

APOYO CONDUCTUAL POSITIVO



CEE N°1 (Valladolid)

RAQUEL ARRANZ SANZ
Miércoles, 23 de febrero de 2022

El iceberg del comportamiento **Lo que HACE**



Lo que PIENSA y SIENTE

COMPRENDIENDO LA CONDUCTA

EL APOYO CONDUCTUAL POSITIVO

LA DISCIPLINA POSITIVA

EL CEREBRO Y LAS FUNCIONES EJECUTIVAS

LA TEORÍA DEL APEGO



EL APOYO CONDUCTUAL POSITIVO

LA DISCIPLINA POSITIVA

EL CEREBRO Y LAS FUNCIONES EJECUTIVAS

LA TEORÍA DEL APEGO

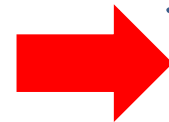


APOYO CONDUCTUAL POSITIVO

“El Apoyo Conductual Positivo es un enfoque para hacer frente a los problemas de conducta que implica remediar las **condiciones ambientales** y/o **déficits en habilidades**” (Carr, 1995)

Carencias en:

- Condiciones ambientales
- Repertorios conductuales



FRUSTRACIÓN



Estrategia básica del ACP:

- ✓ **Modificación de los contextos**
- ✓ Enseñanza de **habilidades alternativas** con la misma función

Las **funciones** de las conductas son **adecuadas**,
las **formas** son **inadecuadas**

PRINCIPIOS ACP

1. La CP tiene una **función**
2. La CP está relacionada con el **contexto**
3. Basado en la **evaluación funcional**
4. La intervención se basa en la **persona**, el **contexto social** y la **función**
5. Enseña **HH. alternativas** y adapta el **ambiente***
6. Trata de **mejorar el estilo de vida** de la persona

EL APOYO CONDUCTUAL POSITIVO

LA DISCIPLINA POSITIVA

EL CEREBRO Y LAS FUNCIONES EJECUTIVAS

LA TEORÍA DEL APEGO



Psicología Individual

- Alfred **Adler** (1870-1937)
- Rudolf **Dreikurs** (1897-1972)



DISCIPLINA POSITIVA

Jane Nelsen

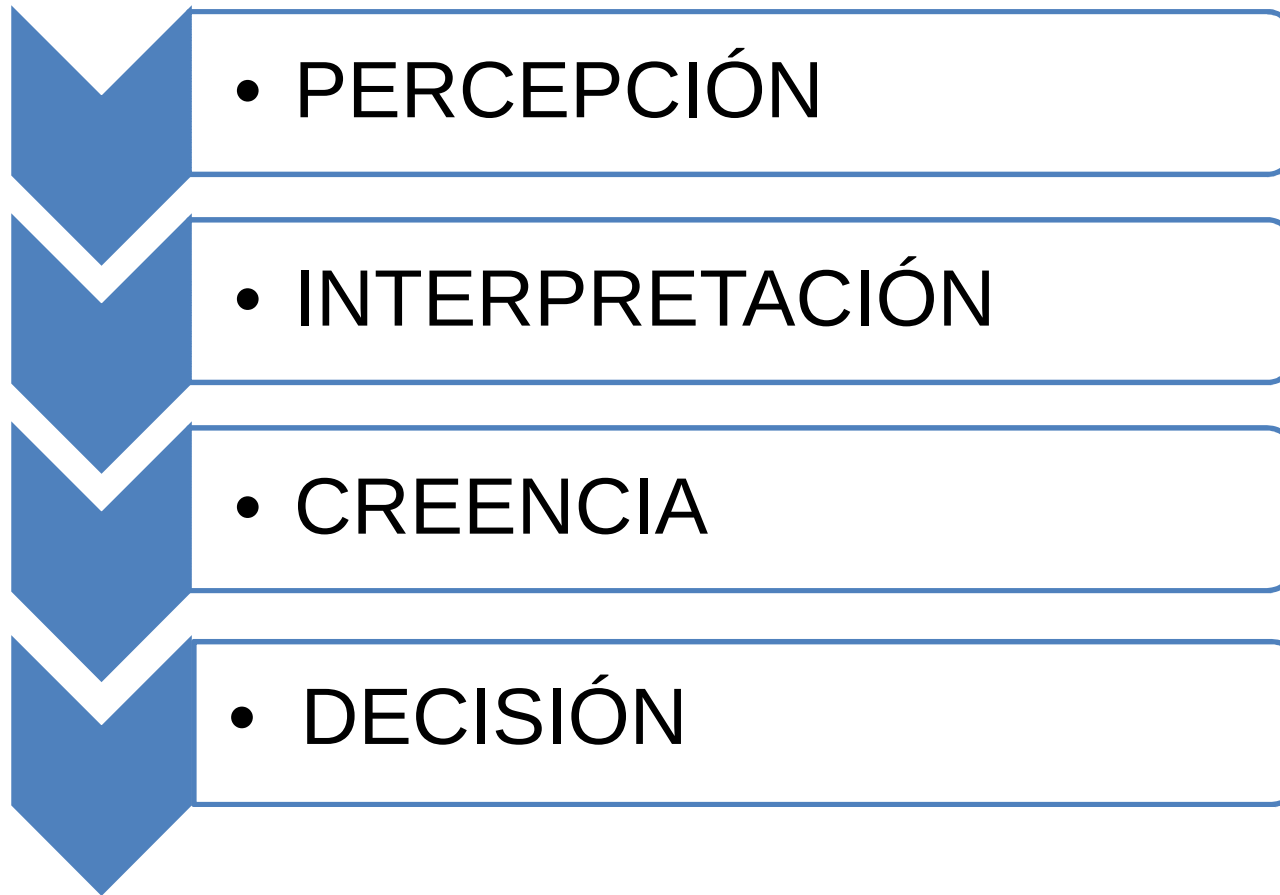
Lynn Lott

Adler (1870-1937):

- Sentimiento de **pertenencia e importancia**
- **Relación horizontal** entre niño y adulto
- **Respeto + firmeza**

Dreikurs (1897-1972):

■ Mecanismo de lógica interna



- **Creencias erróneas:**

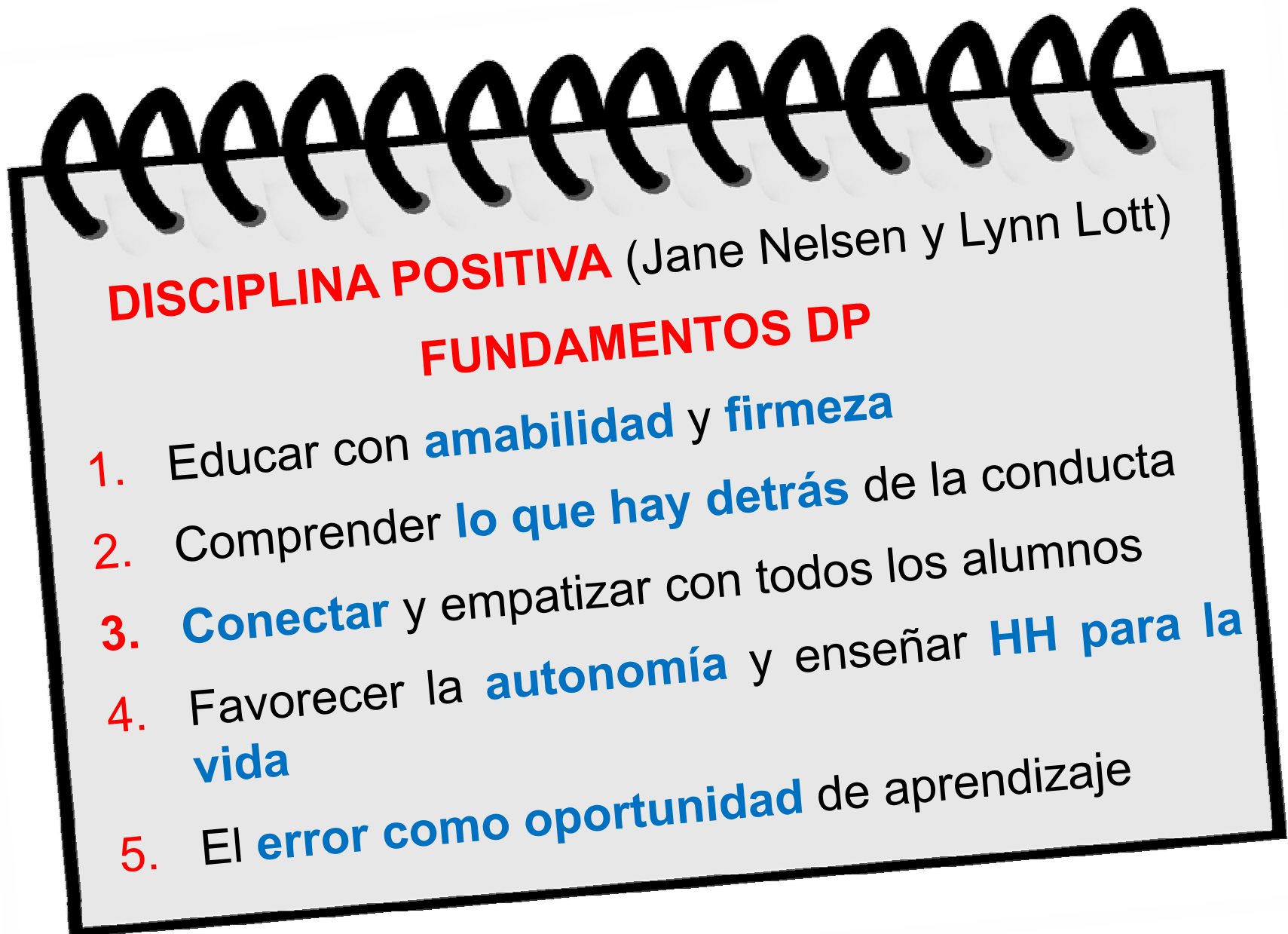
1. Atención excesiva
2. Poder mal dirigido
3. Venganza
4. Incapacidad asumida



Detectar y trabajar la creencia equivocada

CREENCIA ERRÓNEA	CREENCIA NIÑ@	RESPUESTA PROACTIVA
ATENCIÓN EXCESIVA	<i>“solo importo cuando tengo tu atención”</i>	PRESTARLE ATENCIÓN
PODER MAL DIRIGIDO	<i>“solo pertenezco si tengo el control”</i>	DEJARLE AYUDAR
VENGANZA	<i>“no pertenezco pero puedo hacerte daño”</i>	CONECTAR
INCAPACIDAD ASUMIDA	<i>“no puedo pertenecer porque no valgo, me rindo”</i>	ANIMAR

Adaptado de Nelsen, 2007 y Acosta Rubio, 2021

A graphic of a spiral-bound notebook with a black spiral binding at the top. The page is light gray with a black border. The text is written on the page in various colors and fonts.

DISCIPLINA POSITIVA (Jane Nelsen y Lynn Lott)

FUNDAMENTOS DP

1. Educar con **amabilidad** y **firmeza**
2. Comprender **lo que hay detrás** de la conducta
3. **Conectar** y empatizar con todos los alumnos
4. Favorecer la **autonomía** y enseñar **HH para la vida**
5. El **error como oportunidad** de aprendizaje

EL APOYO CONDUCTUAL POSITIVO

LA DISCIPLINA POSITIVA

EL CEREBRO Y LAS FUNCIONES EJECUTIVAS

LA TEORÍA DEL APEGO



EL CEREBRO Y LAS FUNCIONES EJECUTIVAS



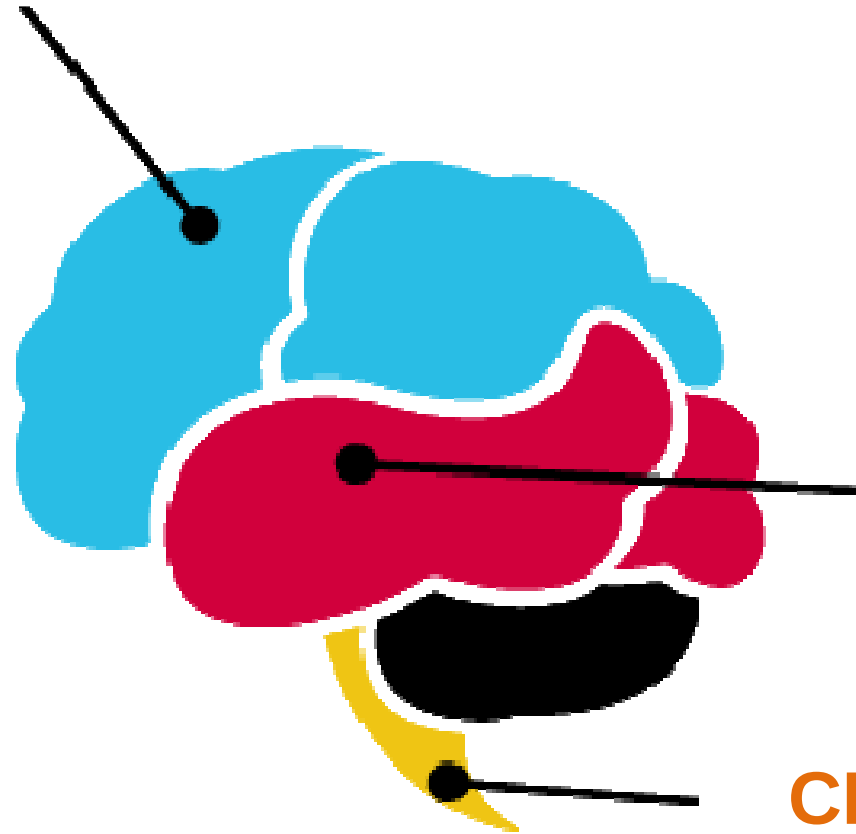
Plasticidad cerebral

- Experiencia
- Aprendizaje
- Entrenamiento FFEE

El cerebro adulto es **flexible** y **puede aprender**

Teoría del cerebro triuno (Paul McLean, 1949)

CEREBRO RACIONAL



**CEREBRO
EMOCIONAL**

**CEREBRO
REPTILIANO**

CEREBRO REPTILIANO

- En la base del cerebro. **El más primitivo**
- **Estructuras:**
 - Tronco del encéfalo: necesidades básicas
 - Cerebelo: equilibrio
- **Supervivencia**
- **Respuestas automáticas e inconscientes:**
 - Huída
 - Lucha
 - Paralización

CEREBRO EMOCIONAL

- Por encima del reptiliano. **Sistema límbico**
- **Estructuras:**
 - Hipotálamo
 - Hipocampo
 - Amígdala
- **Funciones: emociones, apego, memoria aprendizaje**
- **Involuntario y automático**

CEREBRO RACIONAL

- En el **neocórtex**, la capa más externa
- Es el **cerebro pensante**
- Dividido en **dos hemisferios** y cada uno en **cuatro lóbulos** cerebrales
- En la **corteza prefrontal** están las **FFEE**

Las **emociones** se generan y desarrollan en el **sistema límbico**, pero la **gestión y autorregulación emocional** se produce en la **corteza prefrontal**

El cerebro en tu mano
(Daniel Siegel)



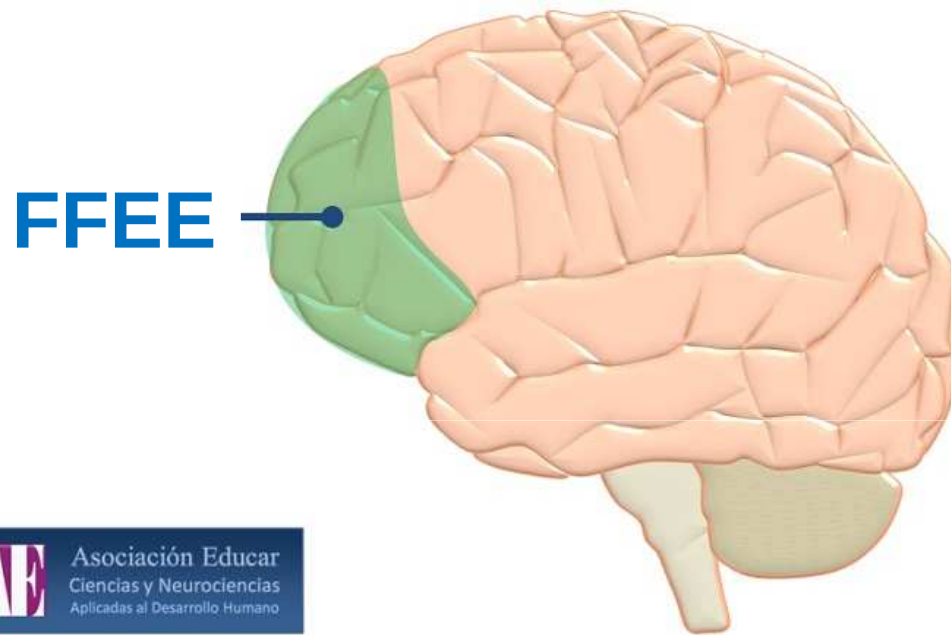
Cerebros CONECTADOS



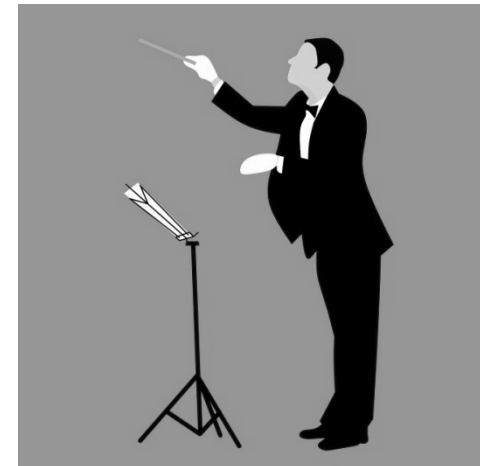
Cerebros DESCONECTADOS



“Funciones Ejecutivas” (Muriel Lezak, 1989)



“El director de orquesta”
(Elkhonon Goldberg)



Algunas FFEE:

- ✓ Atención
- ✓ Control e inhibición de impulsos
- ✓ Memoria operativa
- ✓ Flexibilidad cognitiva
- ✓ Planificación
- ✓ Solución de problemas
- ✓ Autorregulación emocional

Desarrollo de las FFEE:

La corteza prefrontal es la última en desarrollarse

- 0-2 años: escaso desarrollo
- **4-8 años**: máximo desarrollo
- Dos picos de desarrollo: **10-12** y **16-19** años
 - ↑ mielinización
 - ↑ sinaptogénesis

Disfunción ejecutiva:

- Por **lesión** en el lóbulo frontal
- En **trastornos neurológicos** o del desarrollo
 - ✓ Trastornos de conducta
 - ✓ TEA: “*Tª disfunción ejecutiva*” (Ozonoff)
 - ✓ TDAH: “*Ceguera hacia el futuro*” (Barkley)
 - ✓ TOC
 - ✓ Síndrome de Tourette
 - ✓ Esquizofrenia
 - ✓ ...

Síntomas de la disfunción ejecutiva:

- Dificultades de atención y concentración
- Velocidad de procesamiento lenta
- Falta de perseverancia
- Impulsividad
- Rigidez cognitiva
- Dificultades de autorregulación
- Alteraciones de la personalidad, del ánimo...
- Desinhibición

LAS FFEE

- ✓ Favorecen la **adaptación** de las personas
- ✓ PUEDEN ENTRENARSE:
 - Con **programas** de entrenamiento cognitivo: sesiones periódicas y ejercicios breves
 - De manera **indirecta**

EL APOYO CONDUCTUAL POSITIVO

LA DISCIPLINA POSITIVA

EL CEREBRO Y LAS FUNCIONES EJECUTIVAS

LA TEORÍA DEL APEGO



EL APEGO

- **Vínculo afectivo asimétrico**
- La figura de apego proporciona **protección y seguridad**



❖ “Teoría del apego” (John Bowlby, 1969)

- **Capacidad innata** para establecer el primer vínculo de apego

❖ Mary Ainsworth:

- **Disponibilidad** de la figura de apego
- Satisfacción de necesidades fisiológicas y búsqueda de **protección, seguridad y refugio**

Estilos de apego:

- Apego seguro
- Apego inseguro evitativo
- Apego inseguro ansioso-ambivalente
- Apego inseguro desorganizado

Apego Seguro: 60%

- Características de los padres:

- ✓ Disponibilidad
- ✓ Sintonización
- ✓ Responsividad



- Equilibrio entre la **protección/seguridad** y el fomento de la **autonomía**
- Ser una **base segura** y un **refugio seguro**
- Buena capacidad de **autorregulación**

Apego inseguro evitativo

- Características de los padres:
 - ✓ Escasa sintonización emocional
 - ✓ Padres más racionales que emocionales
- Muy **independientes y desactivados emocionalmente**
- Estrategia: **separación**
- Intervención: **ayudarle a confiar en las relaciones**



Apego inseguro ansioso-ambivalente

- Características de los padres:
 - ✓ Impredicibilidad y ambivalencia
 - ✓ Más emocionales que racionales
- Altos niveles de **angustia y ansiedad**
- Estrategia: **aproximación**
- Intervención: **ayudarle a confiar en que sí le aprecian**



Apego inseguro desorganizado

- Características de los padres:
 - ✓ A veces ofrecen cuidado y **protección**; otras, terror y **peligro**
 - ✓ Negligentes, con trastornos psiquiátricos...
- Historia de **trauma**
- Dif. autorregulación, cambios de humor...
- Actúa **sin estrategia**
- Intervención: **ayudarle a regularse y dar sentido a lo que le pasa internamente**



APEGO

- ✓ Los tres tipos de **apego inseguro** tienen **mal pronóstico**
- ✓ Los patrones de apego **pueden modificarse**
- ✓ La **escuela** puede ofrecer experiencias de **afecto**, **seguridad** y **protección**

MANOS A LA OBRA: INTERVENCIÓN

PREVENCIÓN

GESTIÓN EMOCIONAL

INTERVENCIÓN EN CONFLICTOS GRAVES



PREVENCIÓN

GESTIÓN EMOCIONAL

INTERVENCIÓN EN CONFLICTOS GRAVES

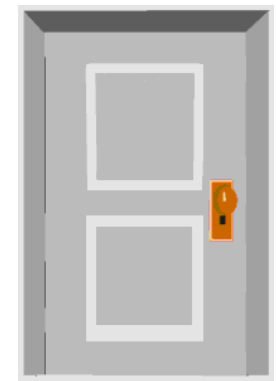


Ofrecer **contextos de seguridad y protección**



Construir buena relación con el alumno

Termina diciendo algo positivo
a la persona



Actitud de los profesionales

Respeto y comprensión

Firmeza y afecto

Empatía

Proactivos

Comunicación asertiva

Criticar el comportamiento,
no a la persona

Coherencia

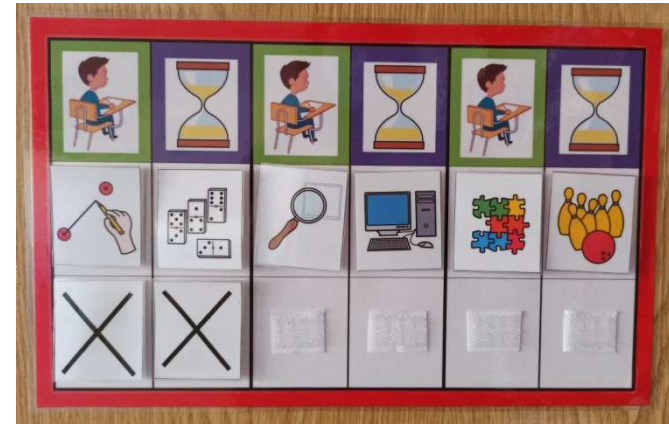
Ser modelo

Autocontrol del adulto



Cambios estructurales y ambientales

- **Reducir distractores**
- **Estructuración y rutinas**
 - ✓ Rincón de la calma
 - ✓ Delimitar tiempos
- **Normas**
- **Permitir el movimiento**
 - ✓ Desplazamientos funcionales
 - ✓ Zona de movimiento
 - ✓ Descanso activo
 - ✓ Bandas elásticas, pelota de pilates...
 - ✓ Manipulación de pequeños objetos

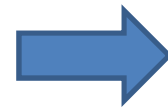


COMUNICACIÓN ASERTIVA



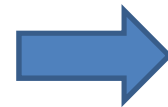
El poder de las palabras

Palabras y mensajes
positivos



GENERAN
POSIBILIDADES

Palabras y mensajes
negativos



LIMITAN

¿Qué es la CA?

- ✓ Utiliza un **lenguaje positivo y potenciador**
- ✓ Se comunica **con precisión**
- ✓ Es **respetuosa**

La CA implica:

- ✓ Escucha empática
- ✓ Comunicación verbal y no verbal
- ✓ Uso del lenguaje con precisión

Escucha empática o activa

- ✓ Escuchar **sin evaluar**
- ✓ **Respetar** el mensaje
- ✓ Prestar atención y **dar tiempo**
- ✓ Hacer **preguntas**



Comunicación verbal y no verbal



- ✓ 93% no verbal
- ✓ **Cómo** decimos las cosas

Una **actitud corporal tranquila** y un **tono sereno y cálido** ayuda a **CALMAR**

Uso del lenguaje con precisión

- ✓ Evitar sermones
- ✓ Lenguaje **sencillo, preciso y positivo**

PALABRAS
AUTOLIMITANTES

~~“NO”~~

~~“PERO”~~

~~ETIQUETAS~~

PALABRAS
POSIBILITADORAS

“AÚN”

Enseñanza de Habilidades Funcionales



Requisitos:

1º Precisa **otra persona**

2º **Frecuencia**



Enseñanza de HH. Sociales y Comunicativas



**QUIERO
ESTAR SOLO**



**NO ME
GUSTA**



AYUDA



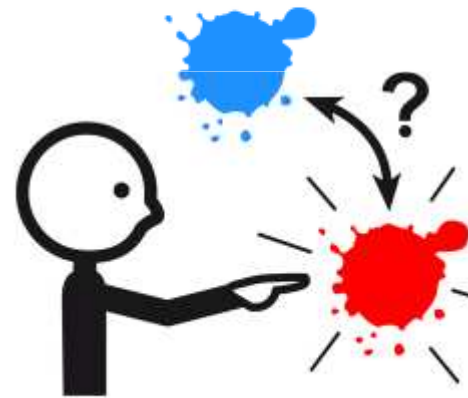
**ESTOY
CANSADO**



**QUIERO LA
PELOTA**

Permitirles hacer elecciones

- Se sienten **pertenecientes e importantes**
- Les conocemos mejor



Opciones y forma de presentación, según la **capacidad de comprensión y comunicación**

Con los juegos se aprende... ¡Y mucho!

Beneficios del juego

- ✓ Placentero y **motivador**
- ✓ Estimula la **curiosidad** y la **creatividad**
- ✓ Favorece la **socialización**
- ✓ Instrumento de **expresión emocional**
- ✓ Favorece la **regulación emocional**
- ✓ Estimula el desarrollo de las **FFEE**

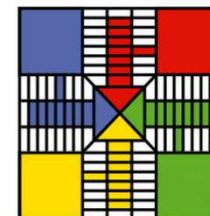
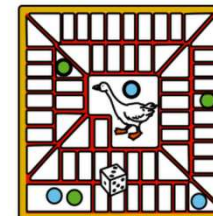
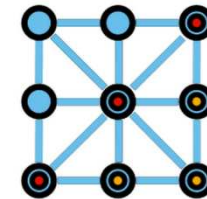




“Jaque Mate al TDAH” (2012)

Aspectos que se trabajan

- Permanencia en tarea
- Respeto de turnos y reglas
- Atención
- Planificación
- Flexibilidad cognitiva
- Autocontrol
- Tolerancia a la frustración



PREVENCIÓN

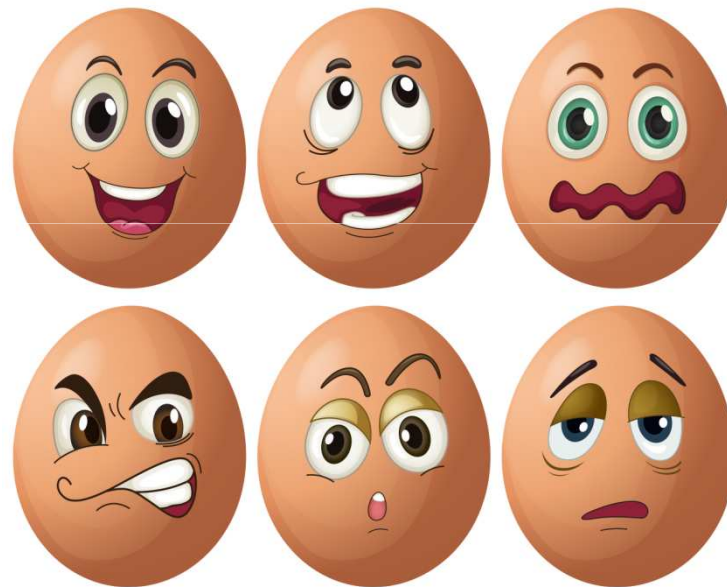
GESTIÓN EMOCIONAL



INTERVENCIÓN EN CONFLICTOS GRAVES

Legitimar las emociones

Son **subjetivas y automáticas**, no se eligen



Nunca decir *“no pasa nada”, “no llores”...*

De la heterorregulación a la autorregulación



**Autorregulación
del ADULTO**



Corregulación



**Autorregulación
del NIÑ@**

Autorregulación del adulto



- Estar en situación de **calma**
- Controlar el **tono emocional**
- Cuando no sepas qué hacer...

NO HAGAS NADA



Podemos **mejorar** nuestro
autoconocimiento y autocontrol

Corregulación o heterorregulación



- **Ayuda relacional:** *“La seguridad está en el ojo de quien mira”* (M. Delahooke)
- El adulto como **intérprete** (mentalizar)
- **Nombrar** para dominar

Autorregulación



Otras técnicas o pautas

- ✓ **Gritar**
- ✓ Acercamiento físico
- ✓ Agacharnos para ponernos **a su altura**
- ✓ **Pedirle ayuda** o colaboración
- ✓ **Abrazarle** (tocar, guiño...)
- ✓ Permitirle **estar solo**
- ✓ **Desviar la atención**



Recursos para entrenar en control de la ira



T. de Respiración y Relajación



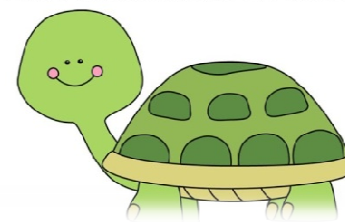
Caja antiestrés



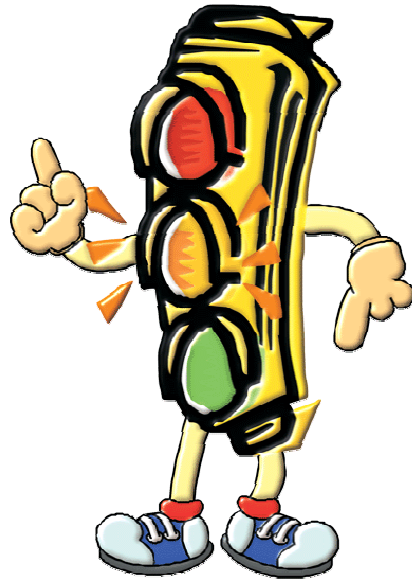
Autoinstrucciones

La tortuga

CUENTO PARA TRABAJAR EL AUTOCONTROL



PARO
PIENSO
ACTÚO



Volcán



Zonas de autorregulación

PREVENCIÓN

GESTIÓN EMOCIONAL



INTERVENCIÓN EN CONFLICTOS GRAVES



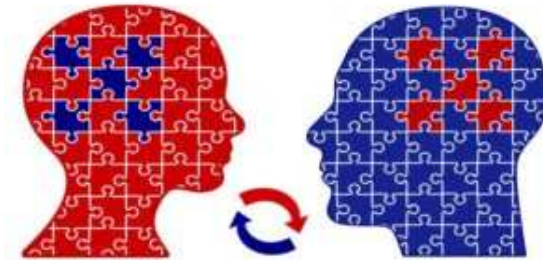
“Secuestro neuronal”
(Goleman, 2006)

1. **No** es algo personal **contra nosotros**
2. **No** son conductas **premeditadas**



“Conecta y Redirige” (D. Siegel)

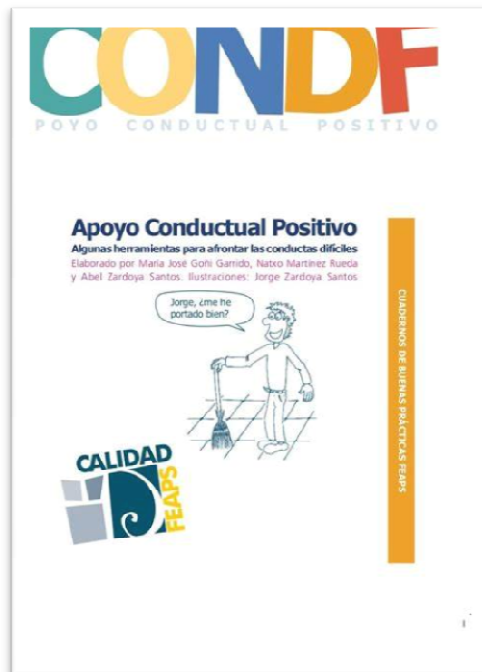
1º Conectar con su cerebro emocional

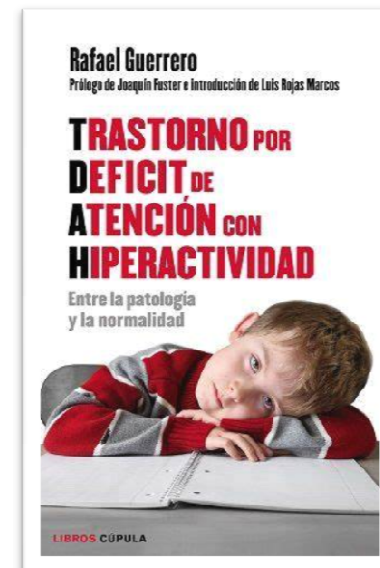
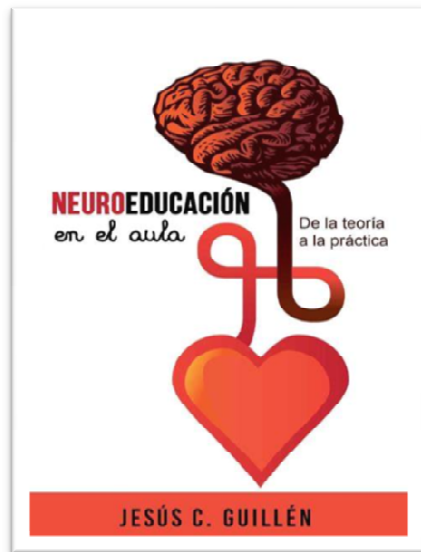
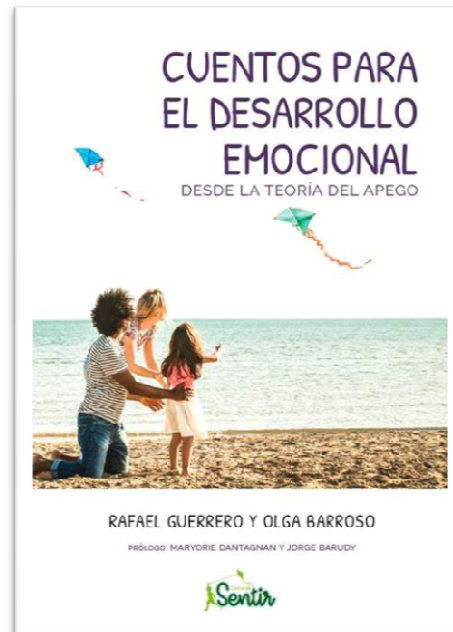
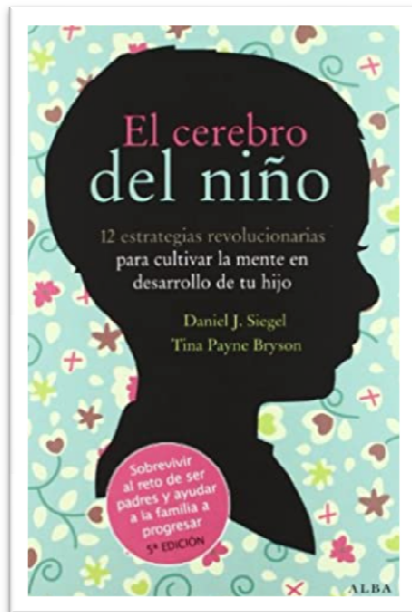


2º Redirigir: comentar lo sucedido, buscar alternativas...

Utilizar los medios **más seguros y menos restrictivos**. La **inmovilización**, en casos de **extrema gravedad**

Bibliografía





- Acosta Rubio, M.N. (2021). *Lo que aprendí mientras te portabas mal*. Editado por Juan Carlos Dávila Ferreira.
- Bilbao A. (2020). *El cerebro del niño explicado a padres*. Barcelona: Plataforma Editorial. (27ª edición).
- Blakemore, S.J. y Frith, U. (2018). *Cómo aprende el cerebro. Las claves para la educación*. Barcelona: Ariel. (8ª edición).
- Delahooke, M. (2021). *Más allá de la conducta*. Madrid: Oberon.
- FEAPS (2007). *Apoyo conductual positivo. Algunas herramientas para afrontar las conductas difíciles*. Madrid: FEAPS.
- Guerrero, R. (2016). *Trastorno por déficit de atención con hiperactividad. Entre la patología y la normalidad*. Barcelona: Planeta. (3ª edición).

- Guerrero, R. y Barroso, O. (2019). *Cuentos para el desarrollo emocional desde la teoría del apego*. Madrid: Editorial Sentir.
- Guillén, J. (2017). *Neuroeducación en el aula. De la teoría a la práctica*.
- Siegel Daniel, J. (2016). *El cerebro del niño*. Barcelona: Alba.

“¿De dónde sacamos la loca idea de que para que un niño se porte bien, primero tenemos que hacerle sentir mal?”

(Jane Nelsen)