pequeños, el tiempo para conseguirlos deberá ser uno o dos días, a lo sumo. No otorgue puntos si el niño no cumple con el convenio. Asegúrese de que tenga exactamente lo que merece y que le requisito sea muy sencillo para que su hijo fácilmente pueda cumplirlo.

Cuando su hijo haya su primer reforzador de apoyo, quizá elija uno diferente para la siguiente vez. Dele algunas sugerencias pero respete aquello que él elija.

No se trata, tampoco de comprarle cosas todo el tiempo. Muchos niños, gustan de hacer ciertas cosas porque esto es una diversión para ellos. Por ejemplo, a algunos les gusta sentarse en la silla de su papá, o sugerir el postre de la comida. A otros niños les gusta que sus papas jueguen con ellos. Las idas al cine o al parque son reforzadores muy poderosos.

Cómo hacer un convenio con niños mayores y adolescentes

Hay un tipo de convenio más completo que se usa con los niños mayores (de seis años en adelante hasta la adolescencia). Empléese sólo cuando el niño haya tenido experiencia con uno o más programas con el fin de que tenga una idea de lo que se trata. Primero haga una lista de las conductas problemáticas que ocurre durante el día. Generalmente, son tareas que el niño se niega hacer. Se le presenta al niño de modo que pueda obtener puntos por cumplir con ellas. La lista deberá subrayar las cosas positivas que usted pretende lograr, no una serie de faltas. Por ejemplo:

Nombre: Susi							
Conducta (puntos posibles)	L	M	M	J	V	S	D
Cepillar los dientes							
Hacer la cama							
Asear la recamara							
Saludar a los demás							
Llegar a tiempo a la escuela							
Hacer la tarea							
Ayudar en la cocina							
Total	5	6					
<p>Consecuencias: Cuando Susi tenga 20 puntos, _____ Podrá invitar a Tere a quedarse a dormir _____</p>							

Es bueno registrar lo puntos inmediatamente que la conducta ocurre. Cuando otorgue una marca, acompáñela con un _____. No mencione por ningún motivo las conductas que no ocurrieron. Diga, simplemente lo siguiente: “No te cepillaste los dientes; por eso no hay puntos”.

Una de las ventajas en el uso de una lista como está, es que usted puede, simultáneamente, fortalecer varias conductas que, por ser débiles, ocurren cada vez en cuando. Además, simplifica el trabajo de llevar una serie de seis o siete programas.

Por otra parte, esta lista le permite, también extender su programa a otras situaciones en las que usted no está presente. Por ejemplo, puede continuarse en la escuela, en la casa de la abuelita, o en su propia casa, cuando usted sale. En estos casos tendrán que participar otras personas más, tales como el maestro, la abuelita o el papá. Estas personas tienen, seguramente, una idea objetiva de las conductas que necesitan ser corregidas.

La lista de conductas que aparece a continuación se preparó para un niño que mostraba una gran variedad de conductas incontrolables. El convenio estipuló que los padres le proporcionarían al niño consecuencias reforzantes por aquellas conductas incontrolables. El convenio estipuló que los padres le proporcionarían al niño consecuencias reforzantes por aquellas conductas adecuadas que ocurrieran en clase. Para esto, la señora llamó diariamente a la maestra del niño. Esta cooperación entre padres y maestra permitió controlar el mal comportamiento en un tiempo muy breve. De repente, el mundo del niño se convirtió en algo predecible a través de los puntos que obtenía por portarse bien. Asimismo, permitió administrarle ciertos castigos leves, pero justos. El niño está perfectamente enterado de lo que contiene la lista. Ayuda a

estimar los valores de cada conducta, observa los resultados diariamente y determina los reforzadores de apoyo que cambiará. Estos convenios deberían cambiarse de vez en cuando, lo mismo que los reforzadores ³ _____.

Cuando tenga que observar lo que ocurre en vario sitios, como en el caso anterior, usted hará, seguramente, muchos cambios en su convenio hasta encontrar que satisfaga la situación. Si usted está fortaleciendo una gran cantidad de conductas, no vacile en usar estos convenios durante varias semanas o meses.

Nombre: David							
Conducta (puntos posibles)	L	M	M	J	V	S	D
Llegar a tiempo a la escuela	2						
No jugar dentro de la casa	0						
Obedecer a la maestra	3						
Jugar con otros niños	1						
Hacer la tarea	2						
Forrar los libros	3						
Portarse bien ene le camión	2						
No pelear con sus hermanos	0						
<p>Consecuencias: 23 o más puntos. No hará tarea doméstica 18- 22 pts. no verá la TV 13-17 pts. no verá la TV y lavará platos 12 o menos puntos no vera la TV, lavará platos y no tendrá permisos especiales.</p>							

La anotación de los puntos semanales dentro de la gráfica, le ayudará a observar mejor el progreso de su programa. Cuando juzgue que la conducta problemática ha cedido, obtenga sus anotaciones sólo esporádicamente. Si las cosas mejoran, quizá sea suficiente obtener los datos una sola vez a la semana. La conducta del niño es el mejor indicador para saber con qué rapidez está avanzando usted. Si los pasos son muy grandes, corre riesgo de perder el control sobre la ⁴ _____. Si ocurre así, retroceda y ⁵ _____ un poco el tamaño de los pasos. Luego, incremente el valor de los ⁶ _____, o use más reforzamientos sociales.

Como en el caso de la recolección de datos, la puesta en práctica de los convenios puede convertirse en un hábito muy recomendable. Por ejemplo, el simple hecho de escribir sobre el calendario las iniciales del niño que lavó los trastos la semana pasada,

le evitará discusiones en vano tales como: “No me acuerdo si tú lavaste los trastos o no; déjame ver...”

Si usted se acostumbra a escribir las cosas, aún las más simples como el ejemplo siguiente, se evitará muchas discusiones.

Pepe puede usar el auto en las noches, pero debe estar de vuelta a las 10:30. Los sábados podrá devolverlo a las 12:30. El tendrá que pagar la gasolina y el seguro del coche. Si un día llega tarde, pierde el derecho a usarlo una semana por cada hora que llegue después.

Este convenio se hizo después de argumentar mucho con Pepe. También, hubo que hacerle muchos cambios cuando surgieron varios problemas. Dicho convenio no favorece exclusivamente a una de las partes, ya que hay elementos que no satisfacen totalmente a los papás ni a Pepe. Cada parte debe ceder un poco para que haya un convenio.

Como regla general, es conveniente idear un convenio con adolescentes, o adultos, cuando se trate de cosas que involucren tiempo, trabajo o dinero.

Ideas medulares del capítulo 6

“Un convenio significa escribir en un papel las conductas y los reforzadores específicos que se hayan acordado.

Permita que sus niños participen en el diseño de los convenios; los niños más grandes participarán más.

-
1. sociales
 2. reforzador social
 3. de apoyo
 4. conducta
 5. reduzca
 6. reforzadores de apoyo

7 ¿QUÉ CLASE DE REFORZADORES USAR?

Quizá, las consecuencias más importantes y útiles, al alcance sean cosas tales como la aprobación, el contacto físico, la atención y las sonrisas. Estas son cosas muy sencillas. Ocurren cientos de veces al día y cada quien las recibe de mucha gente.

Si cualquiera de estos reforzadores sociales se otorga inmediatamente después de la conducta del niño, dicha conducta tenderá a ocurrir con más frecuencia en el futuro. Asimismo, es probable que los niños observen a los demás y aprendan, así, nuevas conductas que después ellos practican (Bandura y Walters, 1963; Skinner, 1953). Si un niño recibe reforzadores sociales por sus acciones, seguramente tratará de repetirlos. Si usted recuerda reforzar estas nuevas acciones cada vez que ocurran durante varios días o semanas, el resultado será que dichas acciones se vuelvan un hábito en el niño. Sin embargo, los cambios en el comportamiento ocurren tan despacio que muchos padres se desaniman y abandonan sus procedimientos. También, hay otro problema más: según diversos estudios científicos hay algunos niños-problema a quienes no les interesan los reforzadores sociales que les otorgan los adultos (Patterson, Ray, y Shaw, 1968; Wahler, 1967). Así los papás de estos niños que sólo usan reforzadores sociales cuando pretenden poner en práctica un programa de cambio de comportamiento se ven obligados a esforzarse más para producir resultados positivos.

Reforzadores no-sociales

Por esta razón, algunas veces es necesario recurrir al uso de otros elementos para incrementar la eficacia educativa de los padres, tal como los reforzadores no-sociales que, si son usados junto con los reforzadores sociales, constituyen un medio eficaz para producir cambios rápidos en el comportamiento.

Muchos reforzadores no-sociales son dados por sabidos: los recreos, los postres, la TV, y los juegos. Estas actividades diarias son reforzadores muy poderosos.

Homme(1970) demostró que la clave del uso adecuado de los reforzadores no-sociales radica en la habilidad con la que se prepare un “convenio de contingencias”. Primero, especifique las conductas que va a fortalecer- “un ratito de estudio”-y luego otorgue los reforzadores no sociales-“el permiso para que el niño vea la TV”. Este principio de “primero-y-luego” ha demostrado, según los investigadores entre ellos Homme, ser eficaz para muchos padres y maestros. Primero, su niño cuelga su ropa en su lugar, y luego, obtiene esa fruta que desea. ¹ _____, se lava las manos, y luego se sienta a la mesa. Primero, se come la sopa, y ² _____, el postre.

El procedimiento de primero-y-luego emplea consecuencias naturales al alcance; sólo requiere un poco de imaginación en la identificación de consecuencias adecuadas para usted y su niño. Ocurren con frecuencia, por lo menos una vez al día, y nosotros estamos acostumbrados a darlas por sabidas. Dentro de un convenio de contingencias, se disponen las cosas de tal manera que cada niño adquiera el derecho de obtener lo

bueno de la vida. Por ejemplo, usted podría adquirir el derecho de sentarse a la mesa si, primero, revisara su peso en la báscula que está en su baño.

Elija una conducta que usted practique poco, y exíjase realizarla antes de adquirir los reforzadores sociales que usted da por sabidos. El convenio de contingencias dispone que usted encuentre las consecuencias naturales que ocurren regularmente y que especifique la manera en que pueden obtenerse.

Convenios basados en reforzadores no-sociales

Los convenios facilitan la aplicación de reforzadores no-sociales en los programas para la corrección de la conducta en los niños. Diariamente, los puntos obtenidos por el niño deben anotarse en una tabla para que él pueda observar su progreso. Cuando obtiene un determinado número de puntos, puede canjearlos por alguna consecuencia natural de su agrado. Por ejemplo, veinte puntos podrían dar el derecho a ir con su papá al boliche, o ser canjeados por una calcomanía para la bicicleta, por una tortuga, una ida al cine. Anticipadamente, los papás y el niño convienen en forma de obtener los puntos y los reforzadores de apoyo para que todos sepan bien de qué se trata el “juego”.

“Silvia, eres muy acomodada en la cocina pero sería bueno que también levantas y asearas tu cuarto. Varias veces te lo he repetido pero esto no ha dado resultado. A ti y a mí no nos gusta dar ni oír regaños. Tengo una idea para lograr que tengas tu cuarto aseado. Sé que te gustará y no tendré que regañarte más. “Este juego consiste en lo siguiente: Tú me dirás una cosa que te guste mucho y que quisieras tener y, al mismo tiempo, aprendes a tener aseado tu cuarto. ¿Te gusta la idea? Diariamente, en la mañana voy a comprobar si has arreglado tu cama y has puesto tu ropa en su lugar. Si estas dos cosas están hechas, te ganas un punto ese día; los puntos vamos a anotarlos en esta tarjeta.

“Pondremos la tarjeta sobre la puerta del closet para que la puedas ver cuando quieras. ¿Qué te gustaría conseguir cuando tengas diez puntos?... No, una bicicleta nueva es algo muy caro. Piensa en otra cosa. ¿Qué te parece invitar a María, un día, para que se quede a dormir en la casa? Bueno, eso haremos esta semana; piensa en lo que te gustaría obtener para la semana entrante”.

Cada punto que la señora anota en la tarjeta actúa como un 3 _____ no-social para que la niña mantenga su cuarto arreglado. Claro, la señora tendrá que usar, también, reforzadores ⁴ _____ para fortalecer aún más dicha conducta.

Nombre: Silvia							
Conducta: Hacer su cama y levantar sus juguetes							
	L	M	M	J	V	S	D
1ª. Semana							
2ª. Semana							
3ª. Semana							
4ª. Semana							
<p>Consecuencias: Asear la recámara en la mañana 1 pt. Levantar los juguetes en la noche 1 pt 10 puntos le dan derecho a Silvia a invitar a una amiga a quedarse a dormir</p>							

No le exija a la niña que el cuarto esté perfectamente aseado desde el primer día. Aunque la cama no esté perfectamente hecha, pero la niña se esmeró en hacerlo bien, dele su punto. Luego, podría decirle que si la hace mejor obtendrá dos puntos. Hágalo usted para que la niña observe cómo debe hacerlo ella. Luego, deshaga la cama y deje que la niña vuelva a hacer el intento. De ese modo no habrá dudas. La niña ve exactamente lo que usted desea. Otórguele dos puntos si hace bien las cosas durante las sesiones de práctica. No sea económica con los puntos o con los reforzadores sociales.

No discuta con la niña. Explíquele que, encontró ropas fuera de su lugar y por eso no le otorgó el punto de esa mañana. No admita excusas. Si usted discute, reforzará a la niña para que nuevamente argumente con usted. Si olvida anotar una marca, o anotar una debiendo poner dos, pídale disculpas.

Si usted está usando un convenio de contingencias para que el niño obtenga inmediatamente una consecuencia, o bien, está usando un sistema de puntos que especifica la consecuencia que obtendrá después de varios días, es recomendable que escriba en un papel dicho convenio.

Hay varios tipos de convenios cuya garantía es que no dan resultado. Si usted le quita puntos a su hijo por algo que hizo antes de establecer el convenio, seguramente el chico pensará que eso es injusto. El convenio sólo se aplica a lo que ocurra de ahí en adelante. También, nosotros hemos usado una forma de convenio que dispone iniciar

el día con un número de puntos ya ganados, digamos diez. Cada vez que el niño se porta mal, se le resta un punto de su tarjeta. En este tipo de convenio, es muy probable que el niño sienta que sólo está perdiendo. De cualquier forma, ese procedimiento no dio resultado cuando lo usamos. El niño deberá poder ganar puntos, y, también, perderlos. Sea justo con él, pero, ante todo, sea usted reforzante.

Su niño será quién elija sus propios ⁵ _____ de apoyo. Asimismo, asegúrese de comenzar su programa en un nivel al alcance del niño para que éste fácilmente pueda obtener reforzamientos en las primeras etapas del programa. No lo regañe ni lo critique, simplemente ⁶ _____ las conductas adecuadas. Establezca claramente sus pasos y procure, también, que no sea muy ⁷ _____. Cuando la conducta haya quedado corregida, usted podrá incrementar el requisito o la calidad de la acción. Sin embargo, deberá tratar esto antes, con su niño, y hacerle sentir su complacencia con su buen comportamiento.

Ideas medulares del capítulo 7

El principio de primero-y-luego utiliza consecuencias naturales que ocurren diariamente.

Use usted convenios para facilitar el uso de reforzadores no-sociales.

No escatime los reforzadores; sea justa, pero ante todo, sea reforzante.

-
- 1.- primero 2.- luego 3.- reforzador 4.- sociales 5.- reforzadores
6.- refuerce

8 EL TIEMPO FUERA

El tiempo fuera debilita el comportamiento

El término “*tiempo fuera*” (TF) significa permanecer un tiempo determinado sin reforzamiento. Al aplicarse, el niño es retirado de esta situación que está reforzando su conducta inadecuada, y puesto en otra que no lo refuerza. Este procedimiento ha sido eficaz para producir una disminución *rápida* en la ocurrencia de una conducta inadecuada. También puede usarse en vez de las nalgadas, recurso muy usado por muchos padres de familia.

Si usted hace caso omiso de las conductas indeseables de su niño, disminuirán su frecuencia. Cuando usted dispone de tiempo, dicho procedimiento dará resultado. Sin embargo, mientras la conducta se corrige usted, o la maestra, tiene que soportar berrinches, llantos, lloriqueos y “escenitas”. El “tiempo fuera” es una modificación de dicho procedimiento, ya que basándose en la idea de no reforzar al niño resulta más eficaz para producir un cambio repentino en la conducta.

El niño es retirado de la situación donde recibe muchos reforzamientos, y puesto en otro lugar en donde no los recibe. Por ejemplo, si está molestando podrá enviársele a su cuarto durante cinco minutos; ahí, no tendrá a quién molestar. El resultado de asociar la conducta de molestar, con el tiempo fuera, será *1*_____ dicha conducta. Por lo general, los resultados se obtienen al segundo o tercer día.

La mayoría de los padres han sido entrenados por sus niños a recurrir a los regaños y los golpes. Dichos recursos son eficaces para dar por terminadas las conductas repulsivas durante un tiempo breve. Dicha reducción temporal en las “molestias que sienten los padres”, actúan para *2*_____ sus regaños y golpes. Desafortunadamente, los golpes y las otras formas de castigos dejan, con frecuencia, huellas emocionales perjudiciales tanto para los padres como para el niño. Como a la mayoría de los padres no les gusta involucrarse en esas escenas emocionales, acostumbran pegar solo cuando “ya están cansados del mal comportamiento del niño”. Cuando deciden pegarles a sus niños es porque ya se sienten mal. Esto quiere decir que, por su parte, el niño ha estado recibiendo reforzamientos de otra fuente (sus hermanos, por ejemplo). Aunque el niño sea castigado periódicamente, la cantidad de reforzamiento que recibe por su mal comportamiento es mayor siempre. A esto se debe que los castigos sólo lo reduzcan temporalmente, y, en cambio, dichas acciones se fortalezcan más.

Por otro lado, si los papás quisieran ser muy cautos y castigar a sus niños cada vez que se portan mal, quizá esto fuera eficaz. Sin embargo, acarrearía un quebrantamiento emocional en las relaciones con sus niños. Quizá, el procedimiento de “tiempo fuera” origine, también, algunas reacciones emocionales sobre todo al principio. El tiempo fuera es una forma leve de castigar a un niño y un sustituto eficaz de los golpes, las

nalgadas, los gritos y los “sermones”. Puede usarse varias veces en un día. En vez de esperar hasta que usted esté enojada, introduzca el “tiempo fuera” cuando su hijo comience a portarse mal. Recuerde, no espere hasta que la conducta del niño se haga insoportable.

Primeros pasos para usar el tiempo fuera

Al usar el tiempo fuera deberá comenzar especificando y contando tanto las conductas inadecuadas como las adecuadas que ocuparán su lugar. Es recomendable incitar el programa usando el sistema de reforzamientos por puntos para fortalecer las conductas adecuadas y, así, incrementar el reforzamiento que el niño obtiene. Haga las cosas reforzantes, indirectamente, para que el niño participe en el programa. En otras palabras, antes de dejar de reforzar y de usar el “tiempo fuera”, usted deberá asegurarse de que su niño esté recibiendo 3 _____ adecuadamente por sus acciones deseables. Si usted no usa suficientes reforzamientos sociales con su niño, tenga la seguridad de que esto actuará como un programa de no-reforzamientos. Por consiguiente, tendrá un programa, ya, antes de poner en práctica el programa de no-reforzamiento o “tiempo fuera” que usted pretende. Los procedimientos de reforzamiento y moldeamiento deberán ser las bases sobre las cuales construya sus programas de corrección del comportamiento. Estos, estarán basados, principalmente, en el uso de reforzamiento positivo, moldeamiento de conductas adecuadas, convenios y programas de puntos.

El “tiempo fuera” es un procedimiento muy eficaz para controlar las conductas inadecuadas de niños entre los dos y doce años de edad, que ocurren con mucha frecuencia. Tratándose de niños mayores, será mejor usar algún tipo de convenio para controlar su mal comportamiento. Por ejemplo, si su muchacho llega tarde una noche, en vez de usar “tiempo fuera”, usted podrá permitirle, temporalmente, algún derecho. Por ejemplo, “llegaste tarde anoche; eso quiere decir que el sábado no usarás el auto”. Asegúrese de establecer su convenio anticipadamente, de preferencia en forma escrita.

Elija un sitio de “tiempo fuera”

Al usar el procedimiento de “tiempo fuera”, usted deberá elegir un sitio apropiado para enviar ahí a su niño. Deberá tener varias características pero, ante todo, deberá ser un sitio poco atractivo. Deberá ser un sitio carente de reforzadores positivos. Eso significa que no deberá tener juguetes, televisión, libros, ni personas. Si su niño es muy activo, o destructivo, será conveniente que retire todo aquello que pueda romper. Si el niño ensucia las paredes, o raya alguna cosa, como algunas veces sucede, tendrá que lavarlas él. Lo mismo si ensucia su ropa. Esta tarea la hará al terminar el tiempo que deba permanecer en “tiempo fuera”. No lo “sermonee”; dígame, simplemente, “tendrás

que lavar tu pantalón antes de venir a cenar.” Especifíquele claramente la 4 _____ que ocurriría si no obedece. También, lo que usted quiere decir por “lavar el pantalón”.

En el salón de clases puede usarse una mampara en una de sus esquinas, que dividida una silla y el resto del salón. Asegúrese de que el niño no vea a sus compañeros ni éstos a él. Tratándose de niños desordenados, quizá la oficina de la dirección sea un buen sitio de “tiempo fuera”.

Muchas veces, los papás no aceptan enviar a sus niños a un cuarto aislado y prefieren sentarlos en una silla en el pasillo de la casa. Sin embargo, esto no es eficaz ya que hay otras personas que pasan por ahí y, su presencia, refuerza al niño. Uno de los primeros requisitos para el uso del “tiempo fuera” es que debe contarse con un sitio 5 _____ . Cuando haya elegido este sitio, observe si su niño tiene o no, fuentes de reforzamiento a su alcance. Observe y decida. Además, la mejor forma de saber si el sitio elegido es o no reforzante, es observar si la conducta del niño cambia como resultado de permanecer ahí. Tres días de uso consistente de “tiempo fuera” es suficiente para disminuir las tasas de la mayoría de las conductas inadecuadas.

Como usar eficazmente el “tiempo fuera”

Muchos padres de familia afirman: “hemos usado tiempo fuera durante años y no funciona. Siempre lo mandamos a su cuarto”. Al observar de cerca encontramos que estos papás no siempre mandaron a sus niños a su cuarto y que, además, el cuarto del niño tenía juguetes, revistas y la televisión. Según la definición que dimos anteriormente, ese sitio no era adecuado para “tiempo fuera”. El “tiempo fuera” debe usarse consistentemente y en un sitio 6 _____ de reforzamiento.

El “tiempo fuera” difiere, en varios sentidos, del simple procedimiento de enviar al niño a su cuarto. La mayoría de los papás no envían siempre a sus niños a su cuarto. La mayoría de los cuartos de los niños están llenos de juguetes y otras cosas atractivas para ellos. El tiempo fuera dura solo un breve periodo de tiempo (tres o cuatro minutos), mientras que “vete a tu cuarto” puede significar permanecer ahí treinta minutos o todo el día. Estas sentencias prolongadas son sólo para beneficio de los padres. Les sirven para sentirse liberados de los niños. Por otra parte el “tiempo fuera” dispone que el niño estará separado de sus papás durante tres o cinco minutos, y los papás deberán verificar esto para que el niño no permanezca más tiempo aislado. Varias investigaciones revelan que de uno a cinco minutos de “tiempo fuera” es igualmente eficaz que treinta minutos de TF (Patterson y White, 1969). Use el reloj de la pared, o un desesperador, para que tanto usted como su niño sepan cuándo haya transcurrido el TF.

Para colocar al niño en su sitio de TF es necesaria cierta habilidad. El procedimiento será explicado anticipadamente para que no haya lugar a malos entendidos posteriormente cuando se dé el caso de aplicarlo.

“Ya sé que es difícil para ti aprender a no interrumpir a las personas cuando están hablando. También sé que no te gusta que tu mamá y yo te regañemos todo el tiempo. Mira, vamos a usar, juntos, un programa que te ayudará a practicar para que no interrumpas a los demás cuando hablan. Verás, te va a gustar”.

“Primero, si esta noche no interrumpes a nadie te ganarás cinco puntos. Cada vez que interrumpas a alguien pierdes un punto. Tú y yo llevaremos las anotaciones diariamente. Cuando tengas veinte puntos podrás cambiarlos por tres revistas de muñequitos.

¿Hay algo más que te gustaría cambiar?

“Para ayudarte a que practiques, también usaremos “tiempo fuera”. Cada vez que interrumpas a alguien te lo vamos a señalar y te irás a tu cuarto. Cuando hayan transcurrido cinco minutos te llamaremos”.

Algunos padres de familia disponen que quien interrumpa durante una conversación, irá a TF. Esta disposición es muy acertada. Cuando llegue la ocasión, actúe en forma calmada. No regañe ni grite. “Esa fue una interrupción. Cinco minutos de TF. Pondré el despertador para contar los cinco minutos”

No discuta sobre la legalidad del procedimiento; manténgase firme. Si su niño intenta discutirle, indíquele que cada minuto de discusión significa un minuto más en _____. No le conteste más que “otro minuto más”, “dos minutos más”, etcétera. Si su niño ha estado discutiendo varios minutos, indíquele que si continua así el minuto siguiente perderá el derecho a ver la televisión esa noche, a su postre, a su bicicleta, o a alguna otra cosa más. Asegúrese de que esa consecuencia de apoyo ocurra precisamente esa noche. Si usted olvida apoyar sus advertencias las cosas serán peores la próxima vez. No lleve físicamente al niño al cuarto de TF; indique, simplemente, las consecuencias que ocurrirán si no obedece la instrucción.

Algunos niños, bien entrenados para manipular a los adultos, llegan a decir: “Ok, ponme en el cuarto del TF; al fin que me gusta”. Muchos niños llegan a obligar a sus padres a suspender el uso del TF. Lo que su hijo diga no se tiene que tomar en definitivo para saber si el TF funciona o no. Úselo tres días en forma consistente y observe lo que pasa. Sus observaciones serán la mejor estimación.

Muchos niños intentan salir del cuarto del TF, lloran, gritan, tocan la puerta, o la pared. Si el niño rompe alguna cosa durante el tiempo fuera, deberá comprarla con sus “domingos”. Por cada intento de salir del TF, añada un minuto más de duración. Dígame que cada vez que salga le costará un minuto más de permanencia. Cada minuto de

gritos, o llantos provocará el mismo resultado. Si su niño sale del cuarto antes de tiempo y se resiste a entrar de nuevo, indíquele cuál es la consecuencia e ignórela. “Si no entras al cuarto inmediatamente, le echaré llave a tu bicicleta; puede quedarse así dos días”. No se involucre en discusiones o “sermones” sobre el derecho de hacerlo así.

Si el niño fue enviado al TF por no obedecer alguna solicitud, vuelva a plantearla al salir del cuarto. Si continúa con su actitud rebelde, envíelo nuevamente al 8_____. Cuando haya cumplido una vez más la permanencia en TF, vuelva a hacerle la 9_____.

Si el niño se porta mal en el auto o en la tienda, dígame esta ganando un TF suponiendo que este procedimiento ha sido practicado en su casa. Coloque al niño en el cuarto de TF tan pronto llegue a su casa.

Cómo usar el “tiempo fuera” en un programa para corregir el comportamiento.

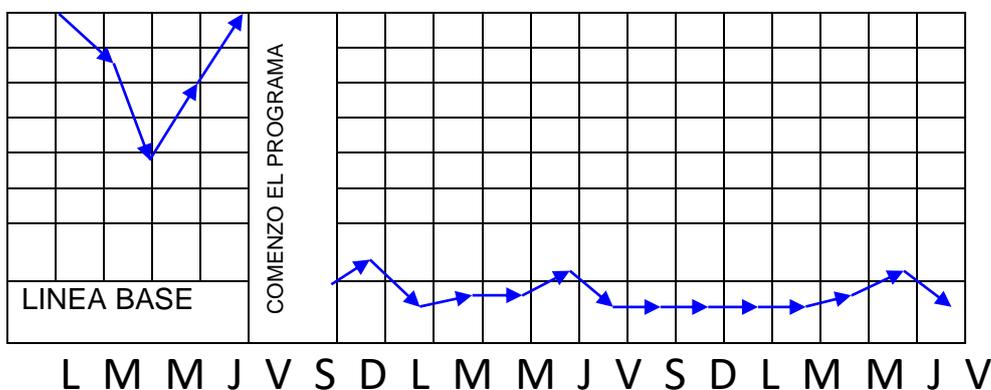
Luisito es un niño de nueve años de edad que tiene una familia agradable. Tiene la costumbre de molestar a su hermanita lo cual abruma a todos en la casa. Además, no obedece las indicaciones que se le dan. Con frecuencia, sus papás lo regañan y le hacen comentarios desagradables sobre su mal comportamiento. Han usado todos los procedimientos imaginables para corregirlo sin obtener resultados satisfactorios. Las nalgadas, y los castigos severos y los sobornos no han sido eficaces. Por lo tanto sus papás decidieron usar un sistema de puntos para que el niño los obtuviera cada hora que se portara bien. Cuando hacía algo indebido, se le enviaba al cuarto del T.F. La gráfica que aparece a continuación ilustra la suerte que corrieron las conductas de “desobedecer”, “mortificar”, y “molestar”.

Durante la observación de línea-base, Luisito hacía tres o cuatro de estas conductas cada hora. Al finalizar el primer día del programa, sólo mostraba una de estas conductas cada dos o tres horas. Claro, los resultados no siempre aparecen con tal celeridad. En algunos casos, el primer día del programa muestra un incremento en la tasa de las conductas problemáticas.

GRAFICA DE DATOS

Nombre: Luisito

Conducta: desobedecer, mortificar, molestar



Note, además, que aunque el niño había estado en el programa durante varios días, hubo una ocasión en la que la tasa de sus conductas inadecuadas fue de 2 y luego 65 cada hora. Esto ocurrió el tercer 10 y el 11. En estos “días malos”, los padres usaron, simplemente, el TF y volvieron a poner las cosas bajo control.

Después de dos semanas, esta familia fue mucho más feliz para todos, inclusive para Luisito. aun cuando la conducta haya quedado bien controlada, use el TF cada vez que haya una recaída en el futuro. El comportamiento no desaparece del todo; más bien, vuelve a ocurrir esporádicamente. Cuando esto ocurra, la forma como usted reaccione determinará si las conductas problemáticas, se extinguen o cobran mayor fuerza. Usted es el construye su medio social y también el que debe repararlo cuando se descomponga.

Cuando use el TF asegures de hacerlo con calma. Además, debe de aplicarlo cada 12 que el mal comportamiento ocurra. Ambos padres participan en el uso de los programas de puntos y de TF. Hay casos en los que uno de los padres se rehúsa a usar cualquiera de los dos programas.

Con frecuencia, hay cadenas de acontecimientos que originan las conductas problemáticas. El TF debe usarse para interrumpirse estas cadenas. Por ejemplo, si uno de los niños le pega a su hermanito, esto origina, una serie de intercambios de

argumentos y discusiones. Si ocurre así, use el TF para debilitar, anticipadamente, las discusiones y molestias.

Hay una forma de castigo muy parecida al TF pero, según nuestra experiencia, no es eficaz. Me refiero a la práctica de “encerrar” al niño. Algunos acostumbran a “encerrar” bajo llave a sus niños por el resto del día cuando se han portado mal. Nuestra experiencia nos indica que este procedimiento no da buenos resultados y puede resultar inconveniente. Aunque este procedimiento es recomendable que el de pegarle al niño, es mejor disponer que el chico realice un trabajo extra tal como pintar las sillas, barnizar la mesa, sacudir unos libros, o alguna otra actividad.

Es probable que usted haya notado varias formas que puede usarse el TF. Por ejemplo, algunos padres prefieren salir del cuarto en el que está el niño cuando éste inicia un mal comportamiento. Otros, han encontrado que si ignoran sistemáticamente al niño éste acaba por olvidarse del asunto. En cualquier caso, los papás deciden suspender cualquier forma de reforzamiento para corregir una conducta determinada. Por lo tanto, podemos concluir que el TF es un procedimiento natural usado en muchos hogares.

Ideas medulares del capítulo 8

“Tiempo fuera” significa permanecer un tiempo determinado sin reforzamiento.

Los castigos físicos provocan, con frecuencia, huellas emocionales desagradables.

El TF es una forma de castigo leve, pero eficaz.

Antes de usar el tiempo fuera: determine y cuente el número de conductas problemáticas; refuerce, con más frecuencia, las conductas adecuadas; y explíquelo el programa al niño.

Para usar el TF de manera eficaz,

Los papás deberán ser muy consistentes; deberán usar un lugar poco atractivo para el niño; dispondrán que el TF no dure de 1 a cinco minutos; y, ambos participaran en el programa.

-
- | | | | | | |
|---------------|-------------|------------------|-----------------|--------------|-----------|
| 1. debilitar | 2. reforzar | 3. Reforzamiento | 4. Consecuencia | 5. poco | atractivo |
| | 6. carente | 7. Tiempo fuera | 8. Tiempo fuera | 9. Solicitud | petición |
| 10. Miércoles | 11. Jueves | 12. Vez | | | |

SECCIÓN 3 ALGUNAS APLICACIONES PARA LA SOLUCIÓN DE PROBLEMAS DE CONDUCTA COMUNES

En esta sección se tratarán los detalles de la aplicación de los procedimientos revisados, para resolver algunos de los problemas familiares más comunes. Cada uno de nosotros muestra comportamientos que molestan a algunas personas con quienes convivimos. ¿Cómo evitar que estas costumbres molestas se acumulen? Quizá, la forma más común de solucionarlas sea discutir las para que, después, una o las dos personas se propongan cambiar su comportamiento. Estos cambios deben reforzarse mutuamente además, producen cambios leves, casi imperceptibles, en el sistema de vida familiar.

Sin embargo, muchas veces, la discusión de los problemas no es suficiente. Hay casos en los que un adolescente, o los padres se muestran indiferentes con sus propias conductas a pesar de que son muy desagradables para los demás. La solución no es *imponer* un sistema de puntos o un “tiempo fuera” para resolver el problema aun tratándose de un niño de seis años de edad. Además, el establecimiento de los convenios se convierte en un problema serio cuando se trata de un adolescente o un adulto. En el capítulo 9 se analiza el proceso para aprender a hacer convenios con los demás. Las sugerencias que ahí se presentan son el producto de casi dos años de investigaciones realizadas con parejas con problemas (Patterson y Cobb, 1971 a; Patterson y Hops, 1972) y de otros estudios hechos recientemente.

Cuando entrevistamos a un gran número de señoras que tenían niños en edad pre-escolar, notamos que la mayoría de ellas estaban preocupadas por diversos aspectos de la educación infantil. Estas familias tenían muchas dificultades en sus hogares. No se trata de problemas muy serios que ameritaran ayuda profesional, pero sí lo suficientemente molestos como para ser corregidos. Contando con nuestro interés en el desarrollo de procedimientos “preventivos”, nuestra curiosidad nos llevó a investigar más estos casos. A partir de 1973, hemos probado siete programas para solucionar los problemas más comunes correspondientes a las áreas de interés de la muestra estudiada. Estos programas serán tratados en el capítulo 10. A medida que estos programas avancen más y podamos obtener más información sobre su eficacia, estaremos en mejor disposición para publicar esos resultados en ediciones posteriores de este libro.

9 TÉCNICAS PARA CAMBIAR EL COMPORTAMIENTO DE LOS ADULTOS.

LOS TRATOS Y EL INTERCAMBIO DE PROPOSICIONES

Hasta ahora se han examinado las habilidades requeridas para educar a los niños. Estas habilidades, aunque importantes, no son aplicables del todo para resolver problemas en que participan miembros adultos de una familia. El reforzamiento de las conductas inadecuadas *pueden* producir cambios muy lentos. Sin embargo, personas ajenas a la familia suelen reforzarnos a los adultos por desarrollar ciertas conductas. Los papás y sus hijos reciben influencia de sus compañeros de trabajo y amigos. Mientras mayor sea un adulto y más diversos sus contactos fuera del hogar, mayor será la dificultad para cambiar su comportamiento. La razón de esta dificultad es que al aumentar la edad de una persona, se vuelve casi imposible impedir que las demás personas 1 _____ . La forma en que hace ciertas cosas.

Por lo tanto, es necesario guiarse por otros procedimientos para programar cambios en el comportamiento de miembros adultos de la familia. Aunque sigamos usando los reforzadores sociales, describiendo las conductas problemáticas, y anotando nuestros datos, será necesario explorar otros medios adicionales para convenir sobre cambios en el comportamiento de cada quien. Estos procedimientos son semejantes al "intercambio" y a las modernas teorías del intercambio sociológico (Homans, 1961; Lederer y Jackson, 1968).

LOS TRATOS

La necesidad de tratar los asuntos familiares

Para poder vivir en grupo, es necesario convenir sobre cambios en el comportamiento. Si la gente tiene dificultades en su trabajo, hay normas y procedimientos para resolverlas. Si estos procedimientos no son eficaces, entonces la gente trata de evitarse. Si esto tampoco resulta, es probable que hasta renuncien a su trabajo. Estas reglas, o procedimientos de arbitraje, junto con la relativa libertad para evitar o salir, permiten, generalmente, mantener los conflictos dentro de límites manejables. Sin embargo, en el hogar, estas válvulas de seguridad no operan así.

Además, las cosas se dificultan, también, porque los miembros de una familia cambia constantemente. Esta es más evidente en los adolescentes sobre quienes influyen los amigos. Cada cambio requiere que otro miembro de la familia se ajuste efectuando, también, un cambio en su comportamiento. Por ejemplo, cuando el adolescente aprende a manejar un auto, esto tiene como consecuencia un efecto sobre los demás miembros de la familia.

La necesidad de que los demás cambien su comportamiento es una conveniencia normal de vivir juntos en familia. Esta situación significa generalmente, esas "pequeñas cosas", o "detalles". ¿Qué debe hacer una ama de casa para lograr que su esposo cuelgue sus cosas en su lugar todos los días? Este es un detalle. Por otro lado,

él hace esto todos los días. Si este detalle se junta con otros más, y no cambian, su efecto acumulado puede producir conflictos de gran alcance. Cada pequeño programa se añade al conjunto de problemas sin resolver. En muchos casos, las víctimas gastan mucho tiempo advirtiendo el mal comportamiento de los demás y sintiéndose imposibilitados para cambiar la situación. Con el tiempo, la acumulación de estos “detalles” puede influir para cambiar los sentimientos que nos ligan a los demás. Finalmente, un día dicha acumulación de problemas se convierte en una avalancha que se lanza sobre las relaciones interpersonales familiares originando la reclamación de muchos defectos personales.

Cómo llevar a cabo una sesión para tratar los problemas

Es muy importante discutir los problemas cuando estos surjan. Mientras más espere, mayor será la posibilidad de que surja un problema. Según nuestra experiencia clínica, la gestación de un problema va seguida de una marea de rencores y resentimientos. Estos sentimientos dificultan el consiguiente cambio de comportamiento.

Tan pronto como surja el problema, *proponga un lugar y una hora para discutirlo.* Defina claramente lo que se propone hacer.

“Carlos, hay un problema que quiero discutir contigo. ¿Tienes quince minutos disponibles hoy en la noche? Quiero comentarte sobre esta dificultad y ver la forma de poder resolverla”.

Elija una hora en que ustedes estén relativamente relajados. Una mala elección sería antes de cenar ya que seguramente estarían cansados y con apetito. Tampoco cuando se dispongan a dormir. *Nunca* discuta sus problemas mientras se dirige a una fiesta. En algunas familias, la acumulación de conflictos data de varios años por lo que sus miembros al desear sentir un alivio aprovechan los momentos de soledad para “discutir” sus conflictos. Estas “discusiones” degeneran, casi siempre, en peleas y reproches. Elija usted un lugar tranquilo para tratar sus problemas en donde nadie interrumpa. Las sesiones para tratarlos deberán acordarse de antemano. Ella deberá ser un aliado a la hora de estudiar el problema.

Reglas para la sesión

Los participantes de la sesión deberán leer este material para que cada uno actúe de acuerdo a las mismas reglas. La regla cardinal de una sesión cualquiera es que la *víctima siempre tiene la razón*. Hay otras investigaciones que también han señalado la importancia de esta regla (Lederer y Jackson, 1968). La víctima siempre afirma que ha sido lastimada por la otra persona. No se trata de ver si la otra persona es capaz de lastimar o no. Si la víctima dice que ha sido lastimada, esto es un hecho.

Durante los cinco o diez minutos en que la víctima describe la situación, la otra persona sólo la escucha. No necesita explicar, negar o disculpar. Sólo deberá sentarse y 2_____ . Esta persona participará posteriormente.

La víctima dispondrá de 3 _____ minutos. Por su parte, ella tendrá que observar otra regla. *La víctima solo describirá dos cosas: lo que la otra persona le hizo y como se sintió después de ello.* La víctima no hará conjeturas sobre las razones que obligaron a la otra persona a hacerle eso. Tampoco hará comentarios despectivos sobre ella. No le hará críticas ni reproches. Sólo describirá como se 4 _____ 5 _____ atacará a la otra persona. Si hay ataques, actuarán como una venganza temporal y echarán a perder el trato del problema.

“Si te vas a Guadalajara a buscar trabajo, no creo que podamos pagar la renta este mes. Tampoco creo que pueda manejar a los niños yo sola... Nos vamos a sentir muy solos.

En esta situación, estos simples hechos le indican al esposo los problemas que él debe resolver. Así hay una posibilidad de poder resolverlos. Por otro lado, si esos problemas se hubieran presentado de la manera siguiente, quizá no habría sido posible resolverlos.

“Se ve que no puedes conservar un trabajo. Te comprometes dos meses y luego abandonas el trabajo. La verdad es que ya no te creo. Si vas a Guadalajara a buscar trabajo, sólo vas a gastar dinero. Ya no me quieres igual que antes. Andas buscando excusas para dejarnos solos”.

En este ejemplo, la víctima cometió dos errores. Hizo conjeturas sobre las intenciones-motivos de su esposo y, además, se expresó de él en forma negativa. Esta forma de plantear el problema hace que él se defienda y devuelva el ataque a su esposa. Si la víctima agrade, será 6 _____. Si usted se encuentra en el papel de víctima, y no es capaz de contenerse, escriba lo que vaya a decir en la sesión de trato.

En una sesión, conviene que la víctima sólo toque un problema y evite tratar de aclarar muchos problemas a la vez. No caiga en esta tentación. De hacerlo, el cambio de comportamiento no será efectivo. La víctima deberá describir el problema en forma breve, los cinco minutos que hemos sugerido son, en cierto sentido, mucho tiempo.

Cuando la víctima haya terminado su exposición, la otra persona deberá *parafrasear lo que acaba de escuchar*. Es sorprendente que muchos esposos (as) no sepan “escuchar” a la otra parte aun cuando haya gritos. Esto mismo puede observarse en las relaciones padres-hijos. Cuando el castigo es muy intenso, una persona deja de escuchar a la otra. El parafraseo deberá ser de una o dos oraciones: “Si voy a Guadalajara, crees que no ganaré suficiente y te sentirás sola”.

Note que él no criticó a su esposa ni trató de explicarle la razón de irse a Guadalajara. Si hubieran ocurrido intercambios acalorados sobre sus problemas pasados, es probable que la otra persona hubiera terminado en el papel de “víctima”.

“En esta ciudad no voy a encontrar el trabajo que sé hacer. Si insistes en que vivamos aquí no ganaré suficiente dinero. Me voy a sentir defraudado, como si no tuviera la oportunidad de demostrar lo que sé”.

Este señor describe exactamente lo que su esposa hizo, el motivo del problema. No hizo conjeturas sobre sus motivaciones ni se expresó mal de ella:

“Eres como tu mamá. Por eso quieres vivir aquí. Así, entre las dos me pueden controlar mejor. ¿Cuándo vas a madurar? Ya deja a tu mamita en paz.

Después de la descripción hecha por él, su esposa debe parafrasear aquello que hizo sentir mal a su esposo: “Si te obligo a vivir aquí, te vas a sentir rebajado en tu trabajo y lo vas a sentir injusto”.

Este intercambio no necesariamente produce una solución inmediata. Quizá, sea muy provechoso dar por terminada la sesión después de parafrasear el problema. Dele a la otra persona la oportunidad de pensar un poco al respecto. Ambos necesitan un poco de tiempo para pensar las cosas y elaborar posibles soluciones en el ejemplo que nos ocupa, el esposo podría disponer las cosas de tal manera que su esposa obtuviera parte de su sueldo antes de irse a Guadalajara; o bien, podría pedir un adelanto en su sueldo para que su esposa lo acompañara a buscar ese trabajo en Guadalajara.

Si las cosas no se resuelven, será conveniente arreglar una segunda sesión para volver a tratar ese asunto. Esta etapa del trato será examinada en la siguiente sección.

EL INTERCAMBIO DE PROPOSICIONES

El conflicto

Un conflicto surge cuando dos o más personas no se ponen de acuerdo en la manera de abordar un mismo asunto. Estos desacuerdos van acompañados, generalmente, de comentarios despectivos. *Una persona exige un cambio de inmediato; la otra no lo acepta*: Esto es lo que define a los 7 _____ . “Cállate, imbécil”, es una exigencia para que haya un 8 _____ de comportamiento inmediato. También, contiene el término negativo “idiota” que es 9 _____ para otra persona. El empleo de expresiones repulsivas hace contraatacar a la otra persona en vez de ceder.

Según nuestra definición, es preciso que intervengan 10 _____ personas para que haya un conflicto. Una, exige un cambio inmediato de comportamiento, es probable que las discusiones siguientes ocurran junto con afirmaciones despectivas de parte de ambos.

“Hazme el favor de levantar tu ropa. Todos los días tengo que levantarla yo, como si fuera tu mamá te portas como niño”. El, casi no levanta la vista del periódico. “Oye, trabajo ocho horas diarias, cinco días a la semana. Cuando vengo a casa quiero

descansar y no escuchar gritos. Eres como tu mamá -todo tiene que ser perfecto. Regaños, regaños todo el tiempo”. La señora responde en tono elevado. “No soy tu sirvienta,...”.

Esta señora está exigiendo que su marido cambie su comportamiento y, al mismo tiempo, está siendo punitiva con él. Al hacerlo así, es muy probable que su esposo le responda de la misma manera. En este ejemplo, tenemos el caso de dos personas que se 11_____ mutuamente, sin que ocurran los cambios deseables en su comportamiento. Después de un centenar de estos intercambios es muy probable que dos personas dejen de escucharse y de interactuar entre sí. *Cuando se castiga a una persona gritándole, regañándole o echándole en cara sus equivocaciones pasadas, se le estimula a que nos ataque en la misma forma.* En cualquier caso ambos se *estarán distanciando.*

Cualquiera de los dos lo intentará cientos de veces, pero cada vez que el diálogo es iniciado se apartará de su objetivo. En vez de idear un programa de cambio de comportamiento, se lastiman mutuamente. Cuando dos personas están discutiendo sobre un programa de cambio de comportamiento, el uso de 12_____ hará que ambos se 13_____ del tema principal de discusión. Después de varios meses de esfuerzos infructuosos, hay problemas acumulados que no hay lugar ni momento en que no estén discutiendo.

El trato

Elija un sitio y una hora para convenir. Procure que sea un lugar calmado y que sólo intervengan las personas involucradas. Al principio, las discusiones deberán ser breves, de diez a veinte minutos. Es conveniente establecer un límite máximo de media hora. Trate un solo problema en una sesión. Si hay un problema muy importante y urgente, quizá sea conveniente disponer una sesión regular diaria. En algunos casos, la sola presencia de una persona es motivo suficiente para reñir. Ir juntos, en el auto, a una fiesta, puede ser motivo para una discusión fuerte. Si éste es un problema, procure no discutir sus asuntos a otra hora del día. Si ocurre algún problema, diga simplemente. “Bueno, eso suena importante; vamos a tratarlo a las 4:00 de hoy”. Si los dos lo hacen así aprenderán a dejar de molestarse continuamente.

Después que haya elegido un 14_____ y una 15_____ regular para tratar sus asuntos, observe ciertas reglas o procedimientos. Cada persona acudirá a las sesiones acompañada únicamente de papel y lápiz. Cada quien observa y señala los comentarios negativos. Estos, incluyen discusiones sobre errores pasados, afirmaciones hirientes, intenciones de echarse la culpa del problema presente y amenazas. Si ustedes son “combatientes” con experiencia, notarán la cantidad de interacciones que contienen estas actuaciones negativas. Cuando éstas ocurran, el miembro ofendido lo señalará como una falta. Luego, lo anotará en su papel. Convengan, de antemano, cuántas de estas faltas son tolerables (p. ej., dos o tres). Cuando lleguen al límite, den por terminada la sesión de ese día. Es posible que, al hacerlo así, muchas reuniones terminen pronto. Puede usar castigos monetarios de

modo que cada falta le cueste una cierta cantidad al ejecutante. La víctima es la persona que siente haber sido castigada. Ella sabe cuándo ha sido lastimada. No permita justificaciones por parte de quien lo castigó. Así que eso es una falta; nadie lo pensaría pero basta con que la víctima manifieste que eso la lastimó, para considerarse como una falta.

El éxito en el diseño de los programas de cambio de comportamiento radica en que, en primer lugar, ambos se enseñan a no ser punitivos cuando tratan los cambios de comportamiento. Usted deberá ser capaz de tratar sus problemas familiares con “un mínimo de faltas”.

Intercambio de proposiciones

Cuando esté tratando problemas familiares, cada uno tome su turno para disponer de igual tiempo. No use su tiempo para recordar hechos pasados. Manténgase en el presente y *especifique los cambios deseables en el comportamiento de la otra persona*. Hable sólo del 16_____ y sea 17_____. Haga una lista de las conductas específicas de la otra persona que usted desea cambiar. Disponga de cinco a diez minutos para especificar un solo problema de conducta. Durante ese tiempo, la otra persona sólo escuchará. No hará ningún comentario u observación mientras el que habla especifica el problema que le molesta. Durante su descripción, también especificará una conducta positiva mostrada por la otra persona. Manténgase en el 18_____ sea específico, y describa en la sesión tanto la conducta positiva como la negativa. Sólo deberá tratarse 19_____ problema en una sesión.

Especificar significa hacer una 20_____ de las conductas de la otra persona que a usted le agradan y que desearía que 21_____. En el deseo: “Ojalá que mi esposa fuera una mejor ama de casa”, no está especificando una conducta. Para especificar, es preciso indicar claramente la conducta para que pueda ser observada y contada. La otra persona podrá ayudar preguntando: ¿“Qué significa ser una buena ama de casa”?

“Mira, la recámara debe estar hecha cuando yo regrese”. Su esposa se sienta y escribe algo en una libreta; se nota molesta pero no dice nada. “quiero que pongas en su lugar las cosas que dejaste en el baño”. En ella en ese momento azota su libreta en el piso y contesta: “Parte de esas cochinas son tuyas y de los niños”. “Bueno, Tere, eso fue una falta. Me atacaste y no me degaste terminar. Guárdalo para cuando te toque a ti. Me gusta cuando me sirves el café a la hora que estoy leyendo”.

Las conductas enlistadas por él fueron específicas y reales, la esposa hizo una lista semejante de las conductas desordenadas de su esposo, incluyendo las de dejar la ropa tirada en el piso, dejar los periódicos regados, y tener un mugrero en la cochera. Quizá, esto requiera de varias sesiones para especificarlo. Siempre habrá tiempo suficiente para hacerlo; conduzca sus sesiones calmadamente y en un tiempo breve. Si un problema se le dificulta, ocúpese de él nuevamente.

Cuando haya terminado de hacer sus listas podrá pasar a la etapa siguiente. Intercambie con su pareja los puntos que haya especificado en su lista. Al principiar con el punto número uno de la lista de su esposo. Tere estuvo de acuerdo en que no dejaría su ropa tirada en la recámara. Sin embargo, él deberá levantar del piso los periódicos cuando los tire. También, ella estuvo de acuerdo en levantar los trastos y ponerlos en su lugar si él, por su parte, pone en orden la cochera y tira toda la basura acumulada en ese lugar. Cuando se cuenta con una lista de conductas específicas, es sorprendente notar lo bien que se desarrolla el intercambio de propuestas.

Anote en un papel todas las listas y los intercambios. Los puntos tratados y los acuerdos se olvidan fácilmente, a pesar de las buenas intenciones. Eviten futuros desacuerdos: “yo dije...; No, lo que dijiste fue...”. Estos convenios son muy importantes y no deben quedar sólo en la memoria.

Antes de dar convenir sobre las conductas programadas para cambio, las acciones problemáticas deberán ser, como primer paso, 22_____y luego 23_____en un papel. Las buenas intenciones y el escribir las cosas en un papel no son suficientes para producir un cambio de conducta. La mayoría de las personas experimentan una breve luna de miel antes de establecer un convenio. Sin embargo, a pesar de los buenos deseos de Año Nuevo, hay vicios que vuelven a practicarse y las conductas desordenadas reaparecen. Por esta razón, el último paso del intercambio de proposiciones es fundamental ya que dispone la ocurrencia de consecuencias. Estas consecuencias reducen la posibilidad de resbalar y caer en vicios ya superados. Cada participación deberá especificar la sanción que se producirá al violarse alguna de las disposiciones convenidas. Tere y su esposo acordaron que cualquier artículo que se encontrara en el piso sería colocado en la “caja de los sábados”. Este procedimiento sugerido por el Dr. Lindsley, dispone que las cosas depositadas en la caja permanezcan ahí hasta el sábado. Ese día, se devuelven a su propietario. Las multas pueden consistir, también, en pérdidas económicas. En este caso, las cantidades serán especificadas de antemano y anotadas en papel.

Todos estamos cambiando constantemente. Es muy probable que dos o más personas que vivan juntas tengan, constantemente, la necesidad de convenir sobre cambios en el comportamiento de unos y otros. Un cambio en el comportamiento de uno de los miembros de la familia puede producir problemas para otros, lo cual obliga a rectificar el convenio. Cuando esto suceda sería conveniente que las parejas acordaran acelerar las conductas que ambos consideren convenientes. Por ejemplo, una persona podrá canjear una hora de lectura por un paseo con su esposa. ¿Por qué no convenir en conductas de “automejoría”, o de “crecimiento”?

Un ejemplo de programas de intercambio de proposiciones

Ana María y Leonardo forman una pareja joven y atractiva. Ambos están bien educados y poseen una formación profesional que les brinda una satisfacción adecuada. Ella, trabaja como secretaria y él, como comisionista de una empresa. Tienen dos niños que estudian la primaria. En los últimos meses los niños se han comportado bastante mal en la escuela y en la casa. Aunque la pareja sabe cómo manejar los problemas de sus hijos porque tomaron un curso de orientación familiar, varios meses después regresaron con el consejero familiar quejándose de tener problemas conyugales.

Según su descripción, la mayor parte del tiempo que están juntos propician discusiones inútiles, acentuándose los conflictos. En días pasados, Leonardo habló sobre la posibilidad de un divorcio. Sus conflictos giraban en torno al “trabajo de ella”, a “su frialdad”, a “sus regaños” y a “las preocupaciones económicas” de él. La pareja recibió alrededor de doce sesiones de entrenamiento en las que aprendieron a describir sus problemas sin atacarse, a convertir sobre e intercambio de proposiciones y sanciones, y a escribir convenios. Los detalles de estos procedimientos y los resultados fueron publicados en artículos especializados (Patterson y Cobb, 1971a; Patterson y Hops, 1972).

Así, la pareja escribió una serie de convenios que especificaban cambios profundos tanto en su comportamiento como en el de sus hijos. La preparación del primer contrato duró varias semanas de esfuerzo. Fue difícil para él especificar las conductas de su esposa que le agradaban y las que le disgustaban. Por ejemplo, él comenzó afirmando. “A veces es buena conmigo”. Después de muchas aclaraciones, concluyó admitiendo que le gustaba que ella platicaba con él sobre su trabajo y la familia. Por otro lado, cuando ella se sentaba a hablar de su trabajo y a arreglarse las uñas, él se sentía mal. Por su parte, ella fue muy clara al decir que le gustaba cuando él preparaba la cena, para la familia.

El contrato que aparece a continuación fue su primer esfuerzo y se preparó bajo estricta supervisión profesional.

CONVENIO No 1

Cambios que Ana María desea ver en Leonardo:

- 1. Hablar de dinero sólo una vez a la semana durante 15 minutos o menos.*
- 2. Regañar sólo una vez a l mes.*
- 3. No regañarla sobre su trabajo a menos que la rutina se altere.*
- 4. Si él viola estas disposiciones y regaña más de lo establecido, la sanción consistirá en comprarle un vestido nuevo.*

Cambios que Leonardo desea ver en Ana María.

- 1. Cualquier modificación en el horario destinado al trabajo será considera-do una falta. El horario actual es el siguiente: Lunes, 9-5:30; Martes, 5-9; Miércoles no trabaja: Si se quebranta el horario, le costará a Ana María \$ 60.00 de la asignación semanal.*
- 2. Cuando Leonardo pueda aportar \$ 200.00 al gasto familiar por mes, Ana María dejará de trabajar.*

.....
Ana María

.....
Leonardo

Durante unos días las cosas funcionaron bien. Leonardo no recurrió a los regaños y Anna María respetó su horario. Sin embargo, a la semana siguiente apreciaron varias faltas que les costó a ambos una buena cantidad de dinero. Cuando ocurrió el primer “regañó”, Ana María pensó que era inútil seguir el convenio ya que Leonardo no era muy importante para ella y que, quizá, era mejor olvidarlo. Sin embargo, se le instigó a que cobrara esa gratificación y a que admitiera que Leonardo cambiaría con el tiempo.

Leonardo y Ana María cobraron sus consecuencias de la semana siguiente y, gradualmente , sus conductas anotadas en el primer convento comenzaron a quedar bajo control. En este momento, se les animó nuevamente para incluir otras conductas novedosas. Después de su experiencia con el primer convenio. Fue más fácil, para ellos, especificar sus problemas en forma clara.

CONVENIO No 2

Especificaciones para Leonardo:

1. Leonardo acostumbra colgar su ropa en las sillas y tirarlas sobre el buró. Cada vez que esto ocurra pagará \$ 60.00.
2. Leonardo tira los periódicos al suelo cuando termina de leerlos. Cuando haga esto, barrerá el piso y/o lavará las ventanas durante 3 días.
3. Leonardo no pone en su lugar los utensilios de rasurar cada vez que los usa. Si los deja fuera, Ana María podrá escondérselos durante 3 días.

Especificaciones para Ana María.

1. Ana María no pone sus zapatos en su lugar después de quitárselos. Pagará la cantidad de \$60.00 por cada par de zapatos que no ponga en su lugar.
2. Ana María no lava los trastos de la cena. Cuando esto suceda lavará el automóvil por dentro y por fuera.
3. Ana María no mantiene aseado su baño. Leonardo podrá esconder, durante tres días, cualquier artículo que encuentre fuera de su lugar.

.....
Ana María

.....
Leonardo

Al reducirse la tasa de conflictos. Leonardo y Ana María comenzaron a tratar aspectos más generales de su matrimonio y de su familia. Cada relación tiene ciertos acuerdos implícitos que deben ser especificados y determinados. Como resultado de examinar su situación, encontraron la importancia de vivir separadamente y en familia. Por ejemplo, Leonardo ha tenido que renunciar a ciertas diversiones y a sus amigos. Por otro lado. Ana María ha tenido tanto trabajo que ha descuidado parcialmente los asuntos de su familia. Los acuerdos y proposiciones siguientes fueron establecidas, totalmente, por Leonardo y Ana María.

CONVENIO No 3

Dispondrán de más tiempo para asuntos individuales-Leonardo podrá ir a jugar fútbol, y Ana María conseguirá una niñera y podrá salir con sus amigas. Esto ocurrirá una sola vez por semana. Si alguna de las partes no aprovecha esta concesión. Si Leonardo decide hacer otra cosa en vez de jugar fútbol, estará en su derecho. La única restricción es que lo haga durante el día.

Pasarán más tiempo juntos: Por lo menos, tres viajes de fin de semana al año. Ana María se encargará de que los niños se queden al cuidado de alguien. Las dos partes convendrán la fecha para realizar estos viajes. Si, llegada esa fecha, alguno de los dos se rehusa a ir, sacrificará, a cambio, el tiempo acordado para atender asuntos individuales (mencionado en el párrafo 1). Un viaje planeado podrá cancelarse sólo cuando ambas partes lo decidan así.

Leonardo le permitió a Ana María que trabaje más horas siempre y cuando no trabaje más de dos noches a la semana ni los fines de semana. Sin embargo, podrá trabajar medio día los sábados, si así lo desea. Cada vez que ella viole su horario pagará la cantidad de \$60.00. Si Leonardo molesta a Ana María durante sus horas de trabajo, le pagará \$60.00 a ella.

.....
Ana María

.....
Leonardo

Después de esto, se registró una disminución en la tasa de los conflictos en el hogar. Ambos, pasaron más tiempo justos y con su familia. A la fecha de la publicación de este manual, la pareja no se ha divorciado. Además, ambos sienten que han producido cambios en sus comportamientos y que pueden resolver los problemas que ocurran en el futuro.

Ideas medulares del capítulo 9

Para que los adultos puedan promover cambios en su comportamiento, será necesario:

Disponer de un tiempo y un lugar para celebrar sesiones y tratar los problemas según vayan surgiendo.

En la sesión en la que traten los problemas:

La víctima siempre tiene la razón.

La víctima describe lo que la otra persona hizo, y la manera en que se sintió.

La otra persona parafraseará lo que escuche de la víctima.

El conflicto es una exigencia no aceptada para que alguien cambie inmediatamente su comportamiento.

Los comentarios o palabras ofensivas hacen que la otra persona responda de igual manera o produzcan desviaciones del tema principal.

Establezca un programa de intercambio de proposiciones:

Especifique las conductas que le agradan.

Intercambie las proposiciones hechas.

Anote en un papel todas las proposiciones y

Establezca las sanciones por violar el convenio.

1.refuercen 2. escuchar 3. cinco o diez 4. sintió 5. no 6. atacada
7. conflictos 8.cambio 9. desagradable 10. dos 11. castigan 12. castigos
13. aparte 14. sitio 15. hora 16. presente 17. específico
18. presente 19. un 20. lista 21. hiciera 22.especificadas 23.anotadas

10 PROBLEMA DE CONDUCTA EN LOS NIÑOS¹.

¿A su niño le gusta molestar?

Si usted tiene un niño de entre tres y seis años de edad que hace cualquiera de las cosas que se mencionan a continuación una vez cada hora, usted tiene un hijo problemático en su casa: arrebatada las cosas a los demás; empuja, pega. da de puntapiés. arroja objetos; pone apodosos a los demás, hace gestos groseros, interrumpe a los demás niños cuando están jugando; grita para pedir las cosas o para llamar a alguien. La mayoría de los niños hacen alguna de estas cosas una o dos veces al día

Cuando usted se proponga enseñar a su niño a dejar de molestar, compre una cajita de estrellas doradas, de papel engomado, y pegue una hoja de papel cuadriculado sobre su refrigerador. Escriba en el papel las conductas específicas molestas que su niño suele hacer. Elija sólo aquellas que haga una vez al día, o más. Luego, explíquele a su niño el programa.

“Hoy has estado gritando, peleando, y llorando. Mucho. Voy a enseñarte a que no lo hagas tan seguido. ¿Ves este papel? Cada vez que “des lata”, voy a notar una marca en uno de los cuadritos. Cada día es un cuadrito. Este es el de hoy. Si pasa una hora y no “das lata”, pondré una estrella en el cuadrito. ¿Cuántas estrellas crees que ganarás hoy?”

No regañe ni reprenda al niño si molesta. Simplemente, dígame; “Eso es molestar”. No discuta ni alegue con el niño. Sólo ponga una marca en el cuadro correspondiente a ese día y a esa hora. Señale cada marca en forma calmada y con voz moderada.

¹ *Agradezco especialmente a Matt Fleischman por haber probado este programa.

TABLA DE ESTRELAS DORADAS

Nombre _____

L	M	M	J	V	S	D

Una estrella dorada equivale a no dar lata durante una hora

Cuando haya transcurrido una hora sin que el niño haya molestado, dígame: “Hoy te has portado muy bien. No has molestado en esta hora. Qué buen muchacho eres. ¿Quieres ayudarme a colocar la estrella, o la colocas tú solo?” Déle la estrella aún cuando haya estado viendo TV, solo durante esa hora. Muéstrese entusiasmada.

Para chicos que molestan, el juego de la aprobación mediante estrellas es todo lo que necesitan. Para ellos, sus molestias disminuyen en un término de dos semanas y se mantienen en un nivel aceptable. Si usted continúa demostrándole lo feliz que se siente porque no molesta, el niño continuará comportándose así.

Sin embargo, para algunos niños se requiere un programa un poco más severo. Su comportamiento muestra *una mejoría transitoria y vuelve a ser como antes. En tales casos, es recomendable usar el T.F. usted deberá conocer bien este procedimiento antes de ponerlo en práctica (Cap. 8).

COMO ENSEÑAR A NIÑOS DE TRES AÑOS DE EDAD A IR AL BAÑO

Cuando el niño ha cumplido dos años o más de que aprenda a mantenerse seco. Para eso, usted tiene que enseñarlo. Por lo general, usted puede enseñarlo a hacer esto en dos o tres semanas.

Coloque su papel cuadriculado sobre la puerta del refrigerador. Compre dos calzoncitos de entrenamiento y una caja de estrellas doradas de papel, luego explíquelo al niño el programa.

“Voy ayudarte a que aprendas a estar seco. Cada vez que vayas al baño voy a colocar una estrella en este papel. También te daré una galletita. ¿Por qué no vas al baño ahorita mismo?”

Si el niño se resiste, no lo regañe, ni le grite. Si el niño va y hace algo, aunque sea un poquito, dígame: “Muy bien”. Muéstrese entusiasmada. “Ahora, vamos a poner una estrellita en el papel. Así. Ahora, ven, te daré una galletita”.

En la noche, a la hora de cenar, comente con su esposo el número de veces que el niño fue al baño solo. Los días que el niño se mantenga seco, anote una “S” grande sobre la columna de papel correspondiente a ese día. También, anúncielo a la hora de la cena.

Si su niño se olvida y moja los pantalones, tendrá que enjuagarlos inmediatamente en el baño y ponerlos a secar. Tenga a mano una esponja o un trapo para que el niño pueda limpiar lo que ensucie. Haga esto cada vez que el niño moje sus pantalones.

No lo regañe ni le grite. Manténgase calmada: “Oh, oh se te olvidó y mojaste tus pantalones. Vamos al baño y te enseñaré a lavarlos”.

Ponga un poco de agua en el lavadero: agregue jabón y talle un poco los pantalones. Deje que el niño continúe la tarea. Si derrama agua en el piso, enséñele a secar con la jerga. Enséñele a enjuagar sus pantalones y a ponerlos a secar. “Bueno, vamos a esperar a que se sequen porque sólo tienes un par seco”.

UN METODO SIMPLE PARA ENSEÑAR AL NIÑO A NO MOJAR LA CAMA^{2*}

Muchos padres de familia tienen, en casa, el problema del niño que moja la cama durante la noche. Algunos, logran enseñarle a que se mantengan secos. Otros, no

² *Agradezco a Elizabeth Steinboch su ayuda al probar la versión inicial de este programa.

logran hacerlo. Esta diferencia en la eficiencia radica de seguro en el tipo de programa usado por los padres. El programa que vamos a describir a continuación es muy sencillo y de muy fácil aplicación. Si no resulta eficaz, deberá ensayar otro diferente.

Se le explicará al niño el problema de mojar la cama : “Ahora que ya creciste, es tiempo de que aprendas a no mojar la cama en la noche. Apuesto a que quieres aprender a no hacerlo, ¿verdad? Así, no tendremos que lavar las sábanas todas las mañanas. Vamos a ayudarte a que aprendas a no mojar la cama, ¿quieres? ¿qué te gustará tener mientras aprendes? Puedes ganar algo todos los días”.

Haga usted una lista de reforzadores disponibles que le gusten al niño. Por ejemplo, una porción extra de postre. Una estrella dorada, unas estampitas, diez minutos de lectura de cuentos, etc. Luego explíquelo al niño que podrá obtener esos reforzadores al día siguiente si no se moja durante la noche. Durante la primera semana, los reforzadores se entregan diariamente; la segunda semana, cada tercer día; la tercera semana, cada tres o cuatro días y así sucesivamente hasta que ya no sea necesario. Coloque el papel cuadriculado en su lugar y pegue una estrella dorada por cada noche que la cama haya amanecido seca. Cuando el niño se mantenga seco, coméntelo durante la cena y haga todo lo posible por festejarlo.

Cuando el niño moje la cama, enséñelo a que cambie las sábanas y las lleve al lavadero. No lo sermonee, ni lo regañe. Al principio, su niño se mojará la mayoría de las noches, pero al cabo de unas semanas, eso sucederá ocasionalmente. Continúe con su programa hasta que haya mantenido seco durante varias semanas.

LOS BERRINCHES^{3*}

Sin duda, hay muchos hogares en los cuales habitan “niños berrinchudos”. El hecho de decirle a algunos niños que no pueden tomar o hacer algo origina. Con frecuencia, llantos, gritos, carreras, golpes y la ruptura de cosas. Esta escena puede durar desde un minuto hasta media hora con la siguiente molestia para los padres. Puede que haya días tranquilos, pero hay otros en que ocurren dos o tres berrinches. Los berrinches ocurren en todas partes: en el “super, en la calle, en la casa de un familiar, etc. Algunos niños parecen tener un sexto sentido y adivinar el sitio más embarazoso para realizar su escena. Por esto, los padres se vuelven impotentes para decirle “No” a su niño. Diariamente, obtenga sus registros de línea base (cap 5).

³ *Agradezco a Brian Danaher su ayuda al probar estos procedimientos en el campo.

La idea principal es que el niño capte que sus berrinches y llantos no volverán a darle resultado. Debido a que el procedimiento se basa, principalmente, en el TF, será conveniente que vuelva a leer el capítulo 8 antes de proceder, primero, platique con su niño. Ambos padres deberán estar presentes. Si uno de ellos no coopera, es probable que el programa no dé buenos resultados.

“Ya eres un niño mayorcito y como tal puedes hacer muchas cosas satisfactoriamente. Mira, hay algo que nos molesta a tu mamá y a mí. Parece que siempre que te decimos “no” te enfadas y comienzas a gritar y a llorar. Creo que puedes aprender a no hacerlo otra vez; te ayudaremos a practicar. Cada vez que hagas un berrinche, te daremos “tres minutos de T.F.” Enseguida, te irás a tu cuarto. Yo pondré el despertador y cuando hayan pasado los tres minutos el reloj sonará y podrás salir. ¿Entendiste?”.

Recuerde que el TF significa permanecer tres minutos, solo, en un cuarto desprovisto de reforzadores. La puerta del cuarto permanecerá cerrada. El niño deberá ser enviado al cuarto de TF cuando se inicie el berrinche. En caso de no obedecer pasará un tiempo mayor en TF. El reloj despertador servirá para indicar cuando haya transcurrido el tiempo obligatorio de TF. Nadie debe hablar con el niño mientras está en TF. Si al sonar la alarma el niño continúa haciendo su berrinche, se volverá a poner un minuto más en el reloj para que el niño lo pase en TF esto se hará tantas veces como sea necesario hasta que el niño esté calmado cuando suene el reloj. El niño deberá limpiar cualquier cosa que ensucie mientras estuvo en TF.

También, es útil usar el sistema de las estrellas doradas y otorgarle una al niño cada vez que obedezca. Si usted dice “No”. y el niño no responde con un berrinche, Le dirá “Mira, te dije “No”, y te portaste como un niño grandecito. Eso me gustó mucho; vamos a poner una estrella en tu hoja”. Al finalizar la segunda o tercera semana, los berrinches deberán disminuir a la mitad. Si no, consulte con un Psicólogo especialista.

NIÑOS QUE DESPIERTAN A MEDIA NOCHE

A muchos padres de familia les gusta que, ocasionalmente, sus niños acudan a ellos a media noche para pedirles dormir con ellos. Claro, esto no es un problema de conducta. Sin embargo, el problema surge cuando los padres estiman que es tiempo de que el niño aprenda a dormir solo. El procedimiento siguiente es eficaz para resolver esta situación y constituye un buen ejemplo de la simplicidad de algunos problemas de aprendizaje social.

Asegúrese de que ambos padres desean tener privacidad, luego, ambos explicarán el programa al niño. “Beto, y eres un muchacho grande y debes aprender a dormir en tu cama solo. Si vuelves a venir a nuestra cama, te vamos a llevar a la tuya nuevamente. Si permaneces en tu cama toda la noche, uno de nosotros te contará un cuento cuando despiertes. ¿Bien? Si vienes a nuestra cama en la noche no te contaremos cuentos”.

Si su niño llora cuando usted lo devuelve a su cama, no le presten atención y déjelo que llore. Después de tres o cuatro intentos infructuosos, el niño aprenderá a permanecer en su propia cama.

LLORIQUEOS

La mayoría de los niños lloriquean una o dos veces al día para llamar la atención, cuando se lastiman levemente, o cuando sus papás salen a la calle, sin embargo, si un niño lloriquea cada hora o más podrá catalogarse como un problema de conducta. Si desea enseñar a su niño o no lloriquear más, deberá demostrarle que sus lloriqueos ya no dan el mismo resultado. Para conseguirlo, usted debe cambiar la forma en que responde, usualmente, cuando el niño lloriquea.

Compre una caja de estrellas doradas y pegue una hoja cuadriculada en la puerta de su refrigerador. Explíquelo a su niño el programa. “Eres un niño mayorcito y ya eres capaz de hacer muchas cosas. Hay un problema que me molesta y es que lloriqueas mucho en el día. Voy a ayudarte a que aprendas a no hacerlo tan a menudo. ¿Ves este papel? Cada vez que lloriquees pondré una marca en el cuadrito. Cada cuadrito es un día. Este es el de hoy. Por cada hora que no llores colocaré una estrellita en el cuadrito. ¿Cuántas estrellas crees que ganarás hoy?”

Si su niño no ha llorado durante una hora, dígame, “Hoy te has portado muy bien, no has lloriqueado durante esta hora. Ya veo que eres un niño grandecito. Vamos, pondremos una estrella en la hoja de papel”. Deje al niño una estrella aun cuando usted no haya estado cerca de él durante esa hora. Muéstrese entusiasmada. Déle al niño su aprobación. Béselo y dígame: “Qué buen niño eres”.

Cada vez que el niño lloriquee, dígame: “Bueno, tres minutos de TF. Explíquelo, anticipadamente, lo que significa TF. recuerde TF significa tres minutos solo en una habitación poco atractiva con la puerta cerrada. Bajo ninguna circunstancia nadie hablará con el niño durante el TF. Con la ayuda de un reloj despertador, indíquelo al niño durante TF. Con la ayuda de un reloj despertador, indíquelo al niño cuando el TF haya terminado.

Si el niño no obedece la petición de irse a TF, se le dirá que pasará un minuto extra ahí por no obedecer. Si el niño está haciendo mucho ruido cuando el reloj suene, añada un minuto más para que el niño lo pase en TF. Haga esto cada vez que el timbre suene y el niño esté haciendo ruidos fuertes. También, el niño limpiará el cuarto, si lo ensucia.

Después de una o dos semanas, quizá no sea necesario usar las estrellas con tanta frecuencia. A esta altura, permita que el chico cambie sus estrellas por

permanecer un tiempo extra viendo la TV por ejemplo. La tasa de lloriqueos deberá disminuir, por lo menos, a la mitad después de dos o tres semanas de tratamiento.

“NO QUIERO IRME A ACOSTAR”

Usted acuesta al niño en la cama, lo besa, se despide de él y ¿qué pasa? Cinco minutos después, escucha unos pasos y una vocecita. . . Si esto ocurre todas las noches, quizá esté interesada en cualquier este mal hábito.

Comience explicándole al niño su programa después que lo haya acostado. “Acabas de ir a la cocina a beber un vaso de agua. ¿Quieres algo más? Bien, ahora, quiero que te quedes en tu cama. Si te levantas, permanecerás en TF durante tres minutos. Si no te levantas, tú y yo haremos algo especial mañana en la noche. voy a leerte un cuento que acabo de comprarte. Pero, si te levantas, irás tres minutos al TF y no te contaré ese cuento.”

Si el niño permanece acostado y acude a usted, asegúrese de que esté bien e ignore todo lo demás. Si se baja de su cama, use TF. No le dé sermones. La primera vez que ocurra, tómelo de la mano y llévelo al cuarto de TF. “Tiempo fuera” significa que te quedarás ahí durante tres minutos. Cuando oigas el despertador podrás salir. “Ponga el despertador para que el niño pueda escuchar cuando timbre. Bajo ninguna circunstancia, nadie podrá hablarle al niño durante el TF. Si el niño está haciendo mucho ruido en el cuarto de TF, mueva las manecillas de despertar para que el sonido de la alarma se demore un minuto más “Tus gritos significan un minuta más ahí”. El niño deberá limpiar cualquier cosa que ensucie durante el TF.

A la noche siguiente, dele al niño un aviso: “Queda media hora para que te vayas a dormir. Es mejor que levantes tus cosas y las pongas en su lugar”. Si la noche anterior el niño permaneció en su cama. Y, quizá. Estuvo llorando, dígame. “Anoche te quedaste en tu cama sin bajarte. Hoy nos toca contar el cuento. ¿Ya estás listo?”.

Si el niño no permaneció en su cama la noche anterior, dígame: “Hoy no contamos cuentos”. ¿Crees que esta noche sí te quedarás acostado?” No lo regañe.

Al cabo de dos o tres semanas, su programa deberá haber logrado que su niño permanezca en su cama casi todas las noches.

Si el problema de su niño no es muy severo, es posible que usted haya podido disminuirlo a la mitad con el uso de los procedimientos descritos en este capítulo. La combinación de estrellas doradas y TF, en la corrección de muchos de estos

problemas, deberá producirle resultados positivos dentro de las primeras dos semanas. Si no, es conveniente que recurra a los servicios de un psicólogo especialista.

Si usted aplica los procedimientos sugeridos en este capítulo, encontrará que dentro de una semana o dos su niño pierde el interés en las estrellas doradas. En este momento, será conveniente convenir con el niño sobre la posibilidad de poder canjearlas por algún reforzador de apoyo. Por ejemplo, un determinado número de estrellas podría ser canjeado por un boleto para los juegos mecánicos. Para mayor información, consulte la sección II de este manual.

Ideas medulares del capítulo 10

Elija las conductas específicas que se propone corregir.

Explíquelo a su niño el programa.

No regañe ni grite.

No discuta ni alegue.

Ambos padres participarán en el programa.

Si el programa que le recomendamos no da resultado, consulte a un psicólogo especialista.

SECCIÓN 4 ALGUNAS APLICACIONES PARA CORREGIR PROBLEMAS COMPLEJOS

En esta sección se tratarán, paso a paso, las aplicaciones de los procedimientos de aprendizaje social para corregir problemas de conducta complejos. En su primer capítulo se ofrecen algunos procedimientos que han sido eficaces para re-educar a niños y niñas que efectúan pequeños robos. El segundo capítulo, detalla programas para la corrección de niños agresivos. Mis colaboradores y yo, comenzamos a estudiar estos problemas de conducta en el año de 1965, bajo los auspicios de la Sección de Crimen y Delincuencia de los Estados Unidos. El hecho de que esta institución nos haya apoyado económicamente, no significa, en modo alguno, que apruebe el material de esta sección. Sin embargo, si es una muestra de su preocupación, y de la nuestra, para desarrollar procedimientos que pueden ser útiles con los niños con problemas de conducta. Los estudios de seguimiento revelan que estos niños continuaron teniendo ciertos problemas de desajuste cuando fueron adultos (Robines, 1966). Estos problemas se refieren a las relaciones sociales y del trabajo.

El material de esta sección describe los pasos que deben seguir los padres que esta sección describe los pasos que deben seguir los padres que están bajo la supervisión de psicólogos profesionales. Los esfuerzos por educar a los padres de niños sumamente agresivos. Han originado la publicación de varios artículos especializados (Patterson, 1969; Patterson, Cobb, y Ray, 1971, 1973; Patterson, Ray, y Shaw, 1968), nuestro trabajo consistió en efectuar observaciones intensivas en los hogares de estas familias. Estos datos proporcionan la base para comprender el proceso por el cual los niños y las familias caen en estos malos hábitos la fecha, se han publicado numerosos análisis de estos datos (Patterson, Littman y Bricker, 1967; Patterson y Reid, 1970), y los trabajos continúan publicándose en la actualidad. Sin embargo, solo se han publicado un trabajo sobre nuestras experiencias con niños acostumbrados a robar cosas (Phillips y Wolf, 1968).

Mi libro anterior *Aprenda a convivir con los niños*, contiene capítulos que describen procedimientos para reeducar a niños temerosos, inmaduros, y retraídos. Desde la publicación de dicho libro, solo hemos efectuado algunos estudios de investigaciones clínicas. Por esta razón, en este libro no hicimos nada por añadir algo sobre estos problemas. Quienes se sintieren en estos problemas podrán consultar mi libro anterior.

Los capítulos 11 y 12 serán muy útiles para los papas que tengan niños agresivos o niños que les gusta hurtar cosas. La lectura de estos capítulos es obligatorio para los padres que existen al Centro Familiar del Instituto de Investigaciones de Oregon. La preparación de estos capítulos se hizo pensando en los padres que tienen hijos agresivos o que roban cosas. También, se diseñaron para enseñar a los padres a que desempeñan el papel de colegas en el proceso de tratamiento. Sin embargo, estos capítulos también describen ejemplos sobre la planeación y la realización de los programas. Los detalles de los pasos involucrados y la continuidad general de los

programas usados, cebara proporcionar a todos los padres una visión detallada de la forma en que se diseñan y realicen los programas de corrección del comportamiento.

11 NIÑOS QUE ACOSTUMBRAN HURTAR

Aun cuando los tratemos bien, no falta el día en que robe algo.
No es un mal niño; sólo le gusta tomar las cosas.
Es un niño consentido.

No hay duda de que todos nosotros, sin excepción, en una ocasión u otra hemos hurtado algo. Tomar algo que le pertenece a otra persona, sin primero pedírselo, es parte de las cosas que hacen los niños de dos o tres años de edad. A la edad de cinco o seis años, la mayoría de los niños ha aprendido a no robar cosas y sólo menos del uno por ciento de ellos continúa robando cosas con ciertas frecuencias (Morris, 1956). Con la finalidad de examinar el problema, digamos que un niño que roba cosas más de una vez al mes constituye un problema. Desde luego, los padres estimarán sus propios estándares al respecto. Sin embargo, si un niño está robando, aunque sea cosas pequeñas, con dicha frecuencia su conducta llamará la atención de los demás. Cuando ocurre esto, el niño es catalogado como desviado y sus maestros y amigos comienzan a señalarlo.

Robar, mentir y vagar.

Nuestras investigaciones nos han señalado que hay una cierta relación entre agresivo y hurtar. Si un niño muestra una de estas características, muy probablemente tenga la otra. Los problemas que casi siempre acompañan a la conducta de robar son: decir mentiras y vagar

Los tres problemas que parecen ir de la mano son: 1_____, 2_____, _____ y 3_____. Es fácil apreciar por qué estos problemas van juntos. Cuando un papá comienza a darse cuenta de que su niño roba cosas, lo interrogará cada vez que falte algo. Hay muchas familias que confrontan estas escenas intercambiables. En cada caso, el niño recurre al engaño. La mayoría de los niños con los que hemos trabajado, han sido muy hábiles para mentir a sus padres descaradamente.

Nuestra sociedad es, en cierto sentido, la culpable de la trampa en la que caen los padres. Cuando nos referimos a los rateros adultos, decimos que "son inocentes hasta que se demuestre lo contrario". En muchos casos, los niños roban sin que haya testigos presenciales. La desaparición de una pluma atónica de un escritorio y su aparición en el bolsillo de un niño es un hecho misterioso, por decir algo. Nadie vio cuando voló de un sitio al otro: por lo tanto, no es posible probar nada. De hecho, podría ser, como él asegura, que una amiguita suya la tomó y luego la puso ahí. ¿Cómo iba a saber él que ella lo había robado?

Todo parece posible y muchos padres se ven confundidos. Muchas veces saben que el niño hurtó algo, pero no puede probarlo. El hecho de que el niño se convierta en un experto mentiroso, dificulta más el problema. Por lo tanto, el primer paso para cambiar la conducta consistiría en cambiar las reglas: redefinir lo que significa hurtar.

Durante dos semanas, cuente cada objeto que sea “robado”. Cada vez que el niño diga “que se encontró algo”, anótelo y cuéntelo como un robo. Una vez, encontramos a un niño que dijo haberse encontrado dos radios de transistores en una semana. Todo aquello que, según él, se lo regalaron, contará como un robo. Si la maestra le reporta que “desapareció” el dinero del escritorio, anótelo como un 4_____. Aun si usted “siente” que le falta dinero en su bolso, cuéntelo como un “robo”. Si desaparecen las galletas u oros bocadillos, a pesar de la advertencia de “no tocar”, anótelo también en su lista de robos. De este modo, usted no tiene que 5_____ que su niño robó algo. Le corresponderá a él aprender a mantenerse alejado de las situaciones que parezcan sospechosas y de momento, no será necesario probar los robos. Es cierto que, en ocasiones los padres castigan a los niños por algo que no hicieron. Aunque esta injusticia temporal, ofenda su sensibilidad, es necesaria para las pocas semanas que durará el entretenimiento y su niño aprenda a no robar más.

El tercer componente, vagar, significa que muchos niños ladrones disponen de mucho tiempo en que no son supervisados por sus padres. Estos niños son los que no van directamente de la escuela a casa. Algunos, vagan por los patios de la escuela durante el recreo y, luego, “se les olvida” regresar. Asimismo, desaparecen después de la cena y regresan más tarde. El ladrón con experiencia usa estos momentos de falta de supervisión para explorar cosas como tiendas, casas, y automóviles. A menudo, realizan estas correrías en a compañía de otros amigos a los que también les gusta robar. Los niños llegan a decir que son libres de usar su tiempo como mejor les plazca. Si los interrogamos sobre sus actividades durante esas horas, responde con mentiras y nos “dan jaque mate”. A medida que la presencia de los amigos refuerza sus expediciones, pronto se repiten y se vuelven más duraderas. Esto, da como resultado un incremento en la manera de quejas y acusaciones de los vecinos, los tenderos, y, finalmente, la policía. Aunque los padres saben que sus hijos son ladrones. Debido a que nuestra sociedad tiene mucho interés en la conservación de las pertenencias, surge la idea de recluir a estos muchachos en algún sitio.

Es cierto que los niños mayores deben tener cierta libertad para explorar su medio y su ciudad. Sin embargo, también es razonable admitir que el chico debe informar a sus padres a dónde irá y a qué hora regresará. Los niños que hurtan, generalmente no han aprendido a hacer ninguna de estas cosas. Por esta razón, acostumbramos llamar con el nombre de 6_____ al tiempo que pasa el niño su supervisión.

Programa para corregir la conducta de robar

El programa de tratamiento más eficaz para este tipo de niños (Phillips y Wolf, 1968) consiste en un sistema de puntos que abarca las tres conductas en cuestión: mentir, vagar y robar. Si también hay problemas de agresión asociados, se incluyen dentro del programa. En primer término, es importante infórmale al chico que las reglas serán modificada.

“Angel, vamos a ayudarte para que no vuelvas a tomar las cosas ajenas. De ahora en adelante, cada vez que tomes algo ajeno te costará una hora de trabajo que harás ese mismo día. Si alguien llama y dice creer que robaste algo, te costará una hora. Si te encuentras algo en la escuela no lo traigas a la casa porque te contará como un robo. Lo mismo para las cosas que te regalen; no las aceptes. Cualquier cosa que “desaparezca” de la casa la consideraremos robada. Tú decidirás si te abstienes de tomar cosas ajenas”.

Al principio, muchos padres de familia se muestran indecisos para adoptar estas medidas. Sostienen que, quizá, los hermanos del niño y sus amigos lo podrán acusar de supuestos robos sólo para meterlo en problemas. Esto suena razonable. Sin embargo, nada ocurrió con las treinta familias con las que probamos este procedimiento. Es interesante advertir que sólo unos cuantos niños sienten que el programa es injusto después de dos o tres semanas.

Suponiendo que no haya problemas en la escuela, ni agresiones, la forma que aparece a continuación ilustra un convenio para corregir el problema que nos ocupa. Esta familia fue usada con el niño de nombre Ángel.

Los primeros cinco días de observación y de recolección de datos, los padres procedieron sin que el chico tuviera algunos días buenos y otros malos. Al día siguiente de introducido el programa (sábado), Ángel ganó cuatro puntos por no robar y dos puntos por no mentir. Sin embargo, llegó tarde a su casa (media hora) por lo que perdió cuatro puntos por vagar y tuvo que pasar cinco minutos en TF. Todo lo anterior le proporcionó un total de seis puntos y tuvo que irse a costar media hora antes de la hora acostumbrada.

Nombre: <u>Angel</u>									
Conducta (puntos posibles) L M M J V S D L									
No robar (4)		4	0	0	4	0	4	4	0
No mentir (2)		2	0	2	0	2	2	0	0
No vagar (4)		4	4	0	4	0	0	0	4
Total		10	4	2	8	2	6	4	4
<p>Consecuencias: 10 pts. Postre y puede acostarse a las 10. _____</p> <p>8 pts. Puede acostarse a las 8:30 _____</p> <p>6 pts. Puede acostarse a las 8:00 _____</p> <p>4 pts. Debe acostarse a las 7:30 _____</p> <p>2 pts. Debe lavar platos y acostarse a las 7:30 _____</p> <p>0 pts. Se acuesta a las 7:30 y lava trastes 2 días _____</p> <p>TF por vagar; 1 hora tarea dom. por robar _____</p>									

Durante la plática en que todos convinieron sobre el programa, el chico estuvo de acuerdo en que perdería puntos por vagar si no se reportaba de la escuela a tiempo y si no le informaba a su mamá a dónde iba y a qué hora iba a regresar. Si los papás decidían supervisar al chico y encontraban que no estaba en el sitio supuesto, perdería puntos por mentir.

Al tercer día del programa (lunes), la maestra de Angel llamó a casa de éste para informar a los padres que había desaparecido dinero de su bolso. Ese día, Angel invitó a varios de sus amigos paletas y dulces. Luego, negó que les hubiera comprado nada. Por lo tanto, perdió puntos por hurtar y por mentir. En la noche, tuvo que hacer tareas domésticas y acostarse a las 7:30.

Durante las semanas siguientes, el convenio fue cambiado varias veces. Los papás le añadieron “Cumplir con sus obligaciones domésticas”(2);” Hacer la tarea”(2), y redujeron el número de puntos por “ No robar”(3), “No mentir”(1), y “No vagar”(2). A la semana, el chico lograba acumular alrededor de setenta puntos, que era el requisito para recibir su asignación semanal.

Después de varios episodios de vagancia y robo, el chico dejó, finalmente, de hacer estas cosas. Durante el estudio de seguimiento, pudimos comprobar que los padres han dejado de usar el sistema de puntos. Sin embargo, el chico debe cumplir con sus

obligaciones domésticas y mantener su cuarto limpio para poder recibir su asignación dominical. Cada mes, o dos, el niño llega tarde a su casa lo cual pronto lo convierte en un “hacendoso muchachito”. Como cualquier otro niño, Angel sólo necesita saber que las reglas continúan vigentes.

Ideas medulares del capítulo 11

Robar, mentir, y vagar, son problemas que van de la mano.

No trate de probar que el niño roba cosas.

Use el sistema de puntos para cada problema.

1.robar

2.mentir

3. Vagar

4.robo 5.probar

6.vagancia

12 NIÑOS AGRESIVOS

Nadie sabe cuándo va a explotar.
Es un niño que constantemente esta alborotando. No es posible obligarlo a que haga ciertas cosas. Es terco, como su padre.
Actúa como si nadie lo quisiera. Tiene un temperamento terrible.

Que significa la frase "niño agresivo"? Muchos niños pegan, molestan y, en algunos casos, rehúsan obedecer a los adultos. La verdad es que el niño agresivo agrada como la mayoría de los niños, solo que con mayor frecuencia por lo cual su comportamiento no es aceptable. La mayoría de los niños no pegan con tanta frecuencia, lo hacen aproximadamente una vez al día; tampoco molestan cada hora. Obedecen la mayoría de las órdenes de sus papas. *Golpear, desobedecer, y "loquear", son conductas que manifiesta la mayoría de los niños; sin embargo, el niño agresivo hace esto con mayor* ¹

El niño agresivo molesta a su hermano menor, le pega, y le grita en muchos lugares lo cual confunde a sus padres. "No sabe lo que hará". Puede ser que reviente en cólera en un sitio en que ha estado tranquilo, tal como un cumpleaños o una tienda. Quizá, también acostumbre molestar a su hermanita y no obedecer en presencia de visitas. El niño agresivo manifiesta una mayor tasa de conductas en diversos ² sitios que los demás niños.

El niño agresivo de la familia

Cuando en un hogar se registra este tipo de comportamiento, es indudable que se producen cambios en el sistema, familiar total. Los hermanos y hermanas van entrando en la práctica de gritar, molestar y pegar con más frecuencia. Los niños, y los padres, acostumbran pensar que el niño agresivo es "malo", y este pronto comienza a creerlo así. Cuando se le pregunta por qué hace esto, no es capaz de dar una explicación. Por lo general, afirma que los demás lo obligan a actuar así. "Me estaban molestando, por eso les pegue".

Si surge una crisis, o desaparece una situación placentera, o se le impide obtener una gratificación, este niño responde atacando. Con estos niños, es difícil establecer relaciones más íntimas. En la escuela, sus compañeros lo evitan; socialmente, es rechazado (Moore, 1967). Además de pegarles a los demás, estos niños no acostumbran reforzar a sus amigos ni a los adultos. Por eso, es difícil que este tipo de niños lleguen a satisfacer. Es paradójico que, a pesar de su habilidad para alterar toda la casa o el salón de clase, estos niños no se sienten seguros de sí mismos. Enseñan a los demás a repudiarlos.

Sus constantes ataques crean un ambiente desagradable en torno a ellos. También, generan una situación en la que tanto sus padres como sus hermanos cambian su comportamiento. Sus hermanos y hermanas disponen, por su conducta, de un modelo para molestar, pelear, y desobedecer. Además, son puestos en una situación de aprendizaje en la que deben aprender a responder

con la misma moneda. Un ataque incrementa la probabilidad de que, en el futuro, la víctima responda de igual forma (Patterson y Reid, 1970). Si el hermano mayor molesta y le pega a su hermanita, ella aprenderá a devolver el ataque en alguna forma similar. Así esas *dos* personas se están comportando de una manera que altera a toda la casa. A' menos que los padres encuentren alguna forma de manejar los ataques del niño agresivo, los demás niños de la familia inventarán la forma de tomar venganza. Los ataques engendran más ³ _____ El niño agresivo responderá a estos ataques con contra-ataques lo cual se convertirá en una escalada de conflictos en el hogar.

Los miembros adultos de la familia también son orillados a participar en esta escalada de agresiones. Aun cuando acostumbren pensar que es bueno que los niños aprendan a pelear y a molestar, pronto encuentran que el nivel de las peleas excede un margen tolerable. Cuando los niños incrementan sus ataques y contra-ataques, los padres recurren a los gritos, los regaños, y los golpes. Todo esto, suprime temporalmente el conflicto. Esta breve interrupción del caos, ⁴ _____ a los padres por usar gritos, regaños y golpes. Así, llegamos a situación en la que, el comportamiento de un elemento (el niño agresivo) establece una cadena de reacciones que finalmente involucra a todos los miembros de la familia. La familia es un sistema social en el que una persona influye sobre lo que los demás miembros hacen.

A medida que otros miembros de la familia son arrastrados al conflicto, incrementándose el uso de castigos, es probable que comiencen a desarrollar sentimientos negativos. Esto disminuye la posibilidad de que usen reforzamientos positivos entre sí, ya que recíprocamente se hacen la vida difícil. Esto significa que el único recurso disponible para estas familias es el empleo de procedimientos dolorosos para controlar la conducta de unos y otros. Al final de esta escalada de agresiones, es poco el cariño que sienten entre sí.

La conducta agresiva es aprendida

Los reforzamientos de la conducta agresiva no son las aprobaciones sociales, los puntos, o el cariño. Una persona acostumbra dar golpes porque esto "le da resultado" para suprimir situaciones repulsivas. Este proceso es el mismo que fortalece a los padres para gritar, regañar y pegar. Las molestias que causa una niña son un ejemplo de estímulo ⁵ _____. Su hermanito ha aprendido que si le pega ⁶ _____ sus molestias. La conducta que aquí se fortalece es la de ⁷ _____. Esto incrementa la probabilidad de que e1 vuelva a pegar en el futuro. El niño aprende que pegar "da resultado para dar por terminado una serie de situaciones molestas. Una familia solo necesita que el agresor sea reforzado para que se produzca un incremento en las agresiones familiares. Ese mismo niño aprende, también, que un berrinche es un recurso eficaz para enseñar a los padres a que no le pidan cosas indeseables para él.

¿Porqué unas familias tienen niños agresivos y otras no? Aunque hay factores genéticos que determinan ciertas diferencias fisiológicas en los niños, a la fecha no hay estudios científicos que demuestren que esas causas producen las diferencias

en la agresividad de los niños. Por otra parte, se ha podido demostrar que es posible enseñar a muchos niños agresivos a que cambien su conducta. Entre ellos, figuran niños retardados, niños con daño cerebral, adolescentes, y aun niños autistas.

Los niños agresivos no son, necesariamente, "niños malos", "estúpidos", ni "enfermos mentales". Los padres de estos niños han sido eficaces educando a sus hermanos no agresivos. Sin embargo, los papas de estos niños agresivos tienen algo en común: no hacen que experimenten consecuencias consistentes cuando pegan o desobedecen. En algunos casos, los castigan cuando pegan o cuando desobedecen. Sin embargo, esas conductas reciben más reforzamientos que castigos. Algunos padres son informados que tienen un niño retardado, con daño cerebral, o emocionalmente perturbado y, en consecuencia, también tiene una estructura "defectuosa". Algunos niños han sido criados por niñeras o por abuelitos que han descuidado administrar consecuencias adecuadas para las conductas desviadas. Otras veces, los papas de estos niños por estar tan ocupados en otros asuntos han descuidado este aspecto educativo. El común denominador en todos estos casos es que este tipo de padres no se han ocupado de observar las conductas de golpear, molestar y desobedecer, ni les han proporcionado una 8 _____ apropiada cuando ocurren.

Una vez más, debemos subrayar que estos niños no son 9 _____ por naturaleza. Lo que pasa es que han sido enseñados a pegar por los miembros de su propia 10 _____. Todos los papás pueden caer, accidentalmente, en el error de producir este tipo de enseñanzas. A pesar de todo, lo más importante es que la familia puede re-entrenar al niño a 11 _____ la frecuencia de sus conductas de golpear, molestar, y desobedecer.

Esto no significa que el niño deba aprender a no pegar jamás. Dentro de nuestra sociedad, es conveniente que un niño aprenda a defenderse cuando es atacado. El objetivo es enseñarlo a golpear sólo en ciertas situaciones.

DESCRIPCION Y CAMBIO DE LA DESOBEDIENCIA

Cada niño agresivo parece haber aprendido alguna variedad de conducta agresiva. Algunos, golpean sólo a los menores; otros, golpean a cualquier persona, incluyendo a sus padres, molestan, se "van de pinta", hurtan cosas, y encienden fuegos. Algunos son hiperactivos, mientras que otros son callados y retraídos. Cada niño agresivo es un caso único, y corresponde a su familia describir los problemas específicos que definen las conductas agresivas del niño,

Con este tipo de niños, es recomendable principiar con una conducta problemática a la vez. Además, no comience con la conducta que más le molesta. Es mejor que comience practicando con conductas problemáticas simples. Asimismo, elija una conducta cuya frecuencia sea elevada, como de una vez cada hora. Al aprender a manejar estos problemas sencillos, usted estará ejercitando las habilidades básicas necesarias para corregir problemas de agresión más serios. Las rebeldías son un buen

motivo para practicar su programa inicial. Desobedecer significa que los papás ordenen algo al niño y éste no lo haga. La mayoría de los niños agresivos son muy desobedientes.

DEFINA LA DESOBEDIENCIA

Cada niño tiene su personal forma de operar. Por eso, usted observará a su niño durante uno o dos días para captar su técnica de desobediencia. Por ejemplo, podrá tratarse de un 'explosivo instantáneo'. Si se le pide que tire la basura, responde con gritos diciendo que no le toca a él. ¿Cuándo lo hará su hermana? Los demás siempre están "sobre él".

Podrá tratarse de un 'niño-remolque'. Es el caso del niño que responde dulcemente: "Ahorita, mamá". Sin embargo, pasa el tiempo y el niño no obedece hasta que su mamá tiene que "arrostrarlo" de los pies y llevarlo hasta donde está la basura. A menos que su mamá lo impulse, el niño simplemente "olvida" hacer las cosas. Puede tratarse de chicos que requieran de tres, cuatro y hasta ocho regaños. Todo depende de lo bien que hayan entrenado a sus padres. Un niño hábil puede hacer que sus papás lo regañen diez veces y sólo obedecer en una ocasión. Por eso, sus papás encuentran más sencillo hacer ellos mismos las cosas en vez de regañarlo.

La solicitud deberá enunciarse específicamente: " es necesario que tires la basura ahorita mismo". Especifique el 12 _____ que tiene para obedecer. Si el niño no responde en el tiempo especificado, no estará obedeciendo. Si el niño está ocupado en alguna actividad, dele tiempo para que se desocupe. "Cuando ter mine ese programa de TV, me harás el favor de tirar la basura". En algunos casos, claro, no podrá haber ninguna espera: "Dejen de pelear ahora mismo". Si siguen peleando, están desobedeciendo.

Si la conducta que usted está observando ocurre con mucha frecuencia (dos o más veces por hora), podrá elegir una o dos horas al día para contarla. Durante ese tiempo, usted y su esposo le pedirán varias cosas al niño. Si desobedece sólo de vez en cuando, usted destinará todo el día para hacer sus anotaciones 13 _____ padres deberán participar en este conteo. Muchos papás acostumbran "dejarle las cosas a la mamá". No permita qué' ocurra esto. El programa no será igualmente eficaz si ambos padres no participan en él.

Tome una de las tarjetas de datos que aparecen en el apéndice de este manual y péguela en la puerta de su refrigerador. Identifique la conducta específica que corresponda a la desobediencia de su niño.

HOJA DE DATOS			
Nombre: <u>Lalo</u>			
Conducta: <u>Desobediencia: Siente, no hace lo que se le ordena.</u>			
Día	Número de conductas	Intervalo de tiempo	Tasa
Lun	III 11	3:30 - 4:30	7/hr
Mar	1	3:30 - 4:30	1/hr
Mier	III	3:30 - 4:20	6/hr
Jue	III III	3:30 - 4:30	8/hr
Vier	III 1	3:30 - 4:10	9/hr

Calcule la frecuencia en horas o minutos. En cualquier caso, Ernesto, el niño del ejemplo anterior, está mostrando, muchas desobediencias. Los papás deberán obtener una línea-base de por lo menos 14 _____ días de obtener datos para contar con un punto de partida firme. A pesar de su entusiasmo por 'poner en marcha el programa', no acorte esta fase.

Refuerce las obediencias

Eduardo era un niño de diez años de edad y un experimentado "monstruo". No sólo acostumbraba pegarle a su hermanita sino que se había enajenado de los demás niños del barrio, Era tan "mandón" que los demás niños huían al verlo. Acostumbraba resolver sus desacuerdos a base de golpes. En su casa, hacía comentarios degradantes sobre su mamá y su hermana. Era muy agresivo y robusto, por lo cual su mamá sentía que no podía manejarlo. El papá afirmaba que cuando él estaba en casa su niño se portaba bien, Las observaciones que hicimos en su casa confirmaron esta versión.

Eduardo era tan hábil en sus desobediencias que sus papás casi no le ordenaban tareas. Como en el caso de la mayoría de niños agresivos, los papás de Eduardo habían sido entrenados a creer que él no *cumpliría* con sus obligaciones. Al practicar observaciones de línea-base durante cuatro días, notamos que el niño desobedecía cada diez minutos. Aun en su mejor día, el 15

_____ la tasa de rebeldías fue de 16 _____ cada hora. Al terminar el período de línea-base, sus papás examinaron con él los resultados y le explicaron el convenio.

"Lalo, hemos estado contando el número de veces que desobedeces durante los últimos días". El niño respondió como si no oyera nada. "¿Puedo ir a jugar?" Su papá respondió señalando con el dedo: "Siéntate un momento, luego podrás irte a jugar". Lalo, todavía de pie, respondió: "¿Por qué? Mira a Luli, ella nunca hace nada. Es una "nenita" muy especial ¿por qué?".

La señora evitó esta maniobra para desviar el asunto y continuó diciendo: "De ahora en adelante te ayudaremos a practicar la obediencia. Luli va a aprender a no importunarte. Creo que a ambos les gustará el programa. El juego consiste en darte un punto cada vez que obedezcas una orden de tu papá o mía, Por ejemplo, si te digo "Hazme el favor de venir a cenar", y lo haces, tendrás un punto. Aquí, vamos a anotar los puntos que te ganes". La señora señala la hoja de datos,

Lalo se queda mirando hacia la ventana como si no oyera nada, Su papá empieza a sentirse un poco molesto por la actitud del niño. "Puedes ganar puntos por obedecer lo que te digamos. Tú nos dirás lo que quieras obtener a cambio. ¿Qué harás con tus puntos?". Lalo responde, "No quiero nada de puntos".

El niño se rehúsa a convenir, con el propósito de hacer enojar a su padre. Antes de que el papá avance con su "artillería pesada", la mamá suaviza la situación.

"Bueno, puedes tomar algún tiempo para decirnos lo que quieres a cambio de tus puntos. Desde hoy vamos a darte puntos o quitártelos para que veas cómo funciona este juego. Vamos a practicar para ver si todos hemos entendido bien. Esto es de verdad; te daremos un punto cada vez que obedezcas. Ahora, hazme el favor de bajar el volumen de la TV antes de que continúes jugando. Eduardo sale lentamente del cuarto y toca el volumen de la TV antes de salir. "Muy bien, Lalo, gracias. Eso merece un punto".

En esta discusión, el niño trató de sabotear el convenio y dirigir la charla hacia otro punto. El hizo esto atacando a Luli y tratando de hacer que sus padres defendieran los procedimientos que usan con ella. También, el chico se rehusó a convenir sobre los reforzadores de apoyo para el programa de puntos. Muchos niños responden así la primera vez. Ignore las palabras que usen y procure reforzar inmediatamente cualquier intento de obediencia. En este caso, Lalo sólo tocó el botón del volumen lo cual no es una respuesta satisfactoria en la mayoría de los casos. Sin embargo, ese es el nivel en el que se encuentra. Durante el primer día, la más leve obediencia será reforzada.

Si el niño no obedece, no lo regañe. Anótelo y olvídalo Subraye su agrado

ante la más leve obediencia. "talo hoy te ganaste cinco puntos por obediencia. Es un buen comienzo. Perdiste dos puntos cuando se te olvidó y no obedeciste, ¿Cuántos puntos crees que ganarás mañana? ¿Ya pensaste en lo que cambiarás por tus puntos?".

Después de varios días de aplicar el sistema de puntos, Lalo decidió que los cambiaría por el derecho a acostarse más tarde de lo acostumbrado. Se convino que si ganaba tres o más puntos, podría permanecer despierto media hora más tarde esa noche. Si sus registros de puntos indicaban un balance alrededor de tres tendría que irse a acostar media hora antes de lo acostumbrado. También, se le informó que podría haber más acuerdos al respecto. Por ejemplo, él podría elegir las cosas que deseaba cambiar por los puntos obtenidos.

Los padres invertirán una hora al día buscando aspectos del comportamiento del niño que ameriten ser reforzados. Ustedes se pondrán de acuerdo sobre dichas conductas. Desde luego, incluirán "obedecer", pero, también, podrán incluir cosas como "actuar como mayorcito", "no hacer ruidos", "ser comedido", o "jugar tranquilamente". Durante esa hora, trate de otorgarle al niño cinco o diez reforzadores sociales de todo tipo por cualquiera de estas conductas. Entre esos reforzadores, figuran 17 _____, 18 _____, 19 _____, 20 _____.

"Tiempo fuera" para las desobediencias

Después que; los programas de re[rozamiento se hayan practicando podrá introducir el TF para controlar las desobediencias. Numerosas investigaciones demuestran que con muchos niño' agresivos es necesario complementar el uso del reforzamiento con el procedimiento de TF (Wahler, 1967; Walker, Mattson, y Buckley, 1969). Muchos padres se muestran indecisos sobre su empleo ya que piensan que no pueden aplicarlo debidamente. Sin embargo, constituye un aspecto importante del programa de entrenamiento. /

"Lalo, he notado que te éstas portando mejor. Sin embargo, todavía se te olvida obedecer algunas órdenes, Vamos a usar TF. Esto va a ayudarte a que recuerdes. También, servirá para que tu papá y yo no te regañemos tanto. De ahora en adelante, cada vez que se te olvide obedecer irás a TF. Esto quiere decir que te irás a tu cuarto y estarás ahí cinco minutos. Cuando así te lo indiquemos, pondré el despertador para que suene a los cinco minutos, Cuando oigas sonar el despertador podrás salir.

En ese momento Lalo revienta enojado. "Está bien, ponme ahí, al fin quiero estar solo. Al fin que ni me importa. No va a servir de nada".

La señora ignora todo esto y prosigue: "Si sales antes de que suene el despertador o

hablas con alguien mientras estás en tu cuarto tendrás que quedarte un minuto más ahí dentro".

Lalo no voltea a mirar a sus papás, "Ay, sí, me voy a la cárcel. ¿Y Luli qué? Ella debería ir también".

Recuerde usar el TF 21 _____ vez que el niño desobedezca. Cuando el niño anclaba brincando por la casa, una hora más tarde, su papá lo mandó al cuarto de TF y puso el despertador para que sonara cinco minutos más tarde.

Lalo salió corriendo de la casa. Se sentó en la banqueta de la calle y gritó: "No voy a entrar ahí. Me voy a ir de la casa. Es como una cárcel".

El papá comenzaba a enojarse. Sin embargo, dijo: "Un minuto más por correr, y otro por gritarme. Es mejor que entres a la casa. Recuerda, un minuto más por cada uno que estés fuera." Luego, entró a su casa y cerró la puerta.

Lalo dio varias vueltas alrededor de la casa, se asomó por la ventana y, finalmente entró. "Voy a estar sólo cinco minutos. Al fin que me gusta estar ahí".

Su papá le advirtió: "No, no son cinco minutos solamente. Estuviste fuera ocho minutos, corriste y me gritaste. En total, son quince minutos."

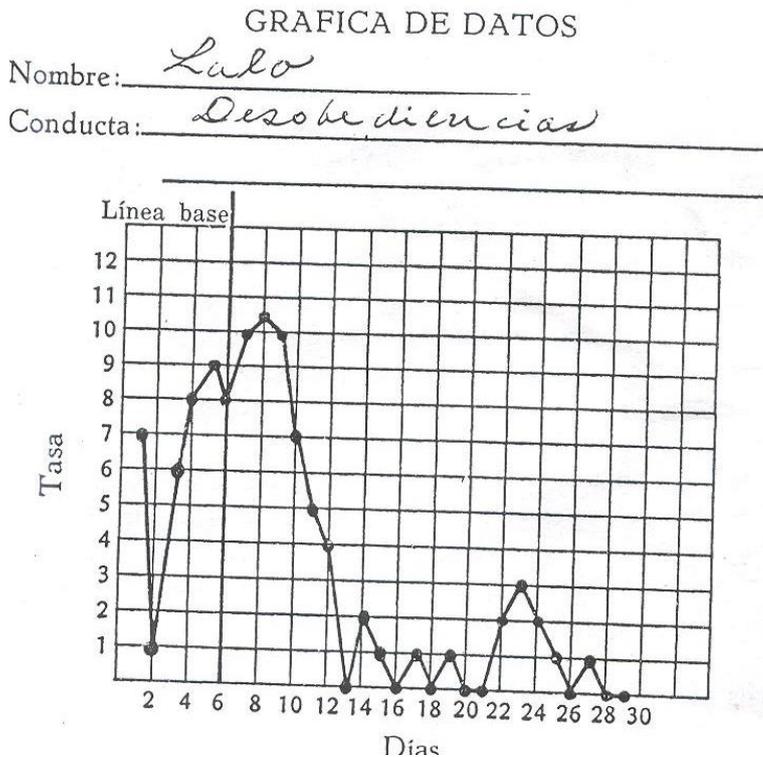
Lalo comenzó a dar de puntapiés sobre la puerta, y a gritar. Su papá cerró la puerta y, calmadamente, le advirtió. "Un minuto más por golpear la puerta y otro por gritar."

Cuando hubieron transcurrido cinco minutos, Lalo comenzó a gritar; "¿Ya?". Al no responderle nadie, comenzó a llorar. En este momento, la señora comenzó a sentirse incómoda y comentó, en voz suficientemente alta como para ser escuchada por el niño, que quizá era mejor que el niño saliera ya. Momentos después, el niño salió del cuarto y dijo que ya era bastante. Su papá lo condujo, nuevamente, al cuarto de TF y añadió un minuto más. Cada vez que el niño gritaba, se añadía un minuto más aunque su papá no se lo anunciaba. Cuando finalmente salió del cuarto, después de treinta minutos, su papá le explicó que sus gritos le habían costado minutos extras. Algunas veces, es necesario mantener físicamente cerrada la puerta para que el niño no salga. Si fuera necesario, no hable con el niño mientras se encuentra en TF.

Al término de la primera semana, la combinación de TF con el programa de puntos y reforzamiento social estaba produciendo algunos beneficios. Ambos padres manifestaban que las cosas habían cambiado y que la situación en el hogar era más agradable. Aunque parezca extraño, Lalo se comportaba, ahora, como si fuera más feliz.

Los programas de puntos fueron cambiados varias veces de modo que, durante la segunda semana el chico debía portarse bien durante seis días para poder ganar

cincuenta puntos necesarios para que su papá lo llevara al cine. Por su parte, el papá había notado que criticaba mucho al niño en diversas situaciones, de modo que procuró ponerle atención. Más adelante, el chico preguntó cuántos puntos debía ganar para poder canjearlos por el derecho a tener la TV en su cuarto. Sus papás le informaron que mediante cien puntos podía tener ese privilegio cada mes. Al avanzar los programas, los papás del niño comenzaron a pedirle que cooperara más en las tareas domésticas. Así, Lalo ayudó a su mamá durante una semana, y Luli la semana siguiente. La figura siguiente ilustra el mejoramiento en la conducta de Lalo.



Según se muestra en la figura durante la primera semana no se produjo ningún cambio. De hecho, los primeros 22 _____ Días de datos fueron peores la línea - base. Era evidente que Lalo no era perfecto. Sin embargo, sus papás no le exigieron ser perfecto, sólo que cambiara un poco. El día número dieciséis del programa, los abuelitos visitaron la casa del niño. Los dos se opusieron al uso del programa de TI y al de puntos. Su contribución al programa aparece en la gráfica. Al finalizar la segunda semana. Los padres estimaron que las cosas estaban suficientemente bien como para comenzar un nuevo programa,

COMO CAMBIAR OTRAS CONDUCTAS AGRESIVAS

Al haber tenido buenos resultados en la corrección de las desobediencias, los papás de Lalo se sintieron entusiasmados. Al menos, habían podido demostrar que eran capaces de ayudar a su niño a cambiar su comportamiento. Sin embargo, era evidente que los problemas principales aun persistían, El y Luli constantemente peleaban entre sí; todos los días había batallas. Algunas veces, estas peleas involucraban a toda la familia lo que provocaba un sentimiento de desaliento entre

todos. El chico hacía muchas cosas que molestaban a los demás. Por ejemplo, si su mamá estaba ocupada haciendo algo, él se acercaba y le decía: "Mami, mami, mami..." hasta que la señora dejaba de hacer aquello y le ponía atención. Además, Lalo continuaba lanzando cosas sobre los demás tanto en su barrio como en la escuela. Sus maestros, y otros papás, consideraban que era un niño "peligroso". También, muchas familias no permitían que sus niños jugaran con Lalo.

Más o menos la mitad de los niños agresivos y desobedientes en su casa tienen los mismos problemas en la escuela. Lalo no era la excepción. Aunque cursaba el segundo año de primaria, su manera de leer correspondió ~ un niño de primero. Constantemente, alteraba la clase, platicaba con sus compañeros de al lado, o les tiraba papeles arrugados. Cuando su maestra le pedía que pasara al pizarrón, el niño hacía cosas para hacer reír a sus compañeros, o le contestaba a la maestra. Casi todas las semanas tenía una dificultad con algún compañero que terminaba en una pelea. Este peligro constante preocupaba a sus maestros.

Cómo convenir con los hermanos del niño

La conducta de Lalo era solo parte del problema. Su hermanita Luli era una pieza importante en este rompecabezas. Tenía la particularidad de adivinar que botón oprimir para hacer enojar a su hermano. Aunque las cosas comienzan jugando es sorprendente advertir que los juegos se convierten en discusiones. Las carreras en empujones y estos en golpes. Claro no podemos afirmar que Luli instiga todas las peleas de la casa pero sí era un generador en la mayoría de ellas. Nuestras numerosas observaciones en casa de "niños -problema" y "niños normales" revelan que esta situación no es extraña. El miembro de la familia que desencadena las conductas agresivas es el hermano o hermana menor (Patterson y Cobb en 1971). Luli era una niña atractiva de 4 años de edad muy hábil para engañar sus esfuerzos a sus papás. Mediante el recurso de decir algo "tierno" y sonreír, era capaz de detener a su papá a la mitad de un "No" y así, obtener, lo que quería. Sus papás pensaron que por su escasa edad la niña no debía participar en ningún programa. Después de todo era la más pequeña "y la consentida" de la familia.

Aunque es posible que Lalo hubiera cambiado su comportamiento, sin someter a corrección el comportamiento de Luli el cambio de Lalo hubiera sido ineficaz – muy laborioso y débil – particularmente por que Luli hubiera tenido que aprender, por ella sola, nuevos recursos para poder relacionarse con su hermano. Desde el punto de vista de Lalo, era también justo incluir a su hermanita en algún programa de cambio ya que ella siempre lo estaba haciendo enojar.

El siguiente paso fue idear un convenio que se aplicara tanto a Lalo como a Luli. El primer convenio no incluyó los problemas en la escuela: solo, aquéllos de la casa. Los papás pensaron en las conductas que relacionaban a los dos niños, y también en los reforzadores que les eran comunes.

Nombre: Lalo

Conducta (puntos posibles)	L	M	M	J	V	S	D
Ser cortés +2							
Vestirse solo +2							
Asear su cuarto +3							
Obedecer +1							
Pedir permiso para salir +2							
Hacer tareas domésticas +4							
Molestar, gritar -2							
Pegar, arrebatar -3							
Desobedecer -1							
Romper cosas -2							
Total							

Consecuencias:

- + 3 puntos : un pastelito
- + 5 puntos: puede usar la bicicleta
- + 7 puntos: Puede acostarse 30 minutos mas tarde

Molestar, arrebatar, pegar, desobedecer, 5 minutos TF

Cada vez que los niños se portan bien sus papas hacían el comentario respectivo: “muy bien, veo que los dos que los dos están jugando tranquilamente. Cada uno tiene un punto”. Inmediatamente, la mama anotaba una marca en el cuadrito correspondiente a cada niño.

Otro problema de los niños consistía en que eran incapaces de vestirse solos. Sus papas tenían que ayudarlos. Al comenzar el programa correctivo, la mama todavía les ayuda a sostener la ropa pero otorgaba su aprobación si los niños hacían algún esfuerzo para vestirse. En la primera sesión, Lalo tomo su pantalón y su camisa su mama lo reforzó inmediatamente: “muy bien, Lalo. Te daré un punto por que eso”. La señora hizo lo mismo cuando cada niño arreglo su cama los primeros días de hecho el primer día ninguno de los niños hacia su cama ni ociaba su cuarto. La señora les dijo que ninguno iba a tener puntos ese día porque sus cuartos estaban desordenados. Luli aprovechó esta oportunidad para tener más puntos que su hermano e inmediatamente puso sus juguetes y otras cosas debajo de su cama, y estiro las colchas sobre las sabanas arrugadas. Su mama le dijo que, ese día, solo se ganaba medio punto y esperaba que la siguiente vez colgara su ropa y tendiera las sabanas primero, y luego colocara la colcha

Nombre: Luli							
Conducta (puntos posibles)	L	M	M	J	V	S	D
Ser cortés +2							
Vestirse sola +2							
Asear su cuarto +3							
Obedecer +1							
Pedir permiso para salir +2							
Hacer tareas domésticas +4							
Molestar, gritar -2							
Pegar, arrebatar -3							
Desobedecer -1							
Romper cosas -2							
Total							
Consecuencias:							
+ 3 puntos : un pastelito							
+ 5 puntos: puede usar la bicicleta							
+ 7 puntos: Puede acostarse 15 minutos más tarde							
Molestar, arrebatar, pegar, desobedecer, 5 minutos TF							

Los niños tenía, también, la costumbre de salirse a la calle sin informarles a sus papas el primer día del convenio, tuvieron una sesión de prácticas en la que informaría a sus papas a dónde irían. Por su parte, sus papas practicaron como reforzarlos cuando hicieran esto.

Cuando se les explico el convenio por primera vez, los dos no entendían de qué se trataba. En el caso de Luli, las cosas no se hicieron con números y puntos. Sin embargo se dio cuenta de que, en lo sucesivo, las peleas, los gritos, y las desobediencias, ameritaban TF. Esta consecuencia la comprendió al observar durante las semanas pasadas, que era justamente lo que le ocurría a su hermano. También, fue capaz de darse cuenta de que si se portaba bien podía obtener más puntos que su hermano y, así, conseguir el privilegio de quedarse un poco más tarde la TV. Después de dos o tres días, los niños comprendieron bien el significado del convenio. Cada vez que ocurría una conducta apropiada, los papas anotaban inmediatamente una marca en el convenio. Pronto, fue evidente la relación e entre el comportamiento y las anotaciones en la cuadrícula.

Los papas llevaron la cuenta de numero de reforzadores sociales que otorgaban a los niño. Cada uno, procuro otorgar quince reforzadores diariamente a cada niño esto, claro, no fue posible, ya que el papa legaba tarde a casa y Luli se acostaba a las 7:30.

Todos los días, después de que Lalo llegaba de la escuela a la 1:00, su mamá contaba los puntos ganados por los niños y decidía si merecían un regalito especial. Las primeras dos semanas, ese regalito fue una barra de chocolate para cada uno. Este reforzador de apoyo era uno de los favoritos de los niños. A esta altura del programa, el acumulación de puntos producía “destellos” de buenas conductas que los niños asían para acumular más puntos y tener diversos privilegios. Sin embargo el primer día del programa, el niño quiso usar su bicicleta. Sus papas le dijeron que no podía hacerlo porque no tenía puntos suficientes. El niño se salió de la casa y tomó su bicicleta de todos modos. Esta acción no estaba contenida en el contrato: sin embargo, ese día perdió el derecho de ver la TV en la noche. Al día siguiente, el papá puso candado a la bicicleta. La idea de tener que “esforzarse”. Para obtener todo, fue totalmente nueva para el niño.

La mayoría de los niños agresivos no cumplen su tarea domésticas. Para los papas de Lalo y Luli, era más sencillo hacer las cosas ellos que supervisar las tareas mal hechas de sus hijos. Sin embargo, decidieron que Luli debía hacer la sala todos los días, levantar las revistas, limpiar los ceniceros, etc. A Lalo le correspondió levantar la mesa en las noches. Durante la primera semana, ninguno de los dos niños obtuvo puntos porque no cumplieron con dichas obligaciones.

Al cabo de dos semanas, los niños se familiarizaron con el convenio de los puntos lo que permitió escribir convenios a largo plazo. Así, fue posible establecer que cuando cualquiera de los dos niños acumulara 40 puntos tendría derecho a un paseo en el zoológico. Luego, se estableció que podían ganar puntos para canjearlos por un viaje a una ciudad cercana.

Durante un periodo de unas semanas, los convenios fueron cambiados varias veces. Se incluyeron conductas nuevas y se suprimieron otras. La gráfica que aparece a continuación muestra el progreso de Lalo.

Como se ilustra Lalo tuvo ascensos y descensos. Algunas veces se comportaba como su antiguo “yo”. El perfil de las gráficas, con sus vértices y líneas horizontales, es perfectamente típico. Si se hubiera graficado el comportamiento de Luli, el perfil de la gráfica habría sido muy parecido a este. Como era de esperarse, al cabo de varias semanas el comportamiento del niño fue más consistente y predecible. Pronto se llegó a un punto en el que eran muy probables que el niño se comportara mejor. Es interesante señalar que cuando esto ocurrió, Lalo comenzó a ser más afectuoso. Dejó de molestar a su hermanita no volvió a pegarle a los otros niños, y, de vez en cuando. Se ofreció para ser algo en favor de algún miembro de la familia. Sus papas, comenzaron a salir sin dejar una persona a su cuidado. Al mes de haberse iniciado el programa correctivo, varios vecinos empezaron a notar el cambio en el comportamiento de Lalo. Eso no significa que el chico allí cambiado totalmente; aun lo catalogan como “inmaduro”. Cuando las conductas agresivas comenzaron a quedar bajo control, los papas comenzaron a reforzar al niño cuando mostraba conductas propias de su edad a esa altura, la interacción familiar, total había sufrido sensibles modificaciones. El papá afirmaba a que ya no acostumbraba “prepararse” antes de

llegar a su casa. El nivel de los ruidos y de crisis había disminuido a apreciablemente por primera vez, todos los miembros de la familia comenzaron a ser planes para ir juntos a diversos lugares los fines de semana.

Como convenir en el salón de clases.

Cuando las cosas mejoraron en la casa, los papas de Lalo pensaron que era tiempo de tratar de corregir algunos problemas en la escuela. Tanto el director de la escuela como el maestro de Lalo, permitieron la obtención de datos y la aplicación de los procedimientos correctivos ideados especialmente para el caso (Patterson, Cobb, Ray, 1971; Ray, Shaw, Cobb, 1970.) las observaciones de línea-base en el salón de clase revelaron que Lalo solo pasaba 30 % de su tiempo trabajando en su lugar; en cambio los demás niños pasaban el 70 % de su tiempo. Su tiempo restante lo destinaba a pararse de su asiento, a platicar o a molestar a sus compañeros. Cuando su maestra le pedía que se sentara o que cumpliera con alguna tarea, el niño desobedecía y se molestaba si su maestra insistía. También, se observó que rompía los lápices, tiraba papeles en el piso y rayaba su pupitre.

Uno de los primeros convenios acordó una contingencia para las ocurrencias de agresiones y berrinches dentro del salón de clase. Se la llevaría a la dirección de la escuela para que, de ahí llamara por teléfono a sus padres. Hecho esto, su mama pasaría a la escuela y lo recogería para llevarlo a su casa. Esa tarde, el niño tendría que asear su baño como tarea extra.

Cada mañana, la maestra colocaba una tarjeta en el escritorio de Lalo. Los primeros días que comenzó a aplicarse este procedimiento, la maestra anotaba una marca cada cinco o diez minutos, siempre y cuando el niño estuviera observando un buen comportamiento durante ese tiempo. Por ejemplo, si había permanecido en su lugar se le anotaban tres puntos. Si había estado trabajando durante ese tiempo, se le anotaban tres puntos más. También, se le anotaban por llegar aseado y por no molestar a otros niños. El primer día, se informó a los demás niños que si Lalo obtenía treinta puntos, la clase terminaría cinco minutos antes ese día. Todos los niños se mostraron entusiasmados, y esa tarde, Lalo llevo a su casa su tarjeta muy orgulloso.

Así mismo, se estableció que si Lalo obtenía puntos en la escuela ganaría puntos extras. De ese modo la escuela y el hogar colaboraron juntos para poner en práctica un programa de apoyo para el niño.

Durante las primeras tres semanas del programa en la escuela la, la señora solo fue una vez a la escuela a recoger al niño por mal comportamiento. En ese día, la maestra noto que el niño llevó un ratoncito de juguete a la escuela. “rezongo” cuando se le pidió que contestara mejor unas preguntas y perdió puntos por empujar y molestar a unos compañeros. Al mediodía, se le encontró rayando su escritorio. Por todo esto, fue enviado a la dirección de la escuela. Después de permanecer sentado treinta minutos, hizo la llamada a su casa por lo que tuvo que asear el baño de la casa.

A medida que avanzó el programa, el niño paso más tiempo sentado en su lugar y su trabajo mejoro en calidad y limpieza. También, se acordó que uno de sus compañeros trabajaría con él algunas materias. Como su rendimiento escolar equivalía al de un niño dos años menor que él, se programo un curso de educación especial durante las vacaciones. Durante este programa de seis semanas, Lalo repaso varias pateras junto con otros niños que tenían problemas semejantes. Los papas recibieron un entrenamiento especial para seguir el mismo tratamiento en su casa. El Dr. Karl Skindrud (1971) superviso el trabajo de los padres y, después, solo se efectuaron unas cuantas sesiones de prácticas diarias. El programa subrayaba el uso de reforzadores sociales y puntos para otorgárselos al niño por su buen comportamiento. Seis meses después que comenzó este programa de educación especial, Lalo había adelantado un año y medio en su rendimiento escolar y se había convertido en un miembro aceptable de su grupo. Al año siguiente, le preguntamos a la maestra sobre el comportamiento de Lalo en el salón de clase. Ella nos informo que el niño había dejado de seré un problema especial y que, sin embargo, había otros niños que necesitaban un programa correctivo.

Nombre: Lalo

Conductas (puntos posibles)L M M J V S D

Permanecer en su asiento 3							
Trabajar 3							
Poner cuidado y esmero 3							
No molestar ni pegar 3							
Total							

Es verdad, Lalo se comporta mejor ahora tanto en su casa como en la escuela. Esto no quiere decir que nunca empuje o pegue a sus compañeros. Aun hace estas cosas, pero con una frecuencia sensiblemente menor que antes. Si otro niño lo agrede, Lalo responde la agresión. También, sigue molestando a Luli de vez en cuando. No se trata de un niño perfecto pero es un niño con el que se puede convivir. Es un ser humano con el que se puede estar y, como a firman sus papas, es alguien a quien se puede querer.

Idea medulares del capítulo 12.

El niño agresivo se caracteriza porque golpea con mucha frecuencia, y porque desobedece particularmente en situaciones inadecuadas.

Es especifique una sola conducta, relativamente trivial, como meta de su programa de cambio (por ejemplo, desobedecer).

Haga un convenio para corregir las desobediencias.

Identifique las conductas específicas de desobediencia; establezca una línea-base;

Refuerce las conductas adecuadas; use TF para controlar las desobediencias; y grafique los avances del programa.

Los hermanos y hermanas del niño agresivo deberán participar también, en el programa.

El maestro del niño agresivo puede usar programa similar al que usan los padres en la casa.

1 frecuencia 2 sitios 3 ataques 4 refuerza 5 repulsivo 6 desagradable 7 pegar
8. consecuencia 9. malos 10. familia 11. Disminuir 12 tiempo 14 tres
15 martes 16 una 17, 18, 19, 20 Podrían ser: darle aprobación, sonreírle, tocarlo,
besarlo, etc. 21 cada 22 tres