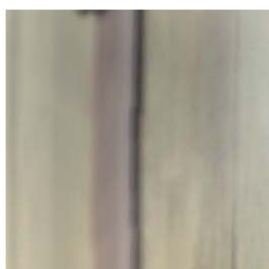


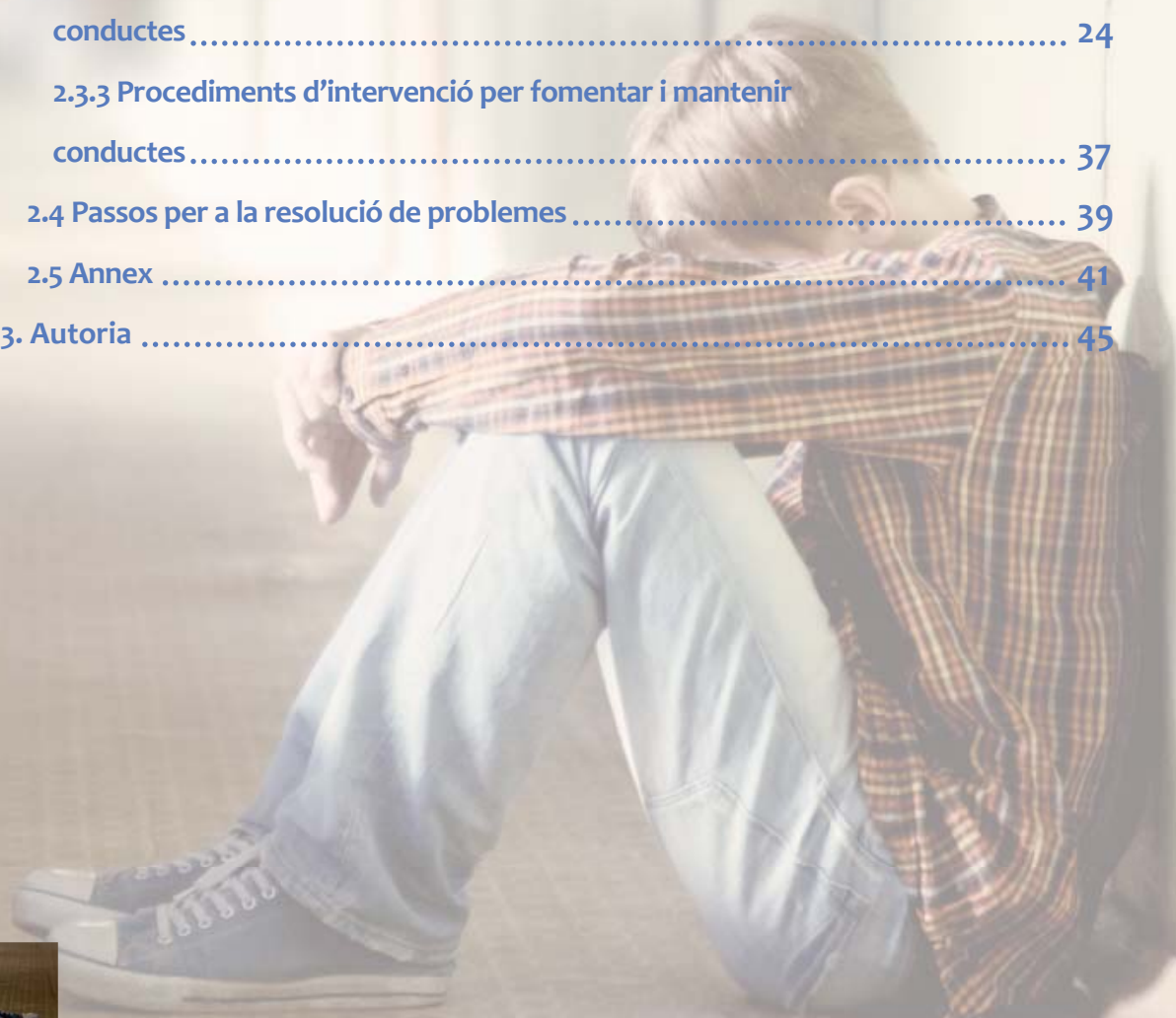
Mòdul 4: La construcció de casos. Tècniques d'intervenció

Diversos autors



índex

1. Introducció	3
1.1 Aportacions des de l'anàlisi de casos	4
1.2 La construcció del cas en el marc de l'escola	5
2. Tècniques d'intervenció.....	10
2.1 Introducció	10
2.2 Orientacions sobre el control del comportament	11
2.2.1 Mètodes centrats en la conducta positiva	16
2.3 La modificació de la conducta. Tècniques d'intervenció	17
2.3.1 Procediments d'intervenció per reduir i extingir conductes inadequades	18
2.3.2 Procediments d'intervenció per adquirir i incrementar conductes	24
2.3.3 Procediments d'intervenció per fomentar i mantenir conductes	37
2.4 Passos per a la resolució de problemes	39
2.5 Annex	41
3. Autoria	45



1. INTRODUCCIÓ

La identificació de la problemàtica conductual i les necessitats que aquesta genera, així com el seguiment de les actuacions acordades mitjançant l'acompanyament de l'alumne, la família i el centre, es poden veure força optimitzats mitjançant un treball que faciliti i promogui la **construcció del cas**.

El mètode de construcció de casos és un instrument adequat per al treball interdisciplinari de l'equip que acompanya l'evolució educativa i mental de l'alumnat amb alteracions greus de la conducta. Aquesta metodologia permet articular en el procés d'intervenció els conceptes que s'han tractat en els apartats anteriors: context de col·laboració, ZDP, acompanyament i conversa, i conceptualització i desplegament dels processos d'intervenció psicopedagògica.

- El cas té bondats de mostrar i demostrar la lògica psíquica i de la qualitat dels lligams socials.
- La seva dilucidació aporta beneficis a la persona i al progrés de les accions sociosanitàries.
- La construcció del cas gira entorn de la dificultat per explicar allò que fins el moment no ha trobat una bona manera de representar-se. És, per tant, un exercici reglat d'invenció.
- L'èxit del treball de construcció del cas produeix un “saldo” de saber: permet compartir explicacions sobre la manera de viure de les persones, sobre les seves dificultats i els seus encerts. Realitza un ideal humanitari: el de comprendre el dolor de viure (i, en el cas particular que estem abordant, el dolor de fer-se gran i separar-se de les experiències conformadores de la infància).
- Permet fer un llistat d'allò que li falta a l'alumne per madurar, què necessita, què l'ajuda... I també permet fer una posada al dia dels canvis socials i de les seves conseqüències.
- Genera beneficis a la comunitat de treball i possibilita avançar en les disciplines compromeses en la tasca. El seu resultat no sols és individual per la persona interessada, sinó que promou desplegaments doctrinals.

1.1 Aportacions des de l'anàlisi de casos

En el marc escolar, l'anàlisi de casos ha estat una orientació i una eina en els processos educatius i d'assessorament psicopedagògic amb la finalitat d'abordar el com i el per què de la situació educativa en què es troba un alumne.

L'anàlisi de casos és, al mateix temps, una eina de formació i un mètode d'intervenció psicopedagògica per atendre les necessitats personals dels alumnes. Per aquesta raó, entronca directament amb la problemàtica de l'atenció a la diversitat i, en conseqüència, amb l'atenció de l'alumne amb alteracions greus de la conducta.

La metodologia de l'anàlisi de casos es va fer servir de la mateixa manera en els processos de recerca de caràcter qualitatiu (enfocament etnogràfic/biogràfic, recerca naturalista, investigació-acció...).

Generalment, els psicopedagogs intervenen en els contextos escolars segons les demandes que els fa el professorat i el centre. Per això, des de la perspectiva de l'anàlisi de casos, el cas s'afronta en termes de problema o interrogant suscitat per una demanda. Això implica tenir present el context, analitzar la demanda, identificar les necessitats, establir hipòtesis i prioritats, valorar les decisions a prendre, elaborar la resposta educativa més adient, i determinar els suports i recursos que la faran possible.

En aquest sentit, l'anàlisi de casos focalitza especialment l'atenció en:

- Entendre la lògica de les situacions educatives complexes abordant el com i el per què d'un cas determinat.
- Conèixer les característiques del cas en si mateix.
- Analitzar la demanda d'intervenció sobre un cas i conèixer el context d'intervenció del cas.
- Definir els diferents elements o fases de la intervenció en un cas.
- Valorar la pertinència del procés d'intervenció desenvolupat.

En la confluència de les aportacions de la Salut Mental i de les aportacions de la psicopedagogia emergeix una concepció del treball de casos en una perspectiva educacional-contextual que admet a tràmit l'expressió del malestar subjectiu del subjecte en situació d'ensenyament-aprenentatge a partir d'una anàlisi i valoració de la demanda d'intervenció, del coneixement del context d'intervenció i del desplegament de les diferents fases de la intervenció psicopedagògica que cal tenir presents a l'hora d'abordar un cas.

1.2 La construcció del cas en el marc de l'escola.

La construcció del cas pretén donar operativitat als principis d'acompanyament i conversa en el treball que cal desplegar amb els alumnes amb alteracions greus de la conducta.

La construcció del cas és una experiència d'intervenció interdisciplinària que facilita entendre la naturalesa i l'abast de problemàtica emocional de l'alumne i la relació d'aquest malestar amb els processos d'ensenyament-aprenentatge.

La construcció del cas és una manera d'apropar-se per entendre, valorar i decidir les condicions i la situació (emocional i educativa) d'un alumne. La construcció del cas és presentada en forma de problema, interrogant o enigma, i a partir d'aquí l'equip conversa i elabora una hipòtesi i un saber sobre el cas, que orienta en la resposta que pot afavorir la seva resolució en un(s) context(os) determinat(s) d'actuació.

La construcció del cas té com a finalitats principals:

- Donar lloc a la participació convenient del noi i/o els interessats.
- Narrar o construir la història entre els professionals i el noi...
 - promovent la conversa interdisciplinària i construint la narració de la història, i
 - promovent la conversa i la narració donant un lloc a l'alumne en aquest procés.
- Ordenar els materials. Compartir i convenir els coneixements obtinguts entre els professionals.

- Entendre i interpretar la naturalesa del malestar i la seva possible transformació o sortida.
- Fer les pertinents hipòtesis a confirmar.
- Proposar la direcció del treball interdisciplinar i el tipus d'intervencions adequades.
- Documentar el procés de narració.
- Convenir un referent que impulsi i dinamitzi el procés de construcció del cas.

La construcció del cas és una obra oberta que es reescriu a mesura que avança l'explicació del conflicte.

La construcció del cas no simplifica, sinó que ordena la qüestió que planteja el malestar de la persona, les paradoxes que comporta, les conseqüències a l'entorn i a les relacions... És un taller de conjectures, hipòtesis i propostes d'intervenció.

La fórmula té l'encert de servir tant per la feina estrictament clínica com per les tasques d'acció educativa i social en què les disciplines educatives, socials i sanitàries treballen plegades.

La construcció del cas parteix de les següents preguntes: **tot això per què i, quina lògica demostra?**

La construcció de cas és un mètode que promou la conversa i la narració en el subjecte: els alumnes amb alteracions de la conducta són expressió d'una complexa relació amb les seves vivències, emocions i sentiments. Els seus actes sovint són l'intent de desfer-se de tot plegat i somniar que comencen de nou. Es dolen de no trobar la manera per tenir a l'abast una narració complaent de la seva existència i una imatge personal pacificadora.

Per poder acompanyar els alumnes amb alteracions de la conducta, establir-hi confiança i conversar-hi de manera orientada, cal que l'equip i els adults de proximitat treballin en forma de taller les pobres expressions emocionals del patiment, les seves contradiccions, el buits, i els fragments de la narració, juntament amb els materials conductuals que els supleixen.

La construcció del cas és un mètode que promou la reflexió i la conversa entre els professionals. La narració de la història per part de l'equip: Als alumnes amb alteracions greus de la conducta els fa falta la conversa i els ajuden les converses creuades entre educadors, personal de suport, adults de proximitat, familiars... La construcció del cas és el mètode que promou aquesta gran conversa.

Aquesta conversa es transforma progressivament en un saber que pot prendre la forma d'un relat. Una idea compartida sobre el que li pot passar a un noi o una convenció sobre les formes de tractar-lo són relats produïts per l'equip.

La finalitat del procés de construcció del cas és elaborar un relat que ens ajudi a entendre la situació i faciliti el fet de prendre decisions a l'hora de planificar i organitzar la resposta educativa i global dels alumnes.

És un treball narratiu en què es podrà construir una convenció sobre el que li passa al subjecte (l'alumne) en el si del seu entorn humà, una idea que pot donar pas a dissenyar una resposta educativa, formativa i terapèutica que sigui una eina per afrontar el malestar de l'alumne en el marc de la institució i de l'aula. Aquest relat només es pot elaborar longitudinalment en el temps i mitjançant la conversa entre tots aquells que participen en el procés.

La construcció del cas implica un registre narratiu: convé redactar un document que doni suport al relat del cas i al voltant del qual sigui possible personalitzar l'atenció que precisa l'alumne, dotant-la de la continuïtat en el temps que precisa el procés d'acompanyament. És un document que serveix a diferents propòsits: concretar la narració de la història, recollir la producció del saber elaborat per l'equip en relació al cas, i especificar les hipòtesis de treball i les orientacions per a la intervenció. Aquest relat és la plataforma des de la qual es poden prendre les decisions adients per proporcionar a cada infant i a cada jove les respostes adequades a les seves necessitats.

La construcció del cas requereix un temps: el relat del cas es construeix, es planifica i es valora a mesura que progressa la història i circula la conversa. I això requereix temps. En aquest procés d'acompanyament i conversa, la metodologia de la construcció de casos juga un paper fonamental, ja que ens permetrà situar i ordenar tot el material obtingut en les diferents fases o moments del procés d'intervenció i, en conseqüència, orientarà la direcció del treball educatiu i psicopedagògic i els tipus més adequats d'actuacions.

Convé no confondre el procés de construcció del cas i la seva narració amb altres dimensions del procés d'intervenció: les decisions sobre quan avaluar, qui avaluarà, com avaluarà, el moment de decidir si plantegem una adaptació o modificació curricular, el moment de decidir quin tipus de suport cal promoure, i el temps de valorar la pertinència d'una derivació, es prenen a partir del propi progrés de la història i de la seva narració.

La construcció del cas és impulsada per un professional referent: en les reflexions i actuacions derivades del procés de construcció del cas hi poden participar diversos professionals. El referent promou i dóna continuïtat a una conversa permanent entre tots els professionals de l'equip que hi participen, coordinant les actuacions que es deriven del procés d'acompanyament, i també impulsa i dinamitza la continuïtat del procés per tal de facilitar la construcció del cas sense que es promoguin respostes precipitades.

Els professionals dels EAP i els psicopedagogs del centre educatiu poden jugar el paper de referent, que té una visió més objectiva, des de la distància (també emocional), i que ha d'ajudar a refer els possibles trencaments que s'hagin produït.

La construcció del cas evita actuacions precipitades: anar cada cop més de pressa en el desenvolupament de les tasques professionals és un tret típic de la nostra època. Tot ha de funcionar correctament, tot s'ha de fer sense obstacles, sense problemes, sense preguntar-se les causes, sense saber el perquè d'aquests problemes.

Quan es procedeix d'aquesta forma, el temps necessari per a la comprensió del problema i l'elaboració d'una resposta es “curtcircuiten”: es passa de percebre el problema a respondre amb urgència sense passar per un temps necessari de comprensió i elaboració del problema. Es conclou sense comprendre. Aquest és un tret característic de les respostes que els professionals donen a les alteracions greus de conducta.

L'impacte social que aquestes conductes tenen a l'escola generen situacions de força malestar entre els professionals i els pares i sovint els provoquen una precipitació en la resposta (expulsions, sancions, derivacions a experts, etc.) que alhora incrementa la conducta d'hostilitat que es pretenia “eliminar”.

La manca de diàleg i debat promou una visió fragmentada de la problemàtica de conducta. La participació, la coordinació i la presa de decisions han d'estar vertebrades per la conversa

i el diàleg entre els mateixos professionals, entre els professionals i els alumnes, entre els professionals i l'equip directiu, entre els mateixos alumnes, i entre els professionals i les famílies.

Per això cal crear llocs de trobada en els centres a partir dels quals puguem construir lligams. S'ha de poder produir un discurs del vincle, donant un lloc a l'alumne, al professor, i a les famílies; un lloc a les seves paraules i al temps que es requereix per conversar.

La construcció de casos: conseqüències i condicions: no ens passa desapercbut que introduir la metodologia de la construcció de casos necessita una sèrie de condicions afavoridores que parteixen de la seva afinitat amb el projecte de centre, de l'espai i el temps de tutoria, de la disposició al treball en equip, i de l'obertura a la confrontació de les explicacions educatives i psicològiques que donen versemblança a tot plegat. La prudència i la confiança en la llum que dóna la conversa orientada són virtuts desitjables per portar a bon port aquesta tasca.

Quan pensem tot això i ho traslладem a la dinàmica de l'equip docent del centre, comprovem que podem fer un llistat ampli de beneficis: per a l'ideari i el programa del centre, per a les innovacions factibles en el treball de tutoria, per a l'acció integral i global vers els casos, i també per a altres reptes educatius de l'època.

2. TÈCNIQUES D'INTERVENCIÓ

2.1 Introducció

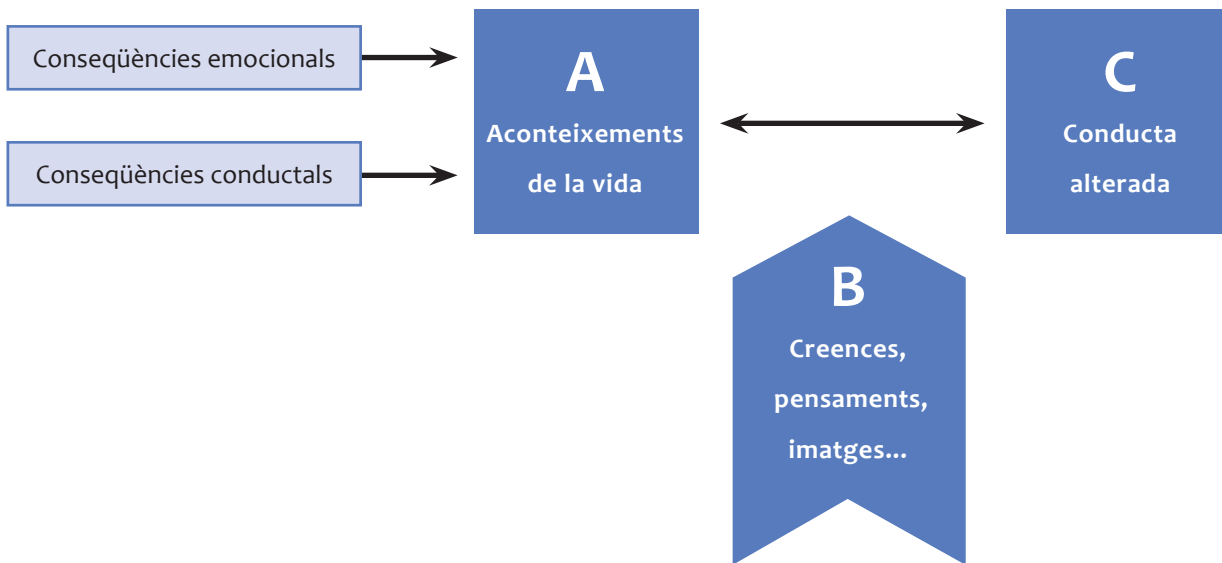
Què fer quan sorgeixen a l'aula aquelles conductes alterades, no desitjades?

Cal trobar alternatives a la conducta pertorbadora, ampliar el ventall de possibilitats, fer-la extensible a diferents moments i situacions i reforçar-les positivament. Si la conducta està molt fiançada es demorarà en la seva extinció, i, és en aquests moments, que caldrà comprometre a totes les persones vinculades amb l'alumne amb alteracions greus de la conducta per tal de fer una actuació conjunta.

Les diferents tècniques de Modificació de Conducta troben el seu fonament en el denominat Model Conductual, sorgit com a reacció i renovació dels postulats psicològics vigents a principis del segle XX. En aquests moments l'objecte d'estudi predominant de la psicologia era la ment o la consciència i el seu contingut, i el seu mètode d'estudi era la introspecció. El seu postulat bàsic era que la conducta és sobretot una conseqüència de l'aprenentatge que té lloc en l'àmbit social en el que creix i es desenvolupa l'individu. Aquest camp de la Psicologia ha aportat a partir de l'estudi sistemàtic de l'aprenentatge animal, nombroses tècniques eficaces per instaurar, corregir o modificar conductes en infants i adolescents.

Avui dia, el Model Conductual ha evolucionat cap un model integrat en el que la conducta i la cognició han equiparat pràcticament el seu estatus i assumeixen el seu paper d'agents causals recíprocs entre sí.

L'enfocament cognitiu-conductual, en termes generals pot conceptualitzar-se segons l'esquema A-B-C, en el qual A representa els aconteixements de la vida que estan relacionats amb determinades conseqüències emocionals o conductuals que defineixen un problema o alteració psicològica representat per "C". Entre ambdues se situa "B", element que integra les creences, les imatges, els pensaments i que mediatitza entre les parts.



Quan existeixen problemes conductuals específics que provoquen malestar o desadaptació de l'alumne en el seu entorn proper, ja sigui en el marc escolar o dins la família, es fa necessari aportar solucions eficients. A mode d'exemple, podem citar el seu ús per part de professionals de l'educació dins l'aula. Davant d'un col·lectiu d'alumnes, el mestre necessita pautes d'actuació concretes que facin front a episodis d'alteracions conductuals, d'agressivitat... **En aquests moments, on el temps és breu per a una anàlisi exhaustiva de les circumstàncies de cada nen, és on les tècniques conductuals cobren major importància.**

2.2 Orientacions sobre el control del comportament

L'alumne pot presentar problemes d'actitud a l'aula, té una actitud provocadora, falta de motivació i rebel·lió davant les normes i davant la figura del professor. Tanmateix, pot mostrar greus problemes d'aprenentatge degut a uns patrons de conducta incorrectes.

Ens centrarem en els seus problemes de conducta, i en aconseguir millorar la seva actitud dins i fora de l'aula. Per fer-ho destaquem la necessària col·laboració entre escola i família, summament important si es volen aconseguir resultats positius.

A mode de resum, presentem els aspectes i orientacions que caldrà tenir en compte tant en el centre escolar com en l'ambient familiar, destacant la important coordinació i diàleg entre ambdós:

- Donar exemple: els alumnes imiten el comportament dels adults, per tant, per aconseguir una conducta adequada, caldrà donar exemple.
- Concretar el comportament: és necessari resumir el que l'alumne hauria de fer preferentment en termes positius.
- Aportar solucions alternatives als conflictes: caldrà treballar diferents tipus de pensament (posar-se en el lloc de l'altre, conseqüències i causes d'una conducta...), mantenint xerrades individuals amb l'alumne, conversant tranquil·lament, amb confiança i respecte (per exemple a l'hora de tutoria).
- Elogiar pels avenços del jove: caldrà que siguin concrets, adequats i immediats, augmentant la probabilitat de que aquesta conducta s'interioritzi i es generalitzi.
- Utilitzar reforçadors: el reforç es pot utilitzar amb la resta de la classe, per tal de fiançar conductes i actituds que s'estiguin treballant amb l'alumne i ampliar a la resta.
- Tenir en compte que el prestar atenció a un alumne pot convertir-se en un fort reforçador. Hem de tenir cura en l'ús involuntari d'alguns reforçadors, com les reprimendes.
- Una manera eficaç d'eliminar comportaments específics és simplement ignorar-los. Ignorar el comportament consisteix en no fer el mínim cas a conductes inadequades i, alhora, parar atenció i fer comentaris de les conductes positives.
- Tenir en compte la importància d'un bon ambient, relaxat, tranquil, ja que els entorns tensos i desestructurats augmenten la tensió de l'alumne.

Cal tenir present que en iniciar un programa de modificació de conducta, els seus resultats no són immediats, fins i tot pot haver-hi inicialment un increment de la conducta no desitjada.

És fonamental portar un registre de les conductes de l'alumne (Annex). Els registres que porta a terme el mestre de l'aula, poden ser compartits amb la família de l'alumne, per tal que aquesta recompensi els avenços i felicitï al jove. La forma d'utilitzar els registres cal que sigui un estímul per incrementar actituds i conductes adequades i fer un seguiment de l'alumne.

Tanmateix, caldrà tenir en compte que qualsevol tècnica de modificació de la conducta:

- a) ha de basar-se sempre en una orientació positiva;
- b) ha de tenir relació amb el comportament;
- c) s'ha de fer en privat, amb paraules adequades;
- d) que ajudi a reflexionar i a dialogar;
- e) s'han d'oferir opcions reparadores (prudents, lògiques, adequades i positives);
- f) s'ha d'expressar amb serenitat i energia al mateix temps;
- g) el docent no ha d'expressar el seu poder; per exemple:
 - “Em sap greu, és la norma del centre” (norma que ell o ella no ha votat).
 - “Ho dic jo i no cal parlar-ne més”
- h) sí ha d'expressar la realitat social:
 - “ Et vares comprometre”
 - “Sabies que no era just, correcte”
 - “Entens que l'altre és el perjudicat”

i) no ha d'expressar elements de judici moral:

- “Ets un inconscient”
- “Ets únic per fer la guitza”
- “Ets un company poc desitjable”
- “Ets un irresponsable”

j) sí fer-ho de forma descriptiva:

- “Estaves a la lluna, fora de joc”
- “Estaves neguitós”
- “Estaves molt sol”
- “Estaves enfadat , per què?”

Cal tenir present que el professor **no es pot manifestar:**

- Impacient, impulsiu, nerviós, descontrolat o agressiu.
- Malhumorat, sarcàstic, venjatiu.
- Exasperat, irritat, bel·ligerant (violència gestual, veu cridanera, mirades fulgurants..) manifesten descontrol passatger pel professor, però tenen repercussions inesperades en els alumnes.

Tot això és altament negatiu; i si és excessivament benèvol: ofega tota disciplina o ordre a l'aula.

Així doncs, cal que el professor tingui:

- **Una actitud equilibrada:** es preocupa per l'alumne com a persona, no com un número de la llista ni com un simple receptor de continguts. D'aquesta manera evita buidar de contingut la seva originalitat legítima i que es provoqui un alliberament d'energies contingudes.
- **Una actitud reflexiva:** abans d'actuar, pensar en com i per què s'ha produït el fet, la situació de la conducta.
- **Una actitud dinàmica:** capacitat per controlar diverses activitats o situacions alhora. Abans d'amenaçar, ha d'oferir alternatives.
- **Una actitud innovadora:** capacitat per recrear, inventar i estimular per fugir de la monotonia i l'avorriment.

Es fa evident que l'actitud del docent ha de ser de guia i d'ajuda, sense amenaces ni coaccions. Així doncs, **cal valorar l'alumne pel que és, no només pel que fa**, per les seves capacitats, creient-t'hi; per l'esforç emprat, més que pels resultats; en clau positiva (sempre és possible fer-ho). El docent ha de desvetllar la seva assertivitat i mostrar confiança a l'alumne. **L'èxit del docent rau en la capacitat de comunicar-se i de dirigir dues o més activitats a la vegada.**

Serà important que la dinàmica que es persegueixi per modificar conductes transmetin confiança, seguretat, autoestima i receptivitat.

2.2.1 Mètodes centrats en la conducta positiva

Fomentar una conducta és reforçar-la, tant si aquesta conducta consisteix en lletrejar correctament unes paraules com en llançar una pilota. Cal tenir en compte aquest principi: “les accions seguides per un reforç seran probablement repetides en situacions futures similars”.

A l'aula, el docent pot fer un gran ús d'aquest principi, reforçant simplement conductes positives. Tot i que aquest fet sembla ser de fàcil aplicació, en realitat suposa un considerable esforç, perquè els casos de conductes alterades són advertits amb més facilitat, mentre que la conducta positiva freqüentment passa desapercebuda. Potser tendim a ser bons crítics, més capaços d'assenyalar la conducta errada que d'advertir la conducta desitjada. L'elogi sembla menys natural que la crítica.

Efectes de l'atenció del docent

Per a molts alumnes resulta reforçadora qualsevol atenció del docent, inclús la que revesteix un aspecte crític. Advertint constantment als alumnes que realitzen conductes alterades, el professor està reforçant en realitat la mateixa conducta alterada que vol eliminar. El problema és fa més distens només quan comença a ignorar aquest tipus de conducta. Els docents podem fomentar moltes conductes, tant positives com negatives, simplement parant atenció a aquestes.

Ús de l'atenció del docent per a canviar la conducta

A continuació proposem els següents passos per tal d'intentar canviar una conducta no desitjada:

- En una primera fase, cal anotar curosament les conductes pertorbadores dels alumnes.
- En una segona fase, caldrà col·locar en un lloc visible de la classe les NORMES DE CONDUCTA que és necessari observar a l'aula. Han de tenir les següents característiques:
 - cal construir les normes de manera positiva, a ser possible no fer ús del “no”.

- les normes han de ser curtes i concretes;
 - les normes s'han de consensuar, no imposar-les;
 - s'han de reduir les normes a l'imprescindible, entenedores, que estimulin els comportaments desitjats i que etiquetin conductes, però no persones.
 - cal fer una lectura col·lectiva (mestre i alumnes) de les regles assíduament.
- En una tercera fase, cal recordar periòdicament les normes als alumnes en els moments que tenen una bona conducta, i no quan la conducta és inadequada.
 - En una quarta fase, s'introdueix el factor decisiu: el professor comença a dispensar elogis i atenció als alumnes quan la seva conducta sigui la desitjada ignorant les infraccions a les normes. La combinació de normes, passant per alt la conducta no desitjada i elogiant la conducta desitjada disminuirà significativament la conducta pertorbadora.

L'aplicació d'aquesta metodologia cal que tingui un caràcter de sistematització dotant-lo de l'entitat curricular que possibilitin les condicions contextuais. Es podria dir que a major tractament normalitzat, major és el rendiment obtingut i, en el nostre cas, el rendiment seria l'obtenció de l'eficàcia conductual.

2.3 La modificació de la conducta. Tècniques d'intervenció

Les tècniques que exposem a continuació, tot i que les descriurem separadament, poden utilitzar-se individualment o en combinació, segons el cas, per tal d'afavorir els resultats. Tanmateix, és important destacar que cal conceptualitzar-les com a eines puntuals, per a situacions concretes, malgrat que a nivell d'intervenció psicològica el seu ús ha de ser complementat amb una anàlisi més detallada del cas en el que s'incloguin tots els factors de risc per al seu degut tractament.

2.3.1 Procediments d'intervenció per reduir i extingir conductes inadequades

Retirada de l'atenció

Aquesta tècnica es basa en deixar automàticament de prestar atenció a l'infant o adolescent davant manifestacions que interfereixen el procés d'ensenyament-aprenentatge, per reivindicar certes demandes o crides d'atenció. L'objectiu és ensenyar al jove que efectuant peticions de forma inadequada no aconseguirà captar la nostra atenció.

Aprendre a ignorar no és gens fàcil. La majoria de nosaltres presta atenció a les transgressions, com per exemple: “Pere, estigues quiet”, “Marta, ja està bé de molestar”...

Si retirem l'atenció que li prestem immediatament després de l'aparició de la conducta inapropiada, aquesta tendirà a extingir-se.

Quan aparegui la conducta inadequada cal actuar de la següent manera:

1. Evitar el contacte ocular o l'emissió de qualsevol recriminació, paraula o gest. Cal fer com si la conducta no estigués succeint (a no ser que siguin conductes que suposin un perill per al ell o per als altres). Un cop s'hagi calmat la situació es pot intentar parlar amb un to tranquil del què ha succeït. La idea no és transmetre “T'has portat malament” ans al contrari “Pots aconseguir alguna cosa si ho demanes d'una altra manera”
2. Està completament contraindicat verbalitzar qualsevol retret, sermó o advertiment de que no li farem cas encara que insisteixi. D'aquesta manera li estem retant a una discussió dialèctica que pot empitjorar les coses. Simplement, no dir-li res.
3. Quan la conducta alterada comenci a minvar, progressivament tornarem a prestar-li atenció.

Temps fora (Time-out)

La tècnica de Temps fora o tècnica de l'aïllament s'utilitza sovint per tal d'eliminar una conducta problemàtica i consisteix en separar a l'infant o adolescent amb alteracions conduc-

tuals del context en el que està succeint la conducta negativa. Per exemple: separa a un alumne de la resta del grup-classe quan el seu comportament sigui inacceptable i no es pugui ignorar per la gravetat del mateix.

L'aïllament rep també el nom de recés de reforç i un dels principals problemes que planteja és el de l'elecció del lloc d'aïllament social. En nou context on es retiri l'alumne ha de ser un lloc en el que no pugui obtenir cap gratificació o reforç, ja que ans el contrari, el lloc d'aïllament seria una conseqüència agradable de la conducta, i per tant l'estaríem reforçant.

Cost de resposta

Aquesta tècnica consisteix en treure alguna cosa que agrada com a conseqüència de la conducta. Contingentment a l'aparició de la conducta no desitjada s'aplica una conseqüència immediata (la conducta tindrà un cost per a l'infant).

A diferència del càstig, no introduïrem un estímul aversiu, sinó que retirarem total o parcialment un reforçador. La conseqüència per a l'infant que efectua la conducta és la pèrdua d'alguna cosa positiva i que ara ja no està disponible.

Extinció

Aquesta tècnica passa per cercar, en primer lloc, què és el que està reforçant la conducta objectiu i després eliminar aquest reforçador.

En ocasions la conducta no desitjada pot ser molt persistent encara que el reforçador que la manté pugui ocórrer de forma tan infreqüent que sigui difícil descobrir-lo.

Sigui com sigui, si identifiquem què és el que realment manté la conducta, podrem controlar-la millor.

Els efectes que pot comportar l'extinció són:

- la conducta que està sotmesa a extinció pot augmentar en intensitat, freqüència i durada a l'inici.

- l'extinció pot provocar conductes emocionals com plors, conductes destructives...
- la conducta objecte, un cop extingida i que ja no està reforçada pot tornar a ocórrer ocasionalment.

Economia de fitxes

Es tracta d'una tècnica específica per desenvolupar conductes incipients i també per disminuir conductes problema. En ella intervé el reforç positiu (les fitxes que l'alumne guanyarà per les respostes desitjades) i l'extinció (les fitxes que perdrà per tenir conductes no desitjades).

La tècnica consisteix en establir un sistema de reforç mitjançant la utilització d'unes petites fitxes per a premiar les conductes que es desitgen establir. Realitzant les conductes que es determinen prèviament els alumnes són recompensats amb fitxes que posteriorment són intercanviades una varietat d'activitats agradables, premis... Per utilitzar correctament el sistema de fitxes, prèviament i de forma conjunta (professor i alumne) fixaran clarament el valor de les fitxes o punts que se'ls hi atorgui i les conductes que seran premiades. Aquestes conductes han de correspondre a aquelles situacions que el professor desitja implantar en l'alumne.

Els privilegis utilitzats com a premi només es podran obtenir mitjançant les fitxes i, si és necessari, les conductes indesitjades s'eliminen utilitzant la tècnica de la pèrdua contingent de les mateixes. Els avantatges són els següents: és un sistema independent de l'estat momentani de privació; evita el problema de la sacietat; no interromp la conducta i permet l'autocontrol (demora el reforçament).

Implica quatre passos:

- la definició específica i clara dels objectius,
- l'elecció de diversos incentius o premis als quals es podrà accedir mitjançant la realització de conductes específiques,
- fixació de "preus en fitxes" per a cadascun d'ells,
- ús i canvi "monetari" de les fitxes com a incentiu.

Cal tenir en compte que:

- els alumnes han de tenir a l'abast, en un lloc visible de la classe, quines són les conductes desitjades i quines són les conductes indesitjades, valorades amb el grup classe;
- han d'administrar-se les fitxes una vegada realitzada la conducta, i amb la major immediatesa possible;
- l'administració de fitxes amb caràcter individual es pot realitzar durant la pròpia dinàmica didàctica de la classe, sense necessitat de donar-li major èmfasi i importància a l'entrega de la fitxa. Caldrà associar-se l'entrega de la fitxa a l'alumne amb un reforç social (comentari positiu);
- quan un alumne realitzi una conducta no desitjada (prèviament exposada i valorada en el grup) haurà d'entregar el número de fitxes que s'hagi establert (cost de resposta) sense que això ocasioni cap tipus d'alteració emocional en l'infant o en el professor. Senzillament se li indicarà quina conducta no desitjada ha realitzat i quin és el seu cost i procedir a la recollida de fitxes;
- cal aclarir a l'alumne perquè motiu rep o perd una fitxa amb la finalitat que associï la relació de contingència: conducta desitjada - conseqüència positiva, conducta indesitjada - conseqüència negativa;
- el tipus de fitxes (punts, estrelles...) dependrà de les característiques de l'alumne;
- l'alumne ha de poder escollir entre diversos premis per fer l'intercanvi;
- cal mantenir un equilibri entre les fitxes que es guanyen i les que es perden, que no costi gens i es doni per vençut, que sigui tan difícil que es pugui arribar a saciar;
- el preu del premi ha d'estar ajustat a la freqüència del seu consum, a les preferències de l'alumne i al seu cost;

- és convenient fixar on i quan es faran els intercanvis i estipular un sistema d'estalvi (per exemple, tots els dies puc obtenir petits reforçadors i estalviar per aconseguir un reforç major);
- cal utilitzar un sistema de registre que estigui exposat a la vista de tot el grup classe, quan es tracti de modificar o implementar conductes a tot el grup; o bé una targeta de registre individual per a un alumne en concret.

Un dels principals objectius del sistema de fitxes és **habituar gradual i progressivament l'alumne a tolerar demores** en la recepció de fitxes conforme avança el programa.

Reforçament de conductes incompatibles

Es tracta d'un mètode complementari de qualsevol intent d'eliminar una conducta problemàtica. Es basa en l'administració de recompenses de forma continuada a aquelles conductes que són incompatibles amb la que es vol suprimir i no aplicar cap tipus de conseqüència a la conducta que es vol eliminar (cal ignorar-la). L'augment de la conducta alternativa incompatible comporta una disminució de la conducta indesitjada.

Control d'estímul

Si un estímul està sempre present quan es reforça una resposta (i absent quan no es reforça) la conducta en qüestió apareix amb més probabilitat davant aquest estímul que en qualsevol altra situació. Encara que en un principi siguin neutrals, com a conseqüència del fet d'estar presents sempre que una conducta és reforçada. Així doncs, alterant els antecedents que controlen les condicions, podem eliminar la conducta. La conducta problema pot ser canviada associant estímul (antecedents) amb recompenses no desitjades.

Posem un exemple:

Si un alumne parla contínuament amb el company que té al costat, el mestre generalment canvia al aquest alumne de lloc. Canviat el lloc, el mestre canvia el context estimular (en aquest cas "la proximitat") en el que la xerrada (que es vol evitar) té lloc.

El procediment de canvi d'estímul té, malgrat tot, un curt efecte a l'hora de reduir conductes no desitjades.

Pràctica positiva

Aquesta tècnica consisteix en fer que l'alumne practiqui conductes físicament incompatibles amb la conducta inapropiada durant períodes de temps determinats. Aquest procediment té efectes ràpids.

Per exemple:

En Joan cada dia entra a classe i tanca la porta violentament, amb un cop considerable.

És important que utilitzem sempre una clau verbal prèvia, amb un to clar i ferm, que pugui servir-nos posteriorment per tal d'utilitzar-la a mode de control, sense necessitat de recórrer contínuament a la pràctica positiva.

Sacietat

Amb aquest procediment aconseguirem suprimir una conducta basant-nos en la utilització del propi reforçador que la manté, ja que augmentant de forma considerable l'administració de reforç farem que aquest perdi el seu valor com a tal. De fet, exigir la realització continuada d'una activitat en principi agradable pot convertir-la en aversiva. Quan es decideixi fer ús d'aquesta tècnica cal tenir molt clar que la conducta problemàtica que es vol eliminar la utilitzem com a recompensa - i només com a tal- d'altres activitats.

Al igual que un reforçador que es presenta amb molta freqüència i en grans quantitats produeix sacietat, cansa i perd la seva eficàcia en el manteniment de la conducta, si considerem la conducta problemàtica com una possible recompensa i la utilitzem sistemàticament com a tal, aconseguirem que l'alumne es cansi d'ella, és a dir, deixi de realitzar-la.

Sobrecorrecció

Aquest procediment va estar desenvolupat per Foxx i Azrin (1973), amb l'objectiu de trobar una alternativa al càstig físic per reduir conductes alterades, agressives, perjudicials i inapropiades en les persones amb problemes amb desenvolupament.

La tècnica és simple en la seva aplicació: es tracta de que l'infant, després d'efectuar una conducta alterada, no tan sols hagi de reposar els elements malmesos o trencats, sinó efectuar un treball complementari. Així doncs, el nen haurà de corregir més components dels que va malmetre.

Per exemple, un jove que deliberadament ha llançat un objecte a la classe pot quedar-se a l'hora del pati, recollir l'objecte o objectes llançats i a més a més escombrar tota la classe.

Càstigs

Els càstigs són les mesures que persegueixen extingir conductes inadequades i/o reconduir actituds negatives mitjançant l'aplicació de conseqüències negatives i dissuasòries. Cal que sigui el darrer recurs a utilitzar, ja que té efectes secundaris negatius: sovint encobreixen momentàniament les conductes, més que fer-les desaparèixer; provoquen un deteriorament de les relacions professor-alumne, carregant-les de ressentiment i agressivitat; produeixen habituació en els alumnes, amb la qual cosa es precisen dosis cada vegada més elevades.

2.3.2 Procediments d'intervenció per adquirir i incrementar conductes

Quan tractem d'inculcar o reforçar la freqüència d'un comportament, per tal de no produir efectes no desitjats, no hem de caure en l'error d'aplicar conseqüències gratificants de forma arbitrària, sinó exclusivament a aquelles conductes adaptades i que volem augmentar.

Reforç positiu

Aquest procediment consisteix en presentar una conseqüència positiva (una recompensa o premi) immediatament després de la emissió d'una conducta determinada, augmentant la probabilitat de que aquesta conducta es presenti de nou.

S'utilitza quan volem desenvolupar una nova habilitat, augmentar la freqüència d'una conducta o quan el reforç d'aquesta conducta disminueix l'aparició d'una conducta incompatible no desitjada.

Per tal que aquest procediment doni resultats, la recompensa ha d'estar relacionada amb el comportament, ser contingent a aquest (ha de ser immediat) i cal que sempre vagi acom-

panyat de l'especificació de la contingència i de reforç social. Tanmateix, el reforç positiu cal que sigui cognitivament i emocionalment apropiat per a l'alumne, i evitar caure en l'error de "saciar" a l'infant amb la recompensa.

Reforç negatiu

Aquesta tècnica consisteix en incrementar la freqüència d'una conducta desitjable eliminant un objecte o fet desagradable que antecedeix a la resposta que ens interessa; com a conseqüència de la desaparició, augmenta la freqüència de la conducta desitjada. La resposta que cerquem és el mitjà que fa que es retiri l'objecte o el fet, és a dir, desapareix com a conseqüència de la conducta.

El reforç negatiu també cal que sigui efectiu el més immediatament possible a la conducta desitjada. La seva aplicació pot ésser de manera contínua o intermitent. La primera és més eficaç que la darrera, ja que al suprimir el reforç, es sol produir l'extinció amb més rapidesa.

Reforçament intermitent

Consisteix en presentar el reforçador de manera discontinua, és a dir, que no es reforcin totes i cadascuna de les respostes de l'alumne, sinó solament unes quantes.

Podem utilitzar com a criteri tant el número de respostes donades (de raó o de número) com el temps transcorregut des de l'últim premi (d'interval). El pas del reforçador continu de la conducta a l'intermitent cal que sigui gradual, per tal d'evitar que l'alumne deixi de respondre.

Els dos tipus de reforçadors intermitents poden aplicar-se segons un criteri fixe o un criteri variable. Tindríem doncs quatre opcions d'aplicació:

1. Reforçador intermitent de raó o número fixe de respostes. La recompensa es dona quan l'alumne compleix amb un criteri fixe establert amb anterioritat: cada tres respostes o cada cinc, etc.
2. Reforçador intermitent de número variable de respostes. La recompensa s'administra segons valors que varien d'una a una altra en base a un promig.

3. Reforçament intermitent d'interval fixe de resposta. La recompensa s'administra transcorregut un temps fixat establert amb anterioritat: cada minut, o cada minut trenta...
4. Reforçament intermitent d'interval variable de resposta. La recompensa s'administra segons valors de temps que varien d'una recompensa a una altra.

Aproximacions successives

Aquest procediment consisteix en reforçar diferencialment les respostes cada vegada més semblants a la resposta final desitjada, i sotmetre a extinció les que van quedant més allunyades. S'utilitza quan la conducta desitjada no figura en el repertori de la persona.

En l'aplicació, un cop hem definit el més precís possible la conducta final que volem aconseguir, escollirem una conducta que l'infant ja posseeix i que tingui alguna semblança amb la conducta objectiu i la reforçarem consistentment. Després restringirem progressivament l'amplitud d'aquesta conducta, de manera que reforçarem les formes cada vegada més semblants a la conducta desitjada.

Principi de Premack

Es tracta d'un principi de reforçament formulat originalment per Premack (1965), que exposa que si sabem quines són les activitats que més li agraden a un infant o adolescent, podem utilitzar-les per reforçar la presència d'altres que són menys agradables.

Cal tenir en compte que la diferència fonamental amb altres tècniques com el reforç o el cost de resposta, és que el reforçador no és un objecte, fitxa, premi o qualsevol element primari, sinó una conducta d'altra probabilitat d'ocurrència en un alumne concret. Igualment, l'objectiu del canvi és una conducta de baixa probabilitat d'ocurrència però que desitgem que augmenti.

Orientacions generals:

- Aquesta tècnica pot adaptar-se a diferents edats i prendre diferents formes, preferentment i, segons el nivell de l'infant, a partir del 7 o 8 anys. És una tècnica bàsicament d'aplicació individual, ja que depenem de les preferències naturals de l'infant.
- Cal ser creatius en la seva aplicació i el secret està en trobar la conducta d'alta freqüència que ens serveixi com a reforçador adequat en cada cas.
- En alguns casos, sol funcionar molt bé recolzar-se en registres o gràfics visuals on l'infant pugui veure que té a la seva disposició l'activitat reforçant.
- Igual com succeeix en l'aplicació d'altres tècniques, és necessari assegurar-nos que l'infant aconsegueix alguns petits assoliments al principi per tal que no es desmotivi.
- Amb el temps, s'espera que les noves conductes que han hagut de ser reforçades al principi amb d'altres activitats gratificants, vagin progressivament consolidant-se i finalment no necessitin ja el reforç inicial per aconseguir la conducta desitjada.

Contracte de contingències

Un contracte de contingències o contracte conductual és un document escrit que explicita les accions que l'alumne està d'acord en realitzar i estableix les conseqüències del compliment i del no compliment de tal acord. Implica l'intercanvi recíproc de recompenses contingents en relació a conductes específiques de les persones signants del contracte (docent i alumne). Els contractes són especialment útils per a persones amb escassa capacitat d'autoreforç.

Els contractes tenen el valor de quedar per escrit les conseqüències positives que suposa adquirir l'objectiu proposat.

Han d'incloure:

- Una descripció clara i detallada de la conducta en qüestió. Cal fer la redacció amb un llenguatge positiu, donant la sensació que complint el contracte s'avança, sense induir-lo a la por al càstig.

- Una determinació dels criteris per saber quan una conducta es dóna per aconseguida (forma, freqüència...). També cal fixar la durada màxima del contracte. És necessari incloure condicions acceptables en les que es mantingui un equilibri entre les exigències i la recompensa.
- Una especificació dels premis que s'aconsegueixin a mig i llarg termini, fixat en dates concretes.
- Un acord sobre les conseqüències negatives en cas de que les condicions no es compleixin.
- Un acord sobre els “premis especials” quan s'aconsegueixin els mínims exigits pel contracte.
- Un acord del mètode de control sobre la conducta de qui fa el registre.
- Buscar que passi el menor temps possible entre la conducta acordada i les conseqüències del contracte.

Encadenament

Aquesta tècnica consisteix en recompensar al jove després de que realitzi tota una sèrie de conductes enllaçades les unes amb les altres, formant una cadena natural d'activitats.

Per exemple, l'ordre hauria de ser: si primer ordena el material i després s'asseu al seu lloc, podrà realitzar una activitat que li agrada, per tant aquesta última conducta és la recompensa o premi.

Aquest procediment es pot utilitzar per tal que l'alumne adquireixi noves habilitats (descomposant aquesta conducta en diferents passos) o per a acoblar les conductes del nen de manera que constitueixin cadenes i aconseguir així que aquestes conductes es mantinguin de forma natural (com a procediment per mantenir la conducta).

Tècnica del control del diàleg intern i autoinstruccions

L'entrenament en autoinstruccions suposa instaurar verbalitzacions internes adequades que permetin la realització o l'afrontament d'una determinada tasca, situació o aconteixement.

La modificació del diàleg intern, objectiu bàsic de l'entrenament autoinstruccional, requereix de l'ús combinat de diverses tècniques conductuals. Les autoverbalitzacions que l'alumne ha d'aprendre i interioritzar estan relacionades amb el tipus de tasques i amb les seqüències de respostes encadenades que aquesta requereixi.

L'entrenament autoinstruccional s'utilitza amb molta freqüència per modificar o contrarestar els efectes de “pensaments automàtics” que interfereixen amb l'afrontament d'una situació o amb l'execució correcta d'una tasca.

L'autocontrol

Segons J. Vaello (2011), l'autocontrol és la capacitat de regular les pròpies emocions, pensaments i conductes, especialment les de caràcter negatiu. Es pot entendre com una espècie de pilotatge emocional, que ens permet dominar els nostres pensaments i emocions en comptes de que ens dominin a nosaltres. Algunes consideracions a tenir en compte són:

- es tracta d'una variable intrapersonal, en la que la persona es percep a si mateixa com a objecte d'anàlisi;
- no és una repressió d'emocions, sinó la canalització en benefici propi d'estats emocionals inconvenients;
- és un indicador de maduresa emocional i té gran importància per a la consecució d'èxits i relacions socials satisfactòries que el fan indispensable tant per als alumnes com per als professors;
- la millora de l'autocontrol dels alumnes cobra una importància decisiva en la gestió de la classe, ja que cada hàbit d'autocontrol assentat fa necessari l'heterocontrol per part del professor.

- l'autocontrol engloba una sèrie de competències com:
 - el coneixement d'emocions pròpies i dels pensaments que les provoquen,
 - capacitat d'anticipar conseqüències i actuar en funció d'elles,
 - capacitat per controlar impulsos,
 - capacitat de produir pensaments i conductes alternatives a la impulsivitat,
 - capacitat d'inhibir alguns desitjos immediats si d'ells es deriven conseqüències inapropiades a mig i llarg termini,
 - resistència a les frustracions.

Aquesta tècnica consisteix en l'aplicació de mitjans per afrontar una situació pel propi alumne, portant el control dels seus resultats.

L'autocontrol s'ha demostrat en experiències recents com a mitjà summament eficaç per a la modificació de la conducta, presentant els següents avantatges:

- proporciona confiança i responsabilitat a l'alumne, fent que s'interessi pel seu treball personal i resultats;
- permet l'observació d'aspectes i vessants ocults a l'observació externa i, malgrat pot perdre objectivitat en l'avaluació dels resultats, les seves possibilitats són il·limitades en quant a l'amplitud del camp d'aplicació;
- la mateixa subjectivitat de l'autocontrol fa que, en la major part dels casos, l'alumne sigui més exigent en l'avaluació del seu treball personal;
- l'alumne actua de terapeuta sobre la seva conducta alterada, regulant en moltes ocasions el treball personal i aplicant-se els reforçadors que ha establert prèviament;
- l'observació de la seva conducta pot dur-la a terme de forma permanent, així que els seus resultats són més estables i duradors al crear hàbits que es prolonguen posteriorment.

L'autocontrol presenta una sèrie de modalitats que, en determinades circumstàncies, arriben a constituir tècniques per si mateixes:

- l'autoobservació;
- l'autoreforç;
- l'autoregulació;
- l'autocontrol d'estímul;
- l'autoinhibició recíproca;
- l'autotractament.

L'autoobservació: Consisteix en que el propi alumne observa la seva conducta, el qual rep els criteris per part del docent, als que caldrà adaptar-se en tot moment per a realitzar-la. Aquests criteris han de ser molt concrets i molt objectius.

En aquesta modalitat el docent concreta el pla de tractament, les tècniques a utilitzar i els criteris per avaluar l'observació del seu tractament. L'alumne, normalment, serà qui s'apliqui el tractament, realitzi la seva pròpia observació i avaluï els resultats.

És una modalitat idònia per ser utilitzada en l'àmbit escolar, ja que, en moltes ocasions, els problemes conductuals es presenten en moments en els que l'observador extern no està amb l'alumne i, en canvi, el propi alumne, com que és el protagonista, pot observar perfectament la seva conducta.

L'autoreforç: constitueix una modalitat de l'autocontrol en la qual l'alumne, a més a més de complir el pla de tractament fixat pel docent i d'observar la seva pròpia execució, s'aplica o no els reforços que s'hagin prescrit prèviament. És un mitja terapèutic molt més eficient que l'anterior, ja que l'alumne actua amb un major protagonisme.

L'autoregulació: permet a l'alumne fixar determinats aspectes del seu tractament, com, per exemple, la raó dels reforços. Pot augmentar o disminuir les taxes dels mateixos o, incre-

mentar el número de sessions d'exercicis terapèutics. Aquesta modalitat pot ser molt útil en els casos de nerviosisme, irritabilitat, ansietat, etc., en els que pot requerir-se l'increment de sessions en determinats moments, d'acord amb l'estat emocional de l'alumne.

L'autocontrol d'estímuls: és una modalitat en la que l'alumne determina els estímuls que poden fer-li servei per modificar la seva conducta; se'ls aplica, observa i avalua.

L'autoinhibició recíproca: l'alumne escull el mitjà més adequat per contrarestar l'acció que vol inhibir i després ho aplica quan és previsible que es donen les circumstàncies que desitja modificar. Aquesta modalitat d'autocontrol s'utilitza en certs casos d'ansietat, dificultats en la relació social, nerviosisme i, en general, quan es presenten problemes de comportament que puguin contrarestar-se mitjançant conductes que siguin incompatibles. Es comenten i es concreten amb l'alumne aquells aspectes que ell considera que poden aplicar-se amb més eficàcia en previsió de la conducta a inhibir. Quan es presenta una circumstància així, posa en pràctica la conducta incompatible, amb la qual cosa evita l'altra conducta. Anota els seus resultats i, posteriorment, comptabilitza els seus èxits i fracassos.

L'autotractament: és un pas més en la tècnica de l'autocontrol. En ambients escolars, aquesta modalitat pot constituir només la part final del tractament, o bé aplicar-se des del primer moment. En ambdós casos es demana a l'alumne que s'adoni de les seves decisions, les quals, en gran part, seran fruit de l'evolució dels seus resultats. L'autotractament convindrà aplicar-lo a alumnes amb bon autodomini, amb bona capacitat de reflexió i que siguin suficientment objectius, ja que, en un altre cas, ens exposarem a que no es porti el procés amb la deguda exigència.

La autosuggestió

És una tècnica apropiada per alumnes amb conductes inestables impressionables, amb baix control emocional o amb manca de força de voluntat.

L'alumne repeteix diverses vegades al dia frases que li proporcionen confiança i seguretat respecte la seva conducta desitjada. Aquesta reiteració arriba a suggestionar-lo portant-lo al convenciment de que és capaç d'assolir el que es proposa realitzar, i a més a més ho farà bé.

Teràpia assertiva

Alguns alumnes presenten dificultat per manifestar els seus sentiments, bé per timidesa, prevenció o complex d'inferioritat. Això pot constituir en determinats casos un greu perjudici per la seves relacions socials i per el desenvolupament evolutiu de la seva personalitat. Per tal de modificar la seva actitud de manera adequada s'utilitza la teràpia assertiva que consisteix en estimular l'alumne per a que manifesti verbalment les seves emocions i sentiments amb tota llibertat.

La modalitat més freqüent utilitzada és la de l'assaig de conducta o psicodrama, en la que l'alumne practica l'actuació a desenvolupar en diverses circumstàncies. Posteriorment es fixen determinats objectius assertius, controlant la seva actuació diària i avaluant-la. Els petits èxits constitueixen reforços que van consolidant de mica en mica la seva actitud.

Modelat encobert

En aquesta tècnica és fa imaginar a l'alumne la conducta desitjada, així com les conseqüències favorables que provoquen els demés. Es reitera dos o tres vegades al dia fins que l'alumne se sent capaç de posar-la en pràctica en la seva vida diària.

Dessensibilització sistemàtica

Si aconseguim que una resposta antagònica a la de l'angoixa es produeixi junt a estímuls que provoquen ansietat, disminuirà la relació entre aquests estímuls i la seva reacció d'angoixa. La intensitat de la resposta d'angoixa a aquest estímul es va fent cada vegada més petita, fins arribar a desaparèixer completament.

El procés de la dessensibilització sistemàtica està formada pels següents passos:

- Detecció del tipus de temor o angoixa, i intensitat que provoca.
- Categories a dessensibilitzar i la seva jerarquització.
- Determinació del pla de tractament a seguir.

- Entrenament en la relaxació profunda.
- Sessions de tractament.

En àmbits escolars la detecció dels temors o grau d'angoixa es pot realitzar o bé per mitjà d'una entrevista amb la família i l'alumne, per l'aplicació de qüestionaris apropiats o bé per un sistema mixt.

Les jerarquies a dessensibilitzar s'escullen en ordre invers al grau d'angoixa o temor que produeixen, de tal forma que començarem per aquella que menys ansietat provoqui; després passarem a la següent; i per últim arribarem a la que més ansietat provoca. La determinació d'aquest ordre dins de les jerarquies constitueix un aspecte important i decisiu i posteriorment és determinarà el pla d'actuació.

La retroalimentació

Mitjançant aquesta tècnica l'alumne va coneixent els resultats que obté, els quals poden influir en la seva futura actuació. El coneixement de la seva pròpia evolució provoca en ell l'autoestimulació i el desig de corregir aquells aspectes que poden millorar-la. La retroalimentació pot ser:

- Interna o autoretroalimentació: l'alumne s'observa i coneix l'evolució dels seus resultats per si mateix.
- Externa: l'alumne rep una informació aliena sobre els seus resultats. Aquesta modalitat pot ser:
 - bioretroalimentació: consisteix en el coneixement objectiu dels resultats del seu treball amb la conducta alterada mitjançant els procediments físics, químics o elèctrics; de tal manera que aquesta informació pugui influir en les seves decisions.
 - socioretroalimentació: és una submodalitat en la que l'alumne percep els resultats del seu tractament mitjançant el criteri i l'actuació de les persones que es troben al seu voltant. A més de percebre personalment aquests resultats, rep una informació complementària i objectiva que reforça la seva actuació o, en cas contrari, influeix per modificar-la.

El reforç positiu encobert

Si s'indueix a un alumne a imaginar una conducta i aquesta s'associa a estímuls agradables o desagradables, també imaginatius, aquesta conducta s'incrementarà o disminuirà, respectivament, en la realitat.

En el cas del reforç positiu encobert es demana a l'alumne que imagini una escena en la que es produeixi la resposta a sensibilitzar i, immediatament s'associa a una altra escena imaginada per a ell.

Aquest exercici es repeteix varies vegades al dia fins que l'alumne va adquirint a la seva vida diària la resposta adequada.

El reforç negatiu encobert

En el cas del reforç negatiu encobert, la resposta que es pretén incrementar s'associa amb el cessament d'un estímul imaginari desagradable o aversiu per a l'alumne. En comptes de proporcionar alguna cosa agradable, com el que succeeix en el cas del reforç positiu encobert, el que fa és eliminar imaginàriament alguna cosa que era agradable per a l'alumne.

D'aquesta manera l'alumne experimenta un descans, o el que és el mateix, sent una sensació agradable.

La tècnica consisteix en imaginar inicialment la situació o escena que és desagradable per a l'alumne; després l'alumne viu en la seva imaginació la realització de la conducta desitjada, i immediatament sent imaginàriament que cessa l'estímul desagradable inicial.

Aquesta associació ha de reiterar-se diverses vegades durant diferents dies, fins que es modifiqui la conducta real.

El reforç negatiu encobert està indicat quan no és possible proporcionar el reforç positiu encobert i, especialment, en casos de conducta desadaptada i temors.

Role-playing

El *role-playing*, també anomenat representació de papers, és una manera efectiva de fer que els infants o adolescents amb conductes alterades aprenguin i practiquin comportaments desitjats. Poden actuar en una perspectiva que no és la seva, experimentar diferents situacions, representar accions de les quals no hi haurà conseqüències reals, etc. Alhora, els qui fan d'espectadors, amb una actitud d'atenció estan fent les mateixes pràctiques, identificant-se amb els que fan la representació, empatitzant en situacions emocionals. Amb aquestes activitats estem proporcionant espais per a la construcció de conductes desitjades.

Les situacions que podem fer representar poden ser reals, viscudes per ells, o hipotètiques. Les podem presentar obertes, posant ells l'acabament de manera espontània, o tancades, amb un acabament donat per nosaltres.

Cal donar possibilitats perquè puguin actuar distanciant-se de la realitat.

No forçarem mai a fer cap paper ni cap actuació. Quan hi ha alguna negativa els fem saber que no passa res i que segurament algun altre dia els vindrà de gust fer-ho. De tant en tant tornarem a convidar aquests alumnes a actuar, sempre sense forçar.

És aconsellable realitzar aquest tipus de representacions contínuament per tal de fiançar les conductes desitjades.

Un punt interessant, és l'intercanvi de papers, ja que cal donar l'oportunitat a tots els alumnes de la mateixa situació des de diferents perspectives.

Tenim l'opció de gravar en vídeo les sessions de *role-playing* per tal de poder-les mirar tot el grup-classe i cercar informació sobre el tema que estiguem treballant.

2.3.3 Procediments d'intervenció per fomentar i mantenir conductes

Alabar la conducta apropiada

Se sol tenir tendència a donar per suposada la conducta adequada i a prestar atenció només quan l'infant actua inapropiadament. L'aplicació d'aquesta tècnica suposa tot el contrari, és a dir, sorprendre a l'infant quan actua apropiadament, amb un comentari adequat per a recompensar-lo per la seva bona conducta, encara que només sigui un lleuger inici d'aquesta conducta desitjada.

Alabem, prestem atenció i somriem quan l'infant faci el que s'espera que faci.

Modelem la conducta desitjada mitjançant el reforç de petits passos aconseguits (parant atenció als petits avenços de la conducta desitjada).

Alabem les conductes per seguir les normes de la classe, les conductes prosocials i totes aquelles conductes que es proposi establir a l'aula.

Intentem que els comentaris reforçadors siguin el més variats possible.

Modelatge, imitació o principi del reforç vicari

El reforç vicari és una tècnica i una forma d'aprenentatge que consisteix a donar a l'infant o adolescent l'oportunitat d'observar en una altra persona (significativa per a ell) la conducta nova que es vol aconseguir i experimentar les seves conseqüències. Aquest procés s'anomena **modelatge**. L'observador ha de copiar immediatament la conducta que li presenta el model, o després d'un breu interval de temps.

L'observació d'una persona que està sent reforçada per realitzar una certa conducta pot incrementar aquesta conducta en l'observador.

El principi del reforç vicari es pot utilitzar a l'aula per reforçar les conductes positives dels alumnes que estan a prop dels alumnes amb alteracions conductuals. Tan bon punt els alumnes amb alteracions conductuals comencin a manifestar la mateixa conducta han de ser gratificats. Per raons òbvies, el reforç vicari es malmet si s'ignora l'alumne que realit-

za la conducta. El docent haurà de tenir cura en l'ús de l'elogi, es pot donar el cas que els alumnes mostrin queixes freqüents de que el que fan és menys elogiat que el que fan els alumnes que no mostren conductes alterades.

A l'aula, el reforç vicari posseeix importants implicacions en el que fa referència a la disposició de les taules. Si els alumnes amb conductes alterades estan situats a prop dels que són sovint reforçats per realitzar conductes positives, resultarà menys probable que els alumnes amb alteracions conductuals adverteixin el reforç i es beneficiïn d'aquest tipus de reforç.

Aquest procediment s'utilitza en l'adquisició de noves conductes, en l'eliminació de respostes inadequades mitjançant l'observació de la conducta apropiada i com a forma de suprimir pors o fòbies.

Moldejat

És una tècnica de reforçament sistemàtic i immediat d'aproximacions a la conducta desitjada fins que aparegui en el repertori de conductes.

El moldejat s'utilitza sovint juntament amb dues tècniques, el reforç positiu a les aproximacions successives i l'extinció de les conductes alterades.

S'usa sobretot per implantar conductes que falten en el repertori de l'alumne o que existeixen de manera molt rudimentària.

En l'aplicació d'aquesta tècnica cal tenir especial cura en definir amb claredat els objectius i els passos intermedis per tal que no hi hagi dubtes respecte a quines conductes s'aplicarà el reforç o quines conductes estaran sota el procés d'extinció.

En conductes complexes pot ser necessari començar el procediment del moldejat amb incitacions, exemplificacions. Aquests ajuts inicial es retiraran tan aviat com aparegui la conducta desitjada sense necessitat d'aquests.

2.4 Passos per a la resolució de problemes

Per tal de tenir una guia per poder donar solució a les alteracions conductuals, oferim els següents passos:

1. Adonar-se de que hi ha un problema.

Els sentiments negatius són el primer indicador de que hi ha un problema (ira, preocupació, tristesa, etc.).

2. Parar-se a pensar. Decidir quin és el problema.

Tan bon punt com es detecti el problema, cal parar-se i pensar, sortir de la situació (física i mentalment) i decidir quin és el problema.

3. Decidir un objectiu. (El que vols que succeeixi).

Què és el que desitjo d'aquesta situació?

4. Pensar en el major nombre de solucions possibles.

5. Pensar en les conseqüències de cada solució (el que passaria si les duus a terme).

6. Escollir la millor solució.

Començar per la més senzilla o la que es pensa que sortirà bé.

7. Fer un pla pas a pas per dur a terme la solució.

1er

2on

3er

A mode de conclusió, es fa evident que cal fer un plantejament respecte les alteracions de conducta a les nostres aules, per tal de considerar al propi individu i als diferents contextos en el que es desenvolupa.

Així doncs, el docent és una de les figures clau que han d'intervenir en la resposta que es proporciona als alumnes amb conductes alterades. En aquest sentit, creiem que la intervenció que es dugui a terme ha de realitzar-se des d'un enfocament col·laboratiu, implicant els diferents agents (professors-tutors, professors especialistes, grups d'iguals, equips directius, orientadors, família i al propi alumne).

Volem tancar la lectura (i el curs) animant-vos davant el repte d'atendre l'alumnat amb alteracions greus de conducta i encoratjar-vos a aplicar el que heu après quan es plantegi una ocasió. Endavant!

2.5 Annex

MODIFICACIÓ DE CONDUCTA

ALUMNE CICLE
CURS DATA TUTOR

OBJETIUS ESPECÍFICS	OBJETIUS OPERATIUS	MATERIAL
• Observar i definir les seves conductes problemàtiques . • Fer conscient a l'alumne de les seves conductes alterades. • Augmentar la conducta de treball com alternativa als problemes de conducta.	• Macar la línia base de les conductes alterades de l'alumne. Para fer-ho, podem utilitzar un procediment d'observació de 10 minuts diària durant una setmana: 1 minut per observar, 30 segons per registrar, i així successivament fins completar els 10 minuts. • Subjectar una targeta en una cantonada de la taula de l'alumne amb la finalitat que l'alumne faci un senyal cada vegada que realitzi una conducta inadequada. • Conducta de treball: conducta esperada.	• Full de control- conducta. • Cartolina on estiguin anotades les conductes alterades de l'alumne.

METODOLOGÍA

Mentre els alumnes realitzen una tasca independent, el docent observa durant 10 minuts: observa durant 1 minut i pren nota de les conductes alterades de l'alumne durant 30 segons, sense que aquest se senti observat. Aquestes dades es recolliran en la fulla de control de conducta.

Al dia següent, es presenta a l'alumne una cartolina on s'indiquen les conductes observades en la 1a sessió i se li explica que cada vegada que realitzi alguna de les conductes anotades, escrigui un senyal (X) a l'apartat corresponent. El professor, alhora que continua l'observació, controlarà que l'alumne faci el senyal quan el seu comportament no sigui l'adequat. Si no ho fa, el docent es pot apropar a marcar el senyal.

Aquest procediment es farà durant 5 dies.

A la setmana següent cal efectuar el mateix procediment i introduir l'elogi, el somriure aprovador... quan la seva conducta sigui l'esperada.

FULL CONTROL-CONDUCTA

ALUMNE

DATA OBSERVADOR

OBSERVAR 1 MINUT I REGISTRAR DURANT 30 SEGONS EN UN PERÍODE TOTAL DE 10 MINUTS DIARIS.

CONDUCTES DISRUPTIVES OBSERVADES

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

AUTOCONTROL DE LES CONDUCTES

ALUMNE

L'alumne registra amb una (X) en la casella corresponent cada vegada que realitza una conducta alterada.

CONDUCTES A MILLORAR	FREQÜÈNCIA D'APARICIÓ (posar el senyal en aquesta columna)

4. AUTORIA

Obra derivada del curs “L’alumnat amb alteracions greus de conducta en els centres educatius: com acompanyar-lo” que ofereix el Departament d’Ensenyament de la Generalitat de Catalunya.

Ester Castejón Coronado

Anna Prieto Soria

Enric Bolea López