



**CEPSICAP**  
centro de psicología aplicada



# MANEJO DE CONDUCTA

María Mendaña  
Psicóloga  
[mmendana@cepsicap.com](mailto:mmendana@cepsicap.com)



# Importancia de que el profesorado se forme

**OPORTUNIDAD:** Intervenir en el lugar y momento donde ocurre la conducta para facilitar que los/as niños/as puedan cambiar o redirigir su respuesta.

# TOMANDO CONCIENCIA AQUÍ Y AHORA

Un mayor contacto con el mundo es una posibilidad de mayor influencia sobre el comportamiento

# TRABAJANDO CON NIÑOS/AS TE ENCUENTRAS:

RABIETAS

DESPISTES

NEGACIONES

FALTA DE ATENCIÓN

MOVIMIENTO EXCESIVO

HABLAR EN EXCESO

PELEAS

FALTA DE MOTIVACIÓN

DESAFÍOS

RUIDO EXCESIVO

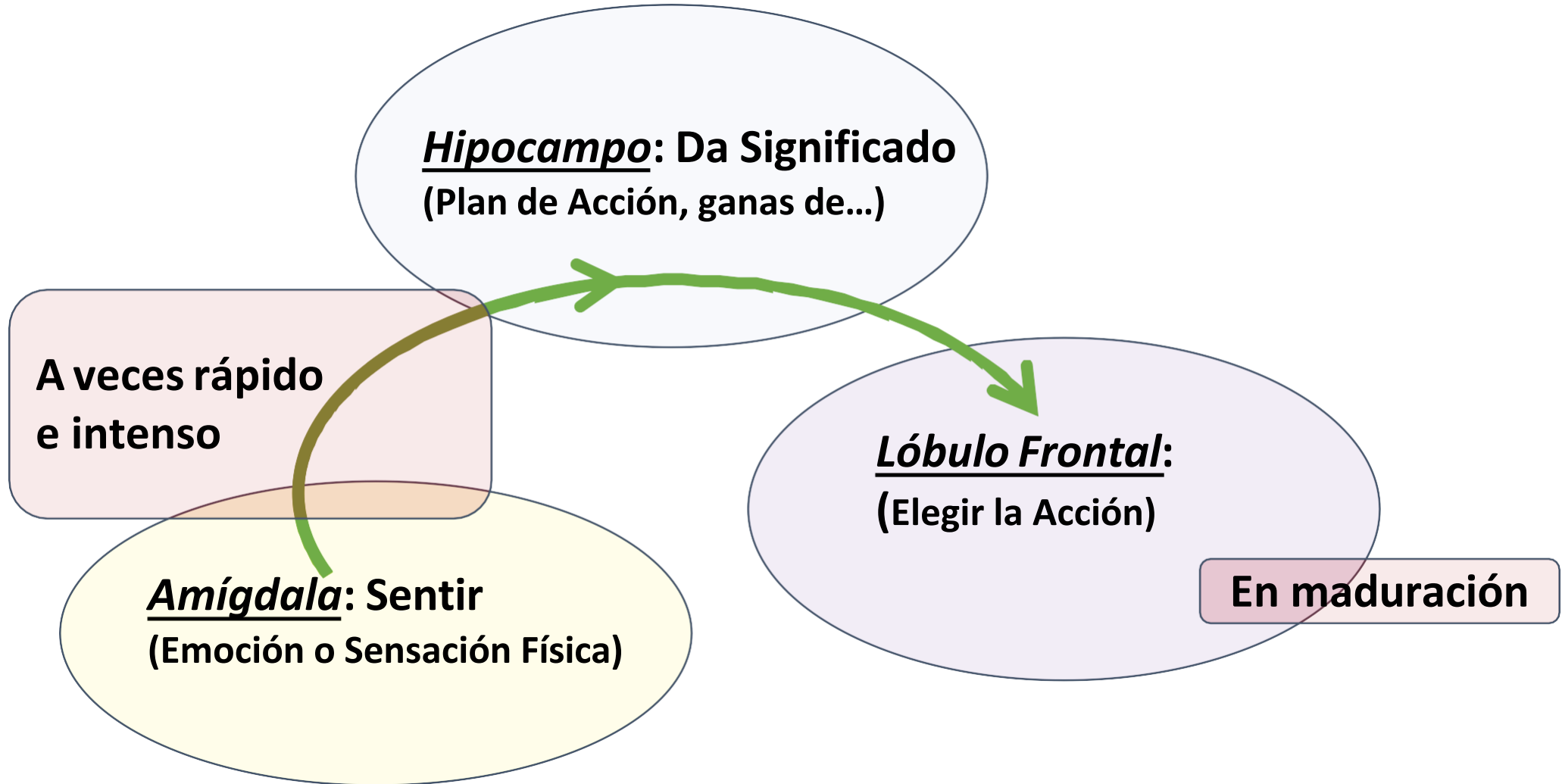
...

## ¿QUÉ TIENEN EN COMÚN?

**TUDO ES CONDUCTA**

¿QUÉ ES LA CONDUCTA HUMANA?

# EL CEREBRO



# CONDUCTA

- **Es todo lo que una persona hace, piensa o siente.**
- Su principal función es **adaptativa**. “**Herramienta**” que los seres humanos tenemos para adaptarnos a nuestro entorno y sobrevivir.
- Si una conducta **aparece y permanece** es porque **sirve, es funcional** (o en su historia ha servido) para algo (*por muy problemática que la consideremos*).
- Necesitamos herramientas que no sólo nos permitan **predecir** si no también **influenciar** la conducta.

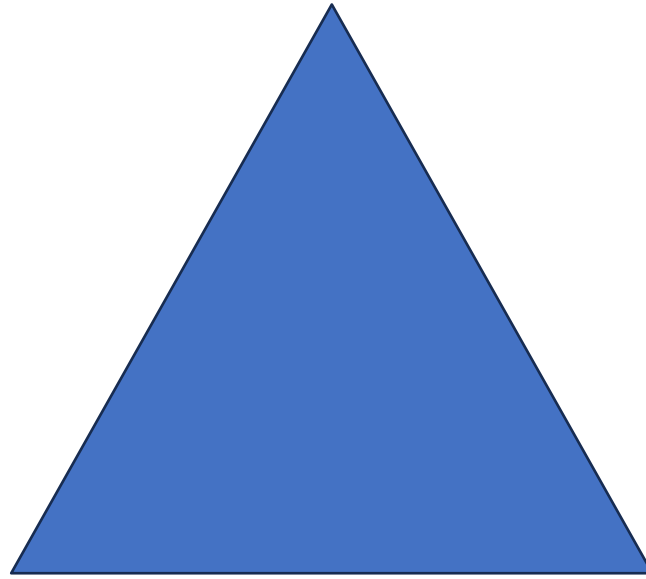
**ANTECEDENTES**

**CONSECUENTES**

**PIENSO**

**SIENTO**

**HAGO/DIGO**





# Sistemas de Regulación Emocional del Cerebro



## Sistema de Amenaza y Defensa

**Enfocado hacia:**  
seguridad, lucha,  
huida, protección.

**Sentimos:** miedo, ira,  
inseguridad, ansiedad.

**Genera hormonas:**  
adrenalina y cortisol.

## Sistema de Incentivos y Búsqueda

**Enfocado hacia:**  
conseguir metas, superar  
desafíos, competir.

**Sentimos:** energía,  
motivación, alertas.

**Genera hormonas:**  
dopamina.

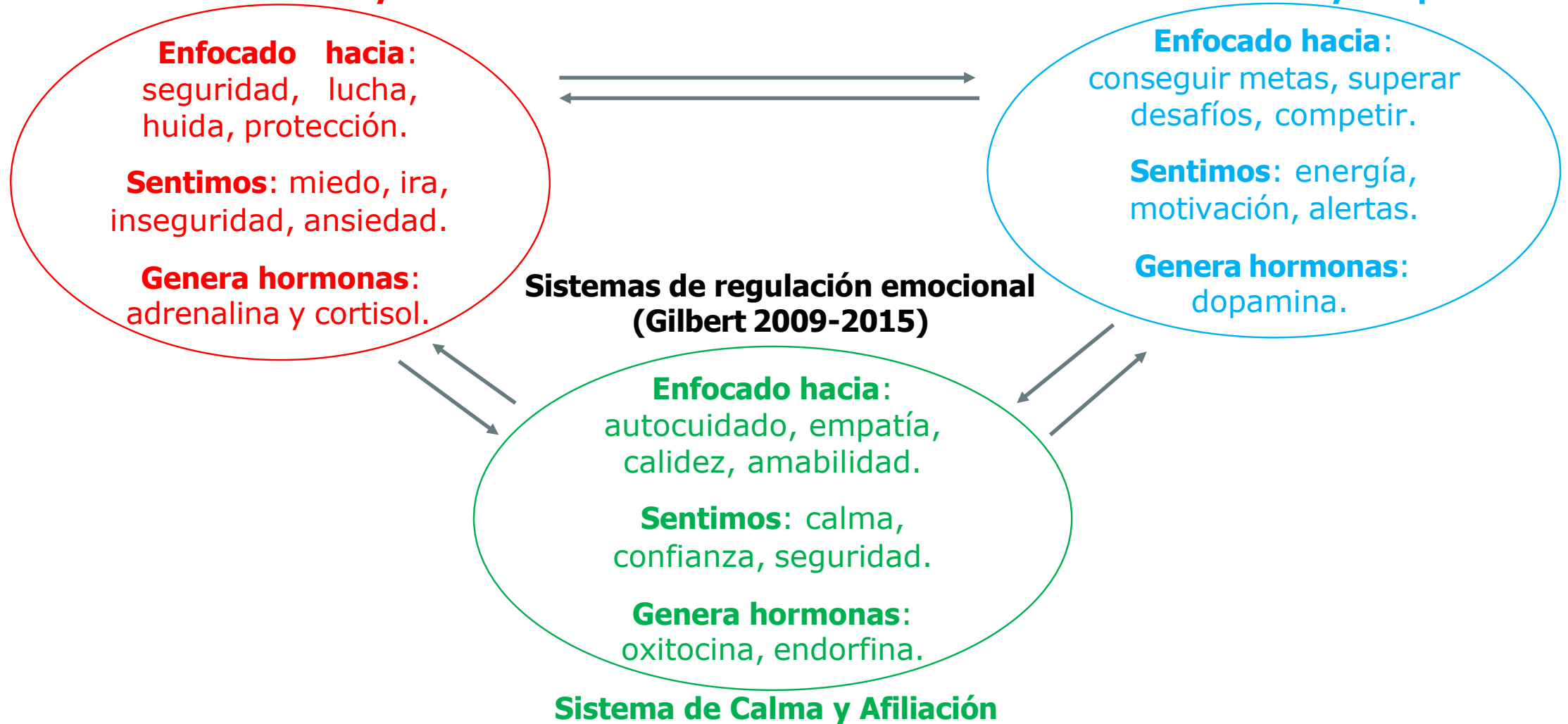
## Sistemas de regulación emocional (Gilbert 2009-2015)

**Enfocado hacia:**  
autocuidado, empatía,  
calidez, amabilidad.

**Sentimos:** calma,  
confianza, seguridad.

**Genera hormonas:**  
oxitocina, endorfina.

## Sistema de Calma y Afiliación



# Sistema de amenaza en niños/as

## **LUCHA**

Gritar, vociferar, usar palabras malsonantes  
Golpear, patear, morder, lanzar cosas, dar puñetazos  
Culpar, desviar la responsabilidad, estar a la defensiva  
Exigir, controlar  
"Oposicionista"  
"Desafiante" "Incumplidor"  
Avanza hacia lo que siente como amenaza  
Irritable, enfadado, furioso, agresivo, ofendido

## **HUIDA**

Deseo de escapar/huir  
Desenfocado, difícil de prestar atención  
Inquietud, intranquilidad, hiperactividad  
Preocupado, ocupado en todo menos en lo que tiene que ocuparse  
Procrastinación, evasivo, ignora la situación  
Alejarse de lo que se siente amenazante  
Ansioso, con pánico, asustado, preocupado, abrumado

## **CONGELACIÓN**

La atención se queda en blanco  
Impulso de esconderse, se aísla  
No responde verbalmente, dice mucho "no sé"  
Dificultad para completar la tarea  
Se desconecta, sueña despierto  
No puede moverse, se siente atascado  
Deprimido, adormecido, aburrido, apático, impotente

# PASOS PARA INTENTAR INFLUENCIAR EN LA CONDUCTA

Entender “de corazón” que no existen las “Recetas Mágicas”





# EL AEROPUERTO

# Primer paso para intentar influenciar en una conducta

Observar y Describir  
Sin juzgar ni interpretar

¿Dónde aparece? (La conducta es contextual)  
¿Qué veo?

# Observación y registro de conducta

- ¿Qué hace el/a niño/a? ¿Qué dice el/a niño/a?
- ¿Cuándo ocurre?; ¿En qué momentos?; ¿Ante qué estímulos?
- En qué situación, ante qué personas, en qué actividades...
- ¿Qué hago/hace digo/dice el/a adulto/a u otras personas presentes?
- ¿Qué pasa después?

**Fecha:**

**Hora:**

**Actividad:**

<b>SITUACIÓN</b>	<b>CONDUCTA del NIÑO (que hace o dice)</b>	<b>CONDUCTA del ADULTO (que hace o dice el profesor)</b>	<b>CONDUCTA DE COMPAÑEROS (que hacen o dicen los otros niños)</b>



## Segundo paso para intentar influenciar en una conducta

¿Por qué y para qué aparece? (Está regulada por algo)

Saber qué la mantiene

Lo importante es la “función” no la “forma”

# LAS GORRAS



La conducta se regula por

Consecuentes

Reglas

# Consecuentes

- REFUERZO: aquello que consigue más probabilidades de que el comportamiento se repita.
- CASTIGO: aquello que consigue más probabilidades de que el comportamiento disminuya.

# Reglas verbales

- PLIANCE: comportamiento guiado por otros.
- TRACKING: comportamiento guiado por la propia experiencia con las consecuencias naturales e inmediatas de la conducta.
- AUGMENTING: comportamiento guiado por las consecuencias a largo plazo.

**¿Para qué  
sirve la  
conducta?**

Evitación

Mecanismo de “defensa”

Alivio

Que me atiendan

Que me den algo

Que pase algo

Me siento querido...

Pienso qué...

Mi madre dice que...

## Tercer paso para intentar influenciar en una conducta

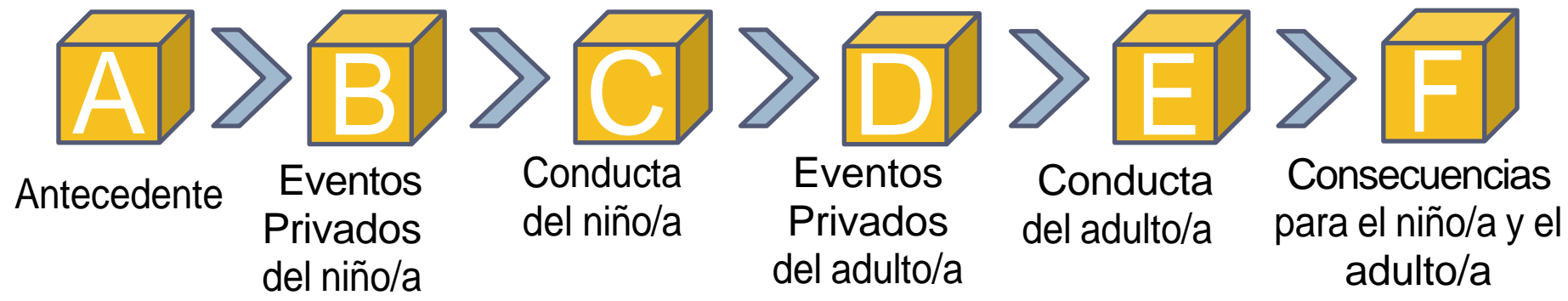
Saber qué hay de mí en esta historia

¿Mi conducta influye en la suya?

# EJERCICIO

- Piensa en tu niño/a “más difícil”.
- ¿Qué lo hacía difícil para ti?
- ¿Qué te contaba la mente sobre ello, qué reglas seguías?





## Cuarto paso para intentar influenciar en una conducta

### - **Introducir cambios:**

En mi conducta (verbal y no verbal).

En el contexto.

- Ser modelo de conducta.

- **Querer y validar.**

- Ampliar su repertorio de respuesta.

- Que haga lo que sabe hacer.

# MI CONDUCTA VERBAL Y NO VERBAL

Autoobservación

# VALIDAR

*Todas las emociones y pensamientos que experimenta una persona son siempre válidas y tienen sentido, cumplen una función.*

*Son los eventos mentales privados involuntarios, no puedo controlarlos.*

# FORMAS DE INVALIDAR

- Trivializar o quitar importancia.
- Juzgar.
- Castigar.
- Patologizar.
- Decir cómo debería sentirse.
- No escuchar.

## **SISTEMA AMENAZA**

**Comunicación no verbal brusca**

**Gritos o voz elevada**

**Rapidez del habla**

**Hablar de manera repentina**

**Echar la bronca**

**Juicios, etiquetas**

**“Presunciones”, sin información**

**“Invalidar” las emociones**

**“No te sientas así”**

**“Tranquilízate”**

**Órdenes**

## **SISTEMA CALMA**

**Hacer sentir que está acompañada**

**Manifiestar intención de ayuda**

**Comunicación no verbal suave**

**Tono de voz firme pero no elevado**

**Velocidad del habla normal**

**Escuchar a la persona**

**Empatía: declarar que entendemos  
cómo se siente**

**Validar la emoción “es normal que  
sientas...”**

**Ayudar a expresar sus temores, su pena,  
sus sentimientos**

**Pedir permiso**

# FORMA DE VALIDAR:

- Escucha, presta atención, mírale, “a los ojos”.
- Acepta con mente abierta su experiencia emocional.
- Identifica sus emociones y expresa empatía sin aconsejar. Ayuda a etiquetar emociones.
- Ofrece compañía.

# MÉTODO

- ¿Qué ha pasado antes?
- ¿Qué ves?
- ¿Qué motivos crees que hay detrás de lo que ves?
- ¿Qué papel juegas tú? ¿Y los/as otros/as?
- ¿Qué vas a hacer? Recuerda que tienes que:
  - Atender a meta a largo plazo.
  - Generar calidez y estructura. Validar.
  - Tener en cuenta como piensa y siente el/la niño/a.
  - Solucionar.



*Sois factor de impacto y cambio en la vida de muchos/as niños/a.*

**Muchísimas GRACIAS...**

*...por formaros y por aceptar esa responsabilidad.*



# ¡MUCHAS GRACIAS!

María Mendaña  
Psicóloga  
[mmendana@cepsicap.com](mailto:mmendana@cepsicap.com)

