



CEPSICAP
centro de psicología aplicada



MANEJO DE CONDUCTA

María Mendaña
Psicóloga
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

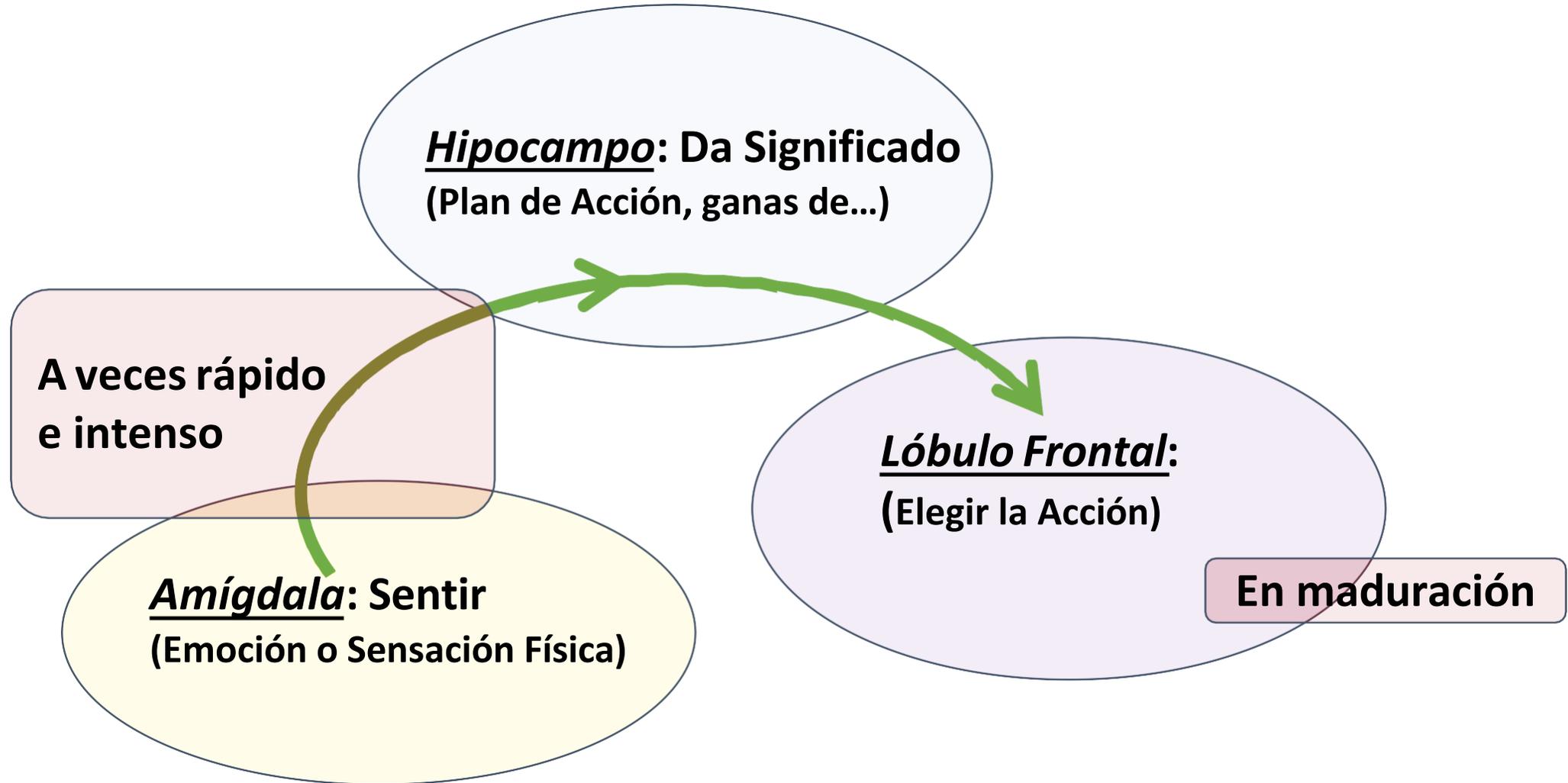
...

¿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.

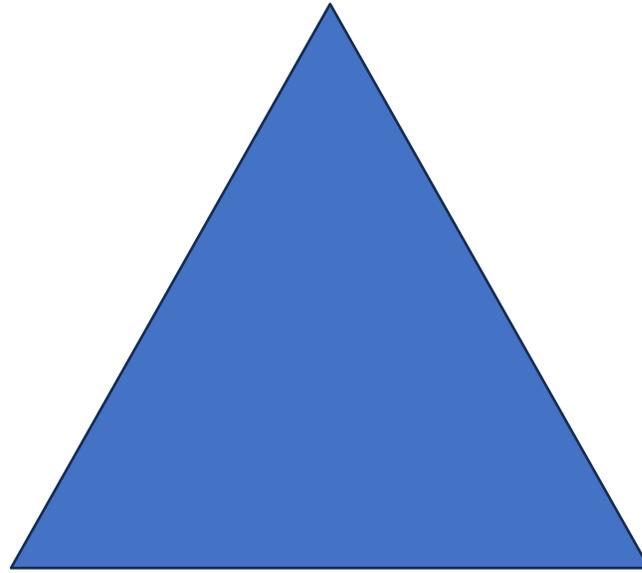
ANTECEDENTES

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.

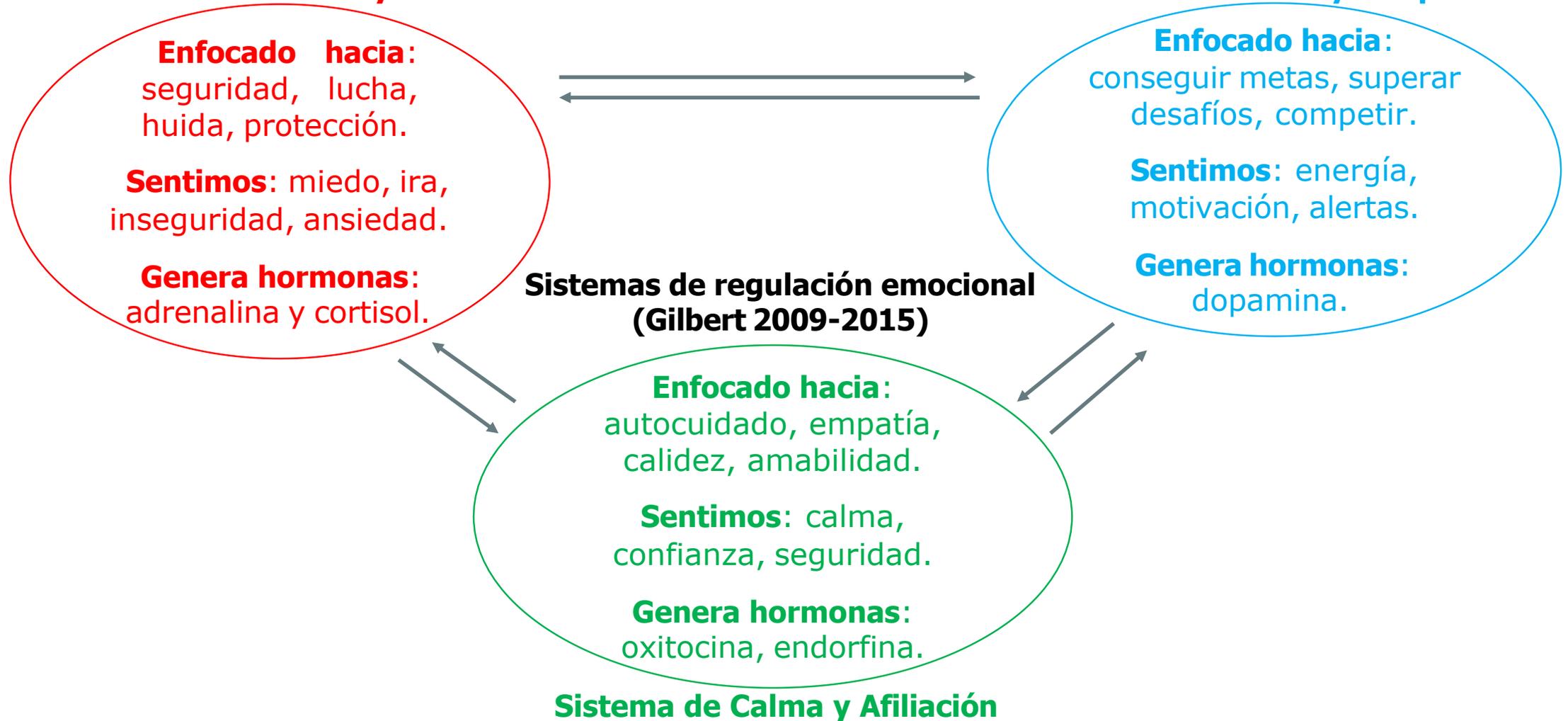
Sistemas de regulación emocional (Gilbert 2009-2015)

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:

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

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

Manifestar 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

