

NIÑOS CON CONDUCTAS DISRUPTIVAS

PAUTAS PARA PADRES



COLEGIO NILE
AVDA. CASTILLA LA VIEJA, 18
28941 FUENLABRADA (MADRID)

La intervención con el niño debe ser conjunta entre la escuela y el hogar.

ESTABLECER UNAS NORMAS CLARAS

- La mayoría de los niños, aún no tiene asentadas las normas, la regulación de su tiempo, lo que deben hacer y lo que no, lo que está bien y lo que no. Los padres y la escuela tiene, pues, que enseñarle estos principios para favorecer su desarrollo (cognitivo, afectivo y moral)
- Normalmente los niños intentarán ver “hasta donde pueden llegar” haciendo lo que quieren, es decir, intentarán no hacer las cosas (inhibirse) echando *un pulso* a padres y profesores (mediante rabietas, negativismo, etc...) para manejar los sentimientos (miedo, nerviosismo, preocupación, protección, permisividad, etc...) de los padres y, por eso, los padres deben mantener unas normas claras y estables (aunque pocas) y no cambiarlas arbitrariamente, reaccionando siempre con calma y apelando a estas normas previamente establecidas. Al final el niño terminará aceptándolas como un hecho natural. En este sentido se aconseja incluso dibujarlas en una cartulina claramente y ponerlas en un sitio visible de la casa y cada vez que el niño incumpla una norma mostrarle el resultado dibujado en la cartulina. Así:

Niño haciendo algo mal.....castigo

Niño haciendo algo mal.....castigo

Y en otra cartulina:

Niño haciendo algo bien.....recompensa

Niño haciendo algo bien.....recompensa

Se debe hacer de modo acumulativo, dibujando por un lado los comportamiento esperados (horarios, actividades, colaboración en casa, comidas, lavabo, ordenar la habitación, etc...) y por otro, los días de la semana (pudiendo poner una semana, quince días o un mes; dependiendo de las actividades) a continuación se dibuja, por ejemplo, una cara triste o sonriente (o una nube y un sol), dependiendo del comportamiento del niño, y al final de la semana se cuentan. Si hay más caras sonrientes que tristes se le premia o viceversa.

Por ejemplo:

	Lunes	Martes	Mierc	Jueves	Viernes	Sab	Dom
Horario de desayuno 8,30 a 9,00	X	SI		X			
Lavarse los dientes _____a_____	X	X	X	X	X	SI	SI
Ver la tele _____a_____	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI

Se advierte que el niño jugará con los miedos de los padres (mediante rabietas, llantos, negativismo, etc...) es importante no cambiar arbitrariamente nuestra disposición inicial, ya que el niño lo interpretará como falta de rigor y será, por así decir, un incentivo para salirse con la suya.

Las normas deben ser previamente debatidas por los padres y llegar a ellas de forma racional y que el niño lo pueda hacer.

Más importante que el niño las cumpla o no, es la reacción de los padres ante su incumplimiento o no; se debe de reaccionar con tranquilidad llevando al niño a la cartulina y enseñándole el dibujo, si es pequeño no debe dársele muchas explicaciones sobre su comportamiento (el lenguaje lo utilizan los padres para estimular el lenguaje del niño, por ejemplo, *me gusta tu pelota, de que color es, de que color son los coches, etc...* pero no tanto para darle explicaciones de lo que hace bien o mal).

- ❖ Las personas aprendemos, de niños, fundamentalmente por **observación**. La primera y fundamental estrategia que tienen los padres a su alcance es la de ser los modelos innatos de conducta para sus hijos (por eso hay que cuidar las diversas manifestaciones de sus comportamientos; es decir *no se puede hacer y decir lo que se quiera*, si no lo que convenga aprender al niño que está observando.)

Si queremos que el niño recoja sus juguetes, coma solo, se vista, utilice *fórmulas de cortesía* (*por favor, gracias, buenos días, buenas noches, etc.*) hemos de hacer estos actos delante de él y, cuando lo haga, reforzarle con premios (halagos, caricias, etc.)

- ❖ Una estrategia a mantener siempre es la retirada de atención (cuando el niño se porta mal, no debemos alarmarnos en exceso, ya que le estaremos, paradójicamente, reforzando, siempre es mejor no hacerle demasiado caso con sus comportamientos negativos y, tranquilamente, indicarle cuál es la consecuencia de sus actos). Si su comportamiento es excesivamente disruptivo, podemos tener un cuarto donde el niño vaya (sin hacerle demasiado caso) y luego volverá a la rutina.

- ❖ Reconocer su esfuerzo y estimularle, destacando los aspectos positivos de sus actos por limitados que sean. Si no estamos al tanto de sus pequeñas mejoras para reforzarlas (con un comentario, una caricia, un rato de atención, etc.) podemos estar contribuyendo a que esa atención que necesita, la encuentre por una vía negativa.

- Ayudándole a autoevaluar su conducta correctamente, ya que la mayoría de los niños hiperactivos son demasiado impulsivos, les cuesta reconocer sus errores y analizan muy subjetivamente sus actuaciones y las actuaciones de los demás. Los padres pueden ayudar si: Les ayudan a recordar paso a paso lo que pasó.

- Les ayudan a interpretar las conductas de los demás y la suya propia.

- Les hacen reflexionar sobre qué otra actuación podría haber sido también adecuada.

- Finalmente les ayudan a definir el problema.

- ❖ Favorecer la autonomía del niño evitando la sobreprotección.
- ❖ Poner límites educativos correctos adecuados a la capacidad del niño.
Pueden ser útiles los siguientes consejos:

1. No grite. Los gritos proceden en casi el 100% de los casos de intentos infructuosos de controlar la conducta del niño. En la mayoría de las situaciones, lo único que consiguen los gritos es alterar al niño y hacer que se acostumbre a que un grito no implica mayores medidas de disciplina.
2. Déle la consigna al niño una vez, dos, por si no ha oído y si, aún así no responde, vaya a buscarle y, sin chillar, oblíguele a hacer lo que se le ha pedido.
3. No le dé demasiadas órdenes al mismo tiempo, se liará y no hará ninguna.
4. Cree hábitos en casa. Si el niño se acostumbra a la rutina de, ducharse, secar el agua que ha caído fuera del baño y llevar la ropa sucia a lavar, se ahorrará perseguirle todos los días. Exíjale siempre las mismas rutinas y ayúdele registrando su buena conducta cada vez.
5. No razone en exceso sus demandas. Si usted es de las personas que cree que tiene que razonar y explicar siempre el porqué de sus demandas a sus hijos corre el riesgo de extralimitarse y que éstos le tomen el pelo. Si razona una vez y si no se cumple, se les pide que lo hagan sin más contemplaciones.
6. Recuerde que los castigos se han de cumplir siempre. No amenace con algo que no pueda cumplir. Para ello, el mejor truco es, en un momento de enfado y ofuscación decirle al niño: “esto que has hecho no me ha gustado nada, vete a tu cuarto y después hablaremos del castigo que tendrás” De este modo, nos dará tiempo a calmarnos y a recapacitar sobre el castigo más adecuado.