

# Alumnat desafiant i negativista:

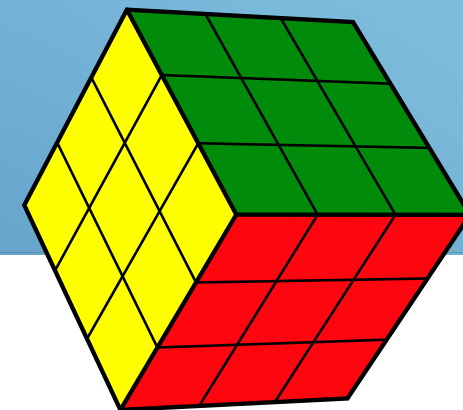
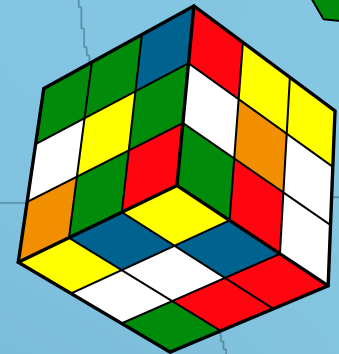
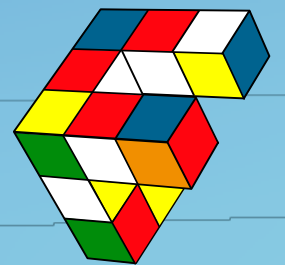
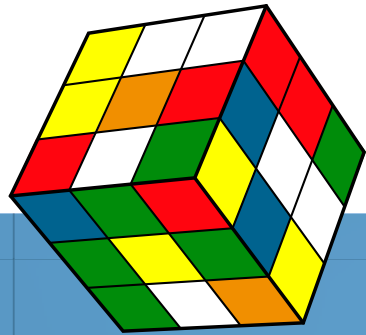
## Guia per a docents

Esther Trepal  
Lourdes Ezpeleta  
Núria de la Osa

Alumnat desafiant i negativista: Guia per a docents

UAB

**UAB**  
Universitat Autònoma  
de Barcelona



# **Alumnat desafiant i negativista:** Guia per a docents

**Esther Trepal**  
**Lourdes Ezpeleta**  
**Núria de la Osa**

**Títol:** *Alumnat desafiant i negativista: Guia per a docents*

**Edita:** Unitat d'Epidemiologia i de Diagnòstic en Psicopatologia del Desenvolupament. Departament de Psicologia Clínica i de la Salut, Universitat Autònoma de Barcelona.

**Autoria:** Esther Trepal, Lourdes Ezpeleta i Núria de la Osa.

**Barcelona, Febrer de 2023.**



<http://www.institutpsicologia.cat>

**UAB** Universitat Autònoma de Barcelona

<http://www.ued.uab.es/>



Aquesta obra està sota una llicència de Creative Commons "Reconeixement-NoComercial-Sense Obra Derivada 4.0 Internacional". Es permet la reproducció, distribució i comunicació sempre que se'n citi l'autor i no es faci servir amb finalitats comercials. Si es transforma el material o se'n reconstrueix, no es pot distribuir el material modificat. Podeu consultar la llicència completa a [Creative Commons — Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International — CC BY-NC-ND 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

## Informe de difusió dels projectes I+D finançats pel Ministerio de Ciencia e innovación, Ministerio de Economía y Competitividad, i Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades.



PSI2009-07542 Factores psicológicos de vulnerabilidad a la psicopatología: Estudio longitudinal de una cohorte de preescolares.



PSI2012-32695 Factores de vulnerabilidad a la psicopatología: Estudio longitudinal de una cohorte de preescolares. Seguimiento de los 6 a los 8 años.



PSI2015-63965 Factores de vulnerabilidad a la psicopatología: Estudio longitudinal de una cohorte de preescolares. Seguimiento de los 9 a los 11 años.



PGC2018-095239-B-I00 Factores de vulnerabilidad a la psicopatología: Estudio longitudinal de una cohorte de preescolares. Transición a la adolescencia de los 12 a los 15 años.

## Igualtat de gènere

En coherència amb el valor assumit de la igualtat de gènere, totes les denominacions que en aquest document fan referència a qualsevol col·lectiu o persona i s'efectuen en gènere masculí, quan no s'hagin substituït per altres termes específics, s'entenen fetes indistintament en gènere femení o masculí, segons el gènere de la persona a qui es refereixi el text. En aquest sentit, el terme "nens", es refereix a nenes i nens, "pares" a mares i pares, "professors" a professores i professors.

# Presentació

Aquesta guia forma part de les activitats de difusió sobre la recerca realitzada a la Unitat d'Epidemiologia i de Diagnòstic en Psicopatologia del Desenvolupament de la Universitat Autònoma de Barcelona entre els anys 2010 i 2021 en quatre projectes I+D que han estudiat longitudinalment el comportament disruptiu des de l'edat preescolar fins a l'adolescència.

Els comportaments disruptius a la infància i l'adolescència alteren el funcionament quotidià a casa, a l'escola i a la comunitat. Solen ser difícils de controlar i generen un gran malestar tant en la persona que els presenten com en aquells que l'envolten, especialment, en els adults encarregats de posar normes i límits. Típicament, aquests intenten aplicar les estratègies que disposen i que han funcionat amb altres fills o amb altres nens però que no són eficaces per les característiques d'aquests nens. Què fer en aquests casos en què els desafiaments i la desobediència no es poden controlar?

Al llarg de la investigació longitudinal, els pares i els professors han estat "aliats" insubstituïbles per entendre les manifestacions del comportament disruptiu a casa i a l'escola. Les persones no es comporten de la mateixa manera a cada entorn. Les regles, les persones que comparteixen el context i el vincle que s'estableix amb cadascuna, els reptes que es plantegen a cada mitjà, i moltes altres coses, són diferents i, en conseqüència, la resposta que resulta en cada cas també pot ser diferent. Per atendre aquestes especificitats i necessitats particulars que poden tenir les famílies i els docents davant dels comportaments pertorbadors s'han elaborat dues guies: una per a pares i una altra per a professors. L'objectiu d'aquestes guies és ensenyar estratègies de control del comportament basades en l'evidència que puguin ajudar els pares i els professors a manejar els comportaments disruptius que es presenten el dia a dia a casa i a l'escola.

La guia per a docents té per objectiu proporcionar estratègies útils i fàcils d'aplicar a l'entorn escolar que ajudin a millorar la conducta dels alumnes difícils. Per això, es descriuen en primer lloc les característiques del negativisme desafiant, un trastorn que manifesta moltes de les conductes disruptives que preocupen habitualment, com ara la desobediència i l'enfrontament, els seus factors de risc. Tot seguit, es proporcionen estratègies psicoeducatives que faciliten el maneig conductual d'aquests alumnes i contribueixen a una evolució positiva. També es proporcionen recursos per facilitar el benestar emocional dels alumnes, incrementar-ne la flexibilitat cognitiva i el nivell d'autocontrol. Finalment, es faciliten pautes orientatives de gestió de la comunicació amb les famílies afectades.

Aquesta guia constitueix un tribut a la dedicació i la professionalitat dels docents en la formació integral dels alumnes. Desitgem haver contribuït a una major comprensió dels infants i adolescents que presenten alteracions conductuals. Així mateix, esperem que les eines proporcionades puguin facilitar als equips docents la seva acció educativa i contribuir així a millorar el pronòstic d'aquests nens i adolescents.

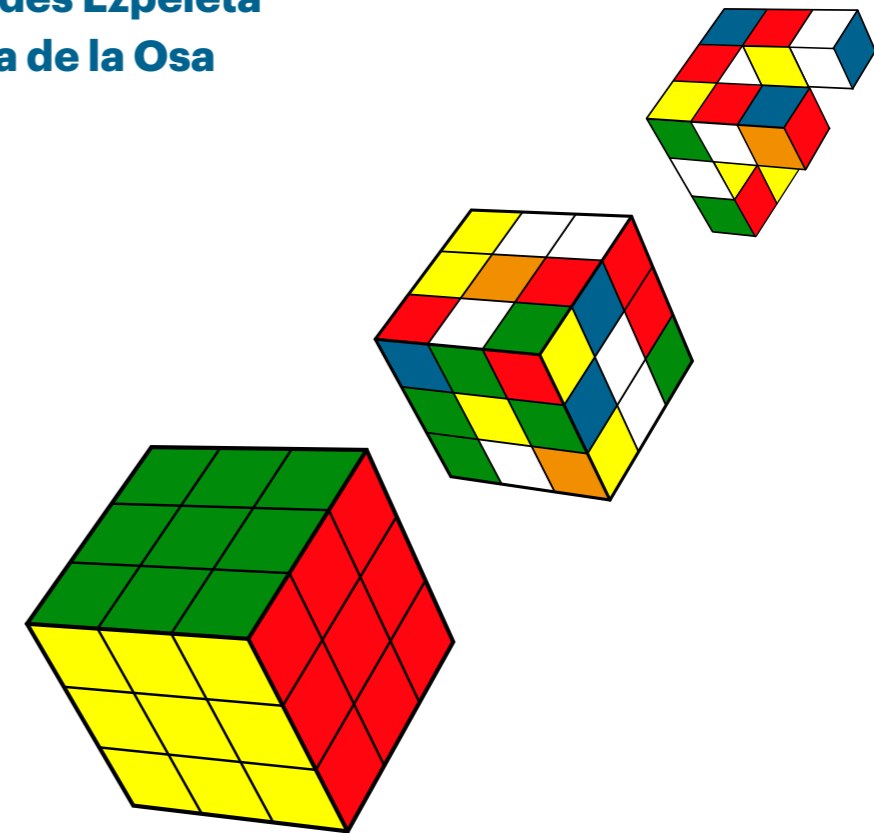
# Alumnat desafiant i negativista: Guia per a docents

---

**Esther Trepas**

**Lourdes Ezpeleta**

**Núria de la Osa**



# Alumnat desafiant i negativista: Guia per a docents

---

Esther Trepal  
Lourdes Ezpeleta  
Núria de la Osa

## Índex

### **1. Psicoeducació: comprendre el trastorn negativista desafiant (TND) i saber què cal fer**

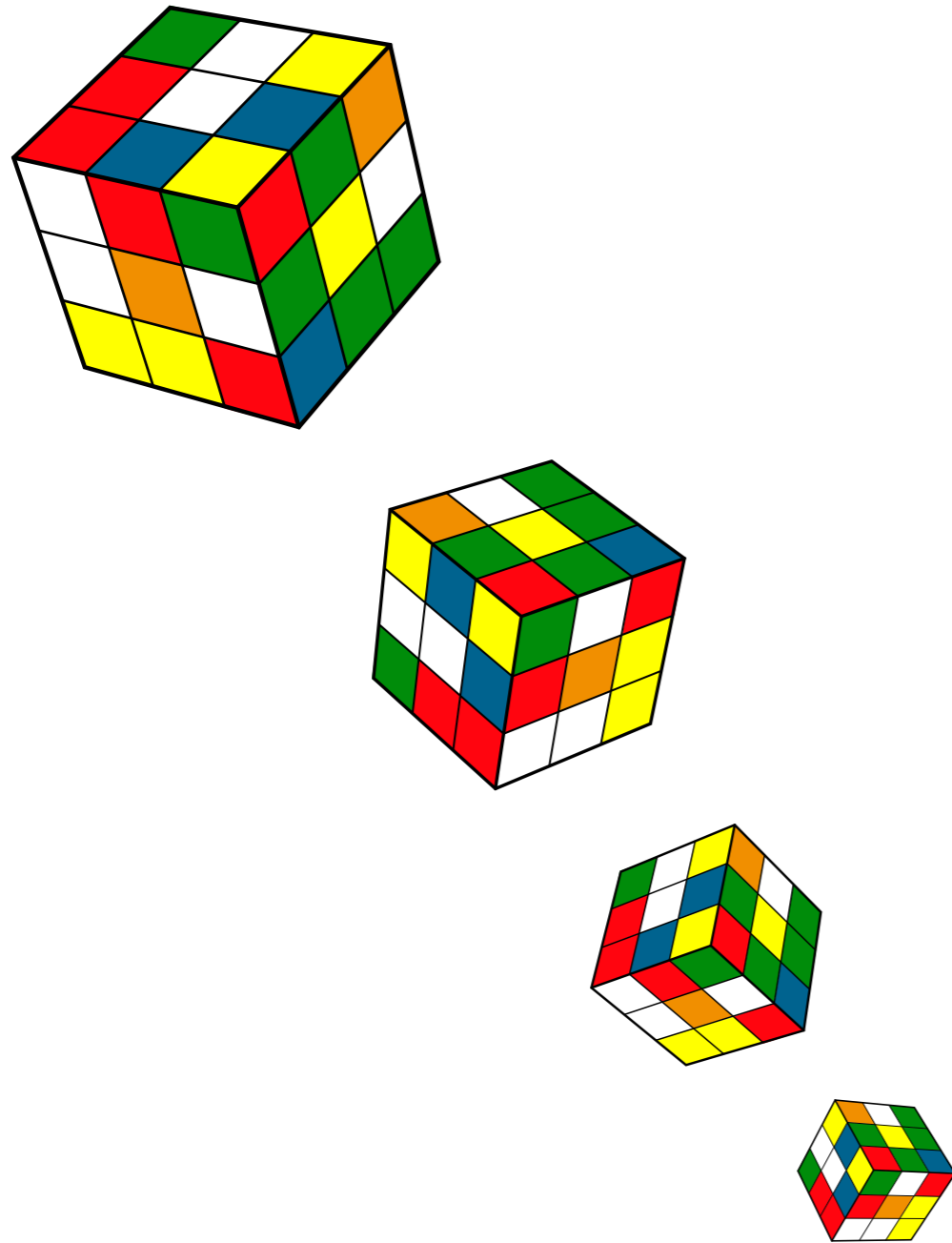
<b>1.1. Definició</b>	17
<b>1.2. Origen i factors que hi incideixen</b>	20
<b>1.3. La importància de tractar-lo</b>	21
<b>1.4. Tractaments eficaços del TND</b>	21
1.4.1. Tractament adreçat a infants o adolescents	21
1.4.2. Entrenament per a famílies	22
1.4.3. Coordinació amb l'escola i la formació del professorat	23

### **2. Pautes psicoeducatives per a docents per al maneig del TND a l'entorn escolar**

<b>2.1. Introducció</b>	25
<b>2.2. Objectius del professorat amb l'alumnat amb TND</b>	25
<b>2.3. Pautes generals d'intervenció</b>	26
<b>2.4. Estratègies d'intervenció: tècniques de modificació de conducta</b>	27
2.4.1. Definició i eficàcia	27

2.4.2. Definició de les conductes diana.....	29
2.4.3. Establiment d'antecedents.....	31
2.4.4. Com s'han d'establir les conseqüències de cada conducta.....	35
2.4.5. Estratègies per incrementar conductes desitjades.....	37
2.4.5.1. El reforç positiu.....	37
2.4.5.2. Economia de punts.....	41
2.4.5.3. El reforç negatiu.....	47
2.4.6. Estratègies per eliminar o reduir conductes inadequades.....	48
2.4.6.1. L'extinció.....	49
2.4.6.2. El temps fora.....	51
2.4.6.3. La sobrecorrecció.....	53
2.4.6.4. La retirada de privilegis.....	55
<b>2.5. Formes de comunicació assertiva davant la mala conducta.....</b>	<b>58</b>
<b>2.6. Estratègies per incrementar el nivell d'autocontrol de l'alumnat.....</b>	<b>60</b>
<b>2.7. Flexibilitat cognitiva i estratègies de resolució de problemes.....</b>	<b>62</b>
<b>2.8. Prevenció d'explosions conductuals.....</b>	<b>68</b>
<b>2.9. Actuació davant de l'explosió conductual.....</b>	<b>70</b>
<b>2.10. Les entrevistes amb famílies d'alumnes amb TND.....</b>	<b>71</b>
<b>3. Referències.....</b>	<b>74</b>





# 1. Psicoeducació: comprendre el trastorn negativista desafiant (TND) i saber què cal fer

## 1.1 Definició

L'escola inclusiva ha de donar resposta al conjunt de l'alumnat. Entre l'1% i l'11% de la població general infantil presenta unes característiques temperamentals que dificulten el procés educatiu. Són nens i nenes als quals els costa obeir, es mostren irritables davant les ordres dels adults, els costa més tolerar la frustració i la conducta dels quals és desafiant i oposicionista. El maneig d'aquests alumnes requereix un nivell d'especialització elevat que comporti comprendre'ls i dominar les tècniques psicològiques que afavoreixin la seva inclusió. Sovint aquests alumnes tenen més risc de ser expulsats dels centres escolars i de patir fracàs escolar. Quan això es produeix, s'incrementa alhora el risc de trajectòries evolutives negatives la qual cosa afavoreix l'aparició de trastorns emocionals, de conducta, de personalitat antisocial i de consum de tòxics.

El Trastorn Negativista Desafiant (TND), segons el Manual Diagnòstic i Estadístic dels Trastorns mentals (APA, 2013), es defineix com un patró recurrent de conducta negativista, desafiant, desobedient i hostil dirigit a les figures d'autoritat, que dura pel cap baix sis mesos i que presenta almenys quatre dels símptomes següents:

<b>Enuig / Irritabilitat:</b>
Perd la calma sovint per motius trivials
Es mostra susceptible o es molesta fàcilment
Sovint s'enfada i sent ressentiment
<b>Discussions / Actitud desafiant:</b>
Sovint discuteix amb els adults o les figures d'autoritat
Desafia activament els adults o sovint rebutja complir les seves demandes
Culpa els altres dels seus errors o el seu mal comportament
Sovint molesta els altres
<b>Venjança</b>
Manifesta rancúnia o venjança

De vegades, aquests infants no obeeixen, desafien de manera passiva; miren i fan veure que no senten i segueixen amb el que estan fent sense fer cas de les peticions dels adults. Altres vegades desafien activament cridant, arriben a insultar, es queixen i busquen tenir la darrera paraula. En tots dos casos, el professorat té la percepció que el porten al límit i que queda desautoritzat.

**Els infants o adolescents que presenten TND també mostren:**

> <b>Dificultat per controlar les emocions, especialment la ràbia</b>	> <b>Tendència a fer una interpretació hostil de les interaccions socials</b>
> <b>Baixa tolerància a la frustració</b>	> <b>Tendència a pensar de forma polaritzada (és blanc o negre)</b>
> <b>Baixa capacitat de flexibilitat i adaptabilitat</b>	

En els casos lleus, els símptomes se solen manifestar en un sol entorn, i el més freqüent és l'àmbit familiar. Sovint les famílies se sorprenden davant del fet que a l'escola es portin bé. En canvi, en els casos moderats i greus, la simptomatologia també es mostra a l'escola i en altres ambients. Poder detectar els casos de manera precoç i orientar les famílies pot ser determinant en la seva evolució.

S'hi observen diferències segons l'edat. A la infància, és freqüent que mostrin un temperament problemàtic, els costa tranquil·litzar-se, presenten una alta reactivitat, rebequeries freqüents i major activitat motora. En els menors de 5 anys, els símptomes s'han de mostrar pràcticament cada dia. A partir dels 5 anys, es considera un problema quan les rebequeries es donen com a mínim un cop a la setmana. A mesura que creixen es van observant dificultats de cognició social amb biaix hostil, pot aparèixer baixa autoestima, labilitat emocional, dèficit en la gestió d'emocions com la ràbia, la utilització de paraules grolleres i es poden incrementar els problemes de conducta i començar a associar-se amb altres trastorns. Per això són freqüents els conflictes amb professors, pares i companys, cosa que interfereix en els diferents àmbits de la seva vida i produeix deteriorament funcional.

Alguns dels nens amb TND es poden identificar a partir dels 2-3 anys. En les nenes se solen identificar al voltant dels 5 anys. Per fer una correcta detecció hem de saber diferenciar les conductes normatives d'enuig de les conductes pròpies dels nens i nenes amb negativisme.

**Les conductes pròpies de l'edat, per les quals els nens i les nenes s'enfaden són:**

> **Els nens entre 3 i 5 anys** s'enfaden perquè estan aprenent a compartir les coses, no els és fàcil entendre que les altres persones tenen pensaments diferents dels seus, no poden controlar les seves emocions i encara no fan servir bé les paraules quan estan enfadats. Expressen el seu enuig amb rebequeries i també barallant-se amb altres nens.

> **Els nens entre 6 i 8 anys** s'enfaden perquè veuen quelcom injust, se senten rebutjats, criticats, discriminats o incompresos. Aquests expressen l'enuig causant danys als altres, venjant-se i aconseguint dominar. Poden fer servir paraules per intimidar els altres.

Els nens amb desenvolupament normatiu solen aprendre amb agilitat com regular-se i les rebequeries són fàcilment reconduïdes pels educadors. Solen durar un màxim de 7-10 minuts i no es presenten cada dia diverses vegades abans dels 5 anys ni cada setmana després dels 5 anys. No obstant això, els nens amb un temperament difícil es mostraran més susceptibles, s'enfadaran amb més freqüència, serà més difícil que recuperin la calma, culparan els altres dels seus errors i no obehiran les figures d'autoritat amb facilitat.

## 1.2. Origen i factors que hi incideixen

**El TND és un trastorn d'etiologia multifactorial. La genètica i l'ambient hi tenen un paper rellevant. S'han identificat diversos factors:**

- **El temperament:** característiques biològiques i caracterials amb què es neix que condicionen les reaccions de l'infant davant les diferents situacions. El temperament és l'origen dels problemes de regulació emocional (alta reactivitat i baixa tolerància a la frustració) que porten a conductes desafiantes, negativistes i a mostrar major irritabilitat.

- **Factors biològics:** s'han detectat marcadors biològics alterats com la freqüència cardíaca, menor reactivitat de la conductància de la pell, reactivitat reduïda del cortisol basal, anormalitats al còrtex prefrontal i l'amígdala. Es necessita més investigació, ja que fins ara aquests marcadors són comuns als nens i nenes diagnosticats de TND i de trastorn de conducta.

- **L'estil educatiu i les conseqüències immediates del comportament de l'infant o l'adolescent:** les característiques pròpies del trastorn fan que el maneig de la conducta d'aquest tipus d'alumnes sigui difícil. Això fa que sovint els percebem com alumnes que ens desafien i, per tant, reaccionem d'una manera autoritària i bàsicament apliquem estratègies de càstig. Els estudis mostren que les persones diagnosticades de TND milloren la seva conducta davant d'estratègies positives de maneig conductual centrades en el reforçament de conductes adequades i l'aprenentatge d'altres de noves, més adaptatives.

## 1.3. La importància de tractar-lo

Els estudis indiquen que la prevalença del TND s'està incrementant en la darrera dècada i mostren que cal tractar-lo per prevenir que pugui evolucionar cap a altres trastorns, com ara el trastorn de conducta, així com l'aparició de consum de substàncies i alteracions de l'estat d'ànim. Així mateix, és rellevant poder detectar possibles comorbiditats freqüents, com ara el Trastorn per Dèficit d'Atenció amb Hiperactivitat (TDAH).

## 1.4. Tractaments eficaços del TND

L'equip docent té la responsabilitat d'orientar les famílies de l'alumnat que mostra dificultats a l'entorn escolar. Per això cal conèixer quins tractaments s'han mostrat eficaços i poden ajudar aquests alumnes.

El tractament del TND és multimodal i multidisciplinari. Inclou un abordatge directe amb el mateix infant o adolescent i un d'indirecte dirigit a la família i l'escola. Hi ha molts estudis que descriuen que aquests tractaments han demostrat eficàcia. La durada del tractament és variable, segons l'edat del nen, nena o l'adolescent, la gravetat del trastorn, la presència de trastorns associats o comòrbids i la qualitat del suport familiar i escolar.

### 1.4.1. Tractament adreçat a infants o adolescents

#### **TRACTAMENT PSICOLÒGIC:**

L'objectiu és incrementar les conductes adaptatives i reduir les conductes de desobediència, desafiant i negativisme. Es treballa amb tècniques dirigides a facilitar l'autoregulació de la conducta i les emocions, la identificació i l'expressió de sentiments, el control de la ràbia, l'autocontrol, la reducció de la irritabilitat, la millora de la cognició social, la comunicació i la interacció amb els altres amb estratègies de resolució de problemes i habilitats socials, i amb tècniques per identificar i modificar els pensaments desadaptatius relacionats amb les conductes negativistes.

### **TRACTAMENT FARMACOLÒGIC:**

El tractament farmacològic no és el tractament d'elecció al TND. En aquells casos en què hi hagi un trastorn associat (comòrbid) moderat o greu, com ara TDAH, depressió o agressivitat i impulsivitat difícils de controlar, cal incloure la possibilitat de tractament farmacològic.

### **TRACTAMENT PEDAGÒGIC:**

Quan hi ha trastorns de l'aprenentatge associats és recomanable incloure sessions de reeducació psicopedagògica.

## 1.4.2. Entrenament per a famílies

S'ha de fer psicoeducació del TND perquè se'n comprenguin les característiques i l'entrenament en tècniques de modificació de conducta, ja que hi ha una sòlida i elevada evidència científica de l'eficàcia d'aquest tipus d'intervencions.

### **L'objectiu principal és ensenyar els pares i mares a:**

- Interactuar més eficaçment amb els fills amb TND adquirint noves habilitats i eliminant estratègies ineficaces.
- Aplicar sistemàticament les conseqüències després de les conductes apropiades i de les conductes inadequades.
- Fomentar i reforçar les conductes desitjables i utilitzar mesures de disciplina positives i estratègies alternatives al càstig tradicional.
- Ensenyar els pares i les mares a preveure i anticipar les situacions difícils per evitar l'aparició de les conductes oposicionistes i desafidores.

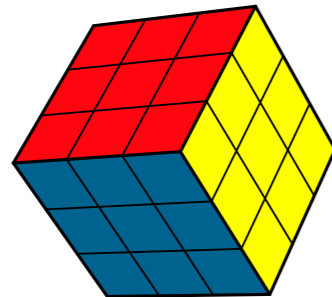
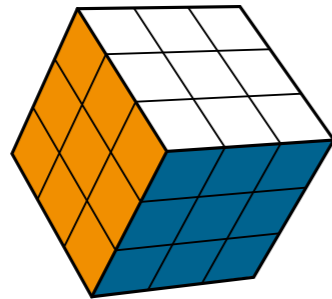
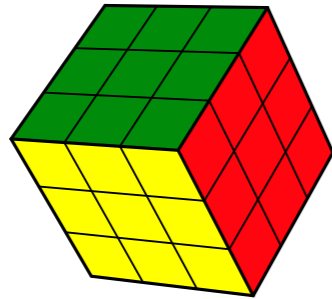
## 1.4.3. Coordinació amb l'escola i la formació del professorat

Els psicòlegs clínics que tracten els nens i nenes amb TND i les seves famílies haurien de coordinar-se amb els centres escolars per actuar de manera conjunta. D'una banda, explicar al professorat les estratègies que s'estan treballant pot afavorir que l'alumne les apliqui a l'entorn escolar i així en generalitzi l'ús. D'altra banda, el docent pot informar de les conductes que

han de ser objecte d'intervenció, ja que són les que li produeixen interferència en l'entorn escolar. Paral·lelament, la coordinació entre tots dos farà que s'apliquin estratègies comunes i així s'aconseguirà una eficàcia i una eficiència més grans.

### **En resum, l'alumnat amb TND:**

➤ Té un <b>temperament</b> innat difícil que el porta a fracassar en l'intent de portar-se bé, acceptar les normes i relacionar-se adequadament.	➤ Es manifesta des d'edats <b>molt primerenques</b> , per la qual cosa és un repte donar-li ajut, ja que té més risc de fracàs escolar.
➤ Té un <b>dèficit</b> d'habilitats d' <b>interacció</b> i <b>autoregulació</b> .	➤ Disposa de tractaments eficaços que incideixen en la millora del pronòstic del TND.
➤ Mostra dificultats en la gestió de la ràbia.	➤ En el tractament s'hi han d'implicar familiars i centres escolars.
➤ No han triat tenir aquest problema ni són nens o nenes maleducats.	



## 2. Pautes psicoeducatives per a professorat per al maneig del TND a l'entorn escolar

### 2.1. Introducció

Tal com hem comentat anteriorment, el primer aspecte fonamental és que els professionals de l'educació coneguin les característiques dels alumnes amb TND. Entendre que la seva conducta desafiant i negativista respon a un temperament difícil i no a la mala educació rebuda o la voluntat de portar-se malament, és el primer pas per dissenyar de manera adequada la intervenció educativa. A continuació, facilitem un conjunt de principis que han demostrat la seva utilitat en el maneig d'aquests alumnes tot afavorint el seu desenvolupament i l'aprenentatge de conductes positives i adaptatives.

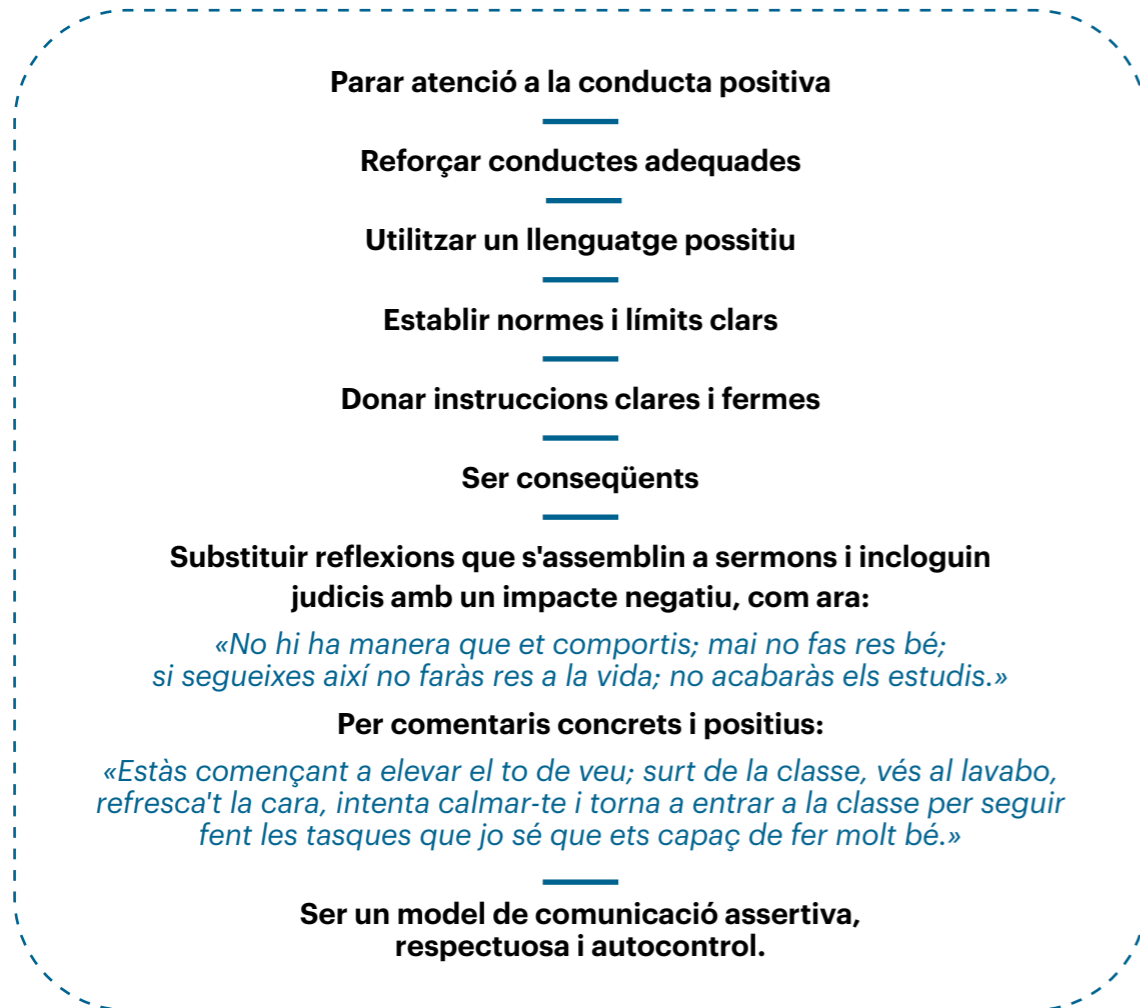
### 2.2. Objectius del professorat amb l'alumnat amb TND

Ateses les dificultats que aquests alumnes tenen per obeir i controlar les emocions i la conducta, els objectius educatius s'han de centrar a aplicar estratègies que afavoreixin l'obediència i incrementin el nivell d'autocontrol dels seus alumnes. Haurem d'aplicar estratègies que els guiïn i els ensenyin a portar-se bé. Per tant, cal centrar l'atenció en les conductes positives per fomentar-les i aplicar estratègies que ajudin a reduir les conductes negatives.

Els estudis sobre el TND han demostrat que el càstig constant (faltes, expulsions, etc.) i la imposició autoritària de normes mantenen el problema-

Les respostes punitives per part del mestre fomenten sentiments de ràbia i poden entrar així en un cicle viciós de difícil resolució.

## 2.3. Pautes generals d'intervenció



Ara bé, com hem explicat anteriorment, els nens, les nenes i els adolescents amb TND posen molt difícil l'aplicació d'aquestes pautes educatives generals. Per això, a continuació, s'exposen alternatives que cal aplicar en els casos que presenten simptomatologia de TND. Aquestes alternatives se

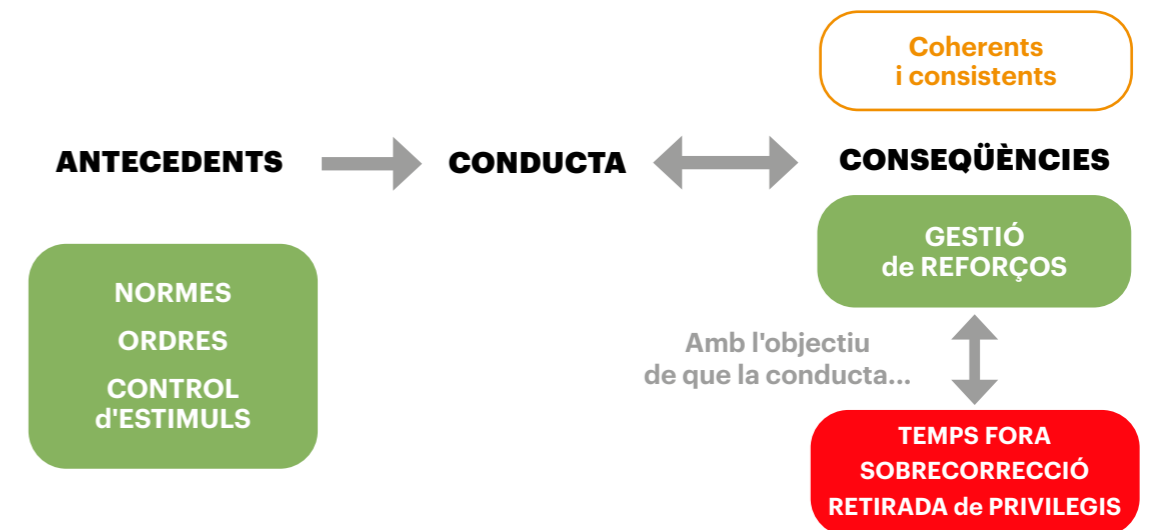
centren en les tècniques de modificació de conducta, que són aquelles que han demostrat més eficàcia per al maneig dels problemes de conducta en múltiples estudis.

## 2.4. Estratègies d'intervenció: tècniques de modificació de conducta

### 2.4.1. Definició i eficàcia

Hi ha un conjunt de principis universals que regulen el comportament humà i que es fonamenten a les lleis bàsiques de l'aprenentatge. És per això que sempre són eficaços per modificar la conducta si s'apliquen correctament. L'anàlisi i l'aplicació d'aquests principis és el que s'anomena **Anàlisi Funcional de la Conducta**.

**Tota conducta humana està precedida d'uns antecedents i seguida d'unes conseqüències.**



**Per exemple, imaginem la situació següent:**

«En Marc ha insultat en Pere i li ha dit 'idiota'»

- En Pere li ha respost empenyent-lo i tirant-lo al terra.
- El professor envia tots dos alumnes al despatx del cap d'estudis.

**Si analitzem aquesta situació veiem:**

#### **ANTECEDENTS:**

«En Marc ha insultat en Pere i li ha dit 'idiota'»

- Un antecedent és aquell estímul o situació que precedeix l'ocurrència d'una conducta. Sense aquest antecedent, la conducta posterior no s'hagués produït.

#### **CONDUCTA:**

«En Pere li ha respost amb una empenya i l'ha tirat al terra.»

- La conducta agressiva d'en Pere és la que volem disminuir.

#### **CONSEQÜÈNCIA:**

«El professor envia tots dos alumnes al despatx del cap d'estudis.»

- Les conseqüències d'una conducta faciliten l'augment o la disminució d'aquesta conducta.

Les tècniques de modificació de conducta són eficaces per instaurar i/o modificar una conducta ja sigui augmentant o disminuint-ne la freqüència o eliminant-la. Hi ha uns principis que cal considerar per garantir l'eficàcia d'aquestes tècniques:

**Contingència:** perquè l'alumne/a realment associï la seva conducta a l'estímul que presentem després, és important que sigui el més immediatament possible.

**Consistència:** si hem decidit premiar amb la nostra atenció cada vegada que faci una conducta, hem de ser conseqüents i només prestar-hi atenció quan fa les conductes desitjades. La probabilitat que rebí la nostra atenció positiva cada vegada que faci la conducta adequada ha de ser més gran que la probabilitat que la rebí si fa la conducta inadequada.

**Coherència:** quan establim una norma és important que siguem coherents, sense contradiccions en el temps. La coherència educativa augmentarà la velocitat d'aprenentatge de les normes. En conseqüència, el primer que hem d'aprendre és definir les conductes que volem instaurar en l'alumnat.

## 2.4.2. Definició de les conductes diana

Les conductes diana són les que volem potenciar. Perquè les estratègies de modificació de conducta siguin útils cal ser curosos en la definició d'aquestes conductes.

**Requisits:**

#### **FORMULACIÓ EN POSITIU:**

Sempre que sigui possible les hem de plantejar en positiu. Es tracta de mostrar al nen o la nena el que volem que faci, en comptes de dir-li què no ha de fer. Per exemple: «No deixar la motxilla al terra» (està redactat en negatiu). La redacció en positiu seria: «Deixar la motxilla al penjador.» (està redactat en positiu).

**Cal operativitzar-les de manera que l'alumne o alumna entengui de manera precisa a què ens referim:** cal enunciar-les de la manera més concreta possible perquè l'alumne o alumna les tingui clares i les puguem valorar més fàcilment. Per definir-les de manera operativa es poden tenir en compte aspectes com la situació, les persones implicades, el moment del dia, etc.

Exemples: «portar-se bé entre classes» seria massa general. En canvi, dir: «quan el professor surt de classe puc parlar amb els meus companys en un to de veu baix i puc aprofitar per aixecar-me fins que vegi entrar el professor següent, moment en què he de seure de nou» (es tracta d'especificar al màxim les conductes).

**Alguns exemples de les conductes en l'entorn escolar que podem valorar i potenciar poden ser:**

**A) Conductes socials:**

- Comparteix idees amb els companys i docents
- És amable quan se li demana la seva ajuda
- Segueix les normes que se li indiquen
- Coopera i participa a les activitats del grup
- Roman en el lloc assignat
- Treballa tranquil·lament. Demana ajuda
- Arriba a temps a classe
- Manté la seva taula, l'espai i la taquilla ordenats

**B) Conductes relacionades amb el rendiment acadèmic:**

- Pregunta, s'interessa pels continguts
- Fa aportacions sobre el tema tractat
- Acaba les tasques assignades a classe
- Porta els deures acabats de casa a temps
- Posa el nom, la data i els títols als treballs amb bona presentació
- Disposa del material necessari per a la classe
- Segueix les instruccions
- Repassa els exàmens abans de lliurar-los
- Acaba els exàmens
- S'interessa per saber què no ha fet bé a l'examen

**En canvi, alguns exemples de les conductes diana que volem que es redueixin poden ser:**

- Es nega a complir les indicacions del docent
- Interromp el docent o parla sense permís
- Abandona el seient assignat/classe/pati sense permís
- Utilitza el mòbil quan no es pot

- Diu paraulotes
- Molesta, insulta o es burla de companys o del professor o professora
- Fa soroll en excés
- Fa el ximple (és el pallasso o pallassa de la classe)
- Empeny o pega els companys

**2.4.3. Establiment d'antecedents**

Un cop hem determinat les conductes que volem instaurar reflexionarem sobre els antecedents, és a dir, sobre allò que podem fer que afavorirà que es produeixin les conductes desitjades i evitarà que apareguin les conductes inadequades.

Un primer pas és tenir el compendi de la normativa del centre escolar en general i de l'aula en concret ben establert. Les normes han de ser clares, específiques i conegudes per tots els membres de la comunitat educativa.


Les normes generals de centre es recullen als protocols de convivència escolar i han d'aclarir quan i com serà sancionat l'alumnat.

Per al bon funcionament d'un alumne o alumna amb dificultats conductuals és imprescindible establir de manera clara i precisa què espera cada docent d'ell o ella a classe.



### Alguns exemples de normes clares poden ser:

#### NORMES DE CLASSE

	Treballa en silenci i aprofita el temps
	Porto el material necessari per treballar cada dia
	Escolto atentament les explicacions i segueixo les lectures
	Aixeco la mà abans de parlar i preguntar.
	Presento els treballs nets, endreçats i amb bona lletra
	M'assec correctament i no m'aixeco si no és imprescindible
	Mantinc neta la classe
	No menjo durant la classe
	Entro i surto de classe ordenadament, sense fer soroll ni córrer
	Soc educat i respectuós amb tothom. Mai no em barallo ni insulto
	Parlo sense cridar
	Tinc cura del material i de les instal·lacions de classe
	Estic en silenci mentre el professor o la professora explica
	Quan vull dir quelcom, aixeco la mà i els altres l'escoltem

En canvi, no serien normes clares, per poc específiques: portar-se bé, mostrar maduresa, ser bon estudiant o parlar correctament.

Una altra manera de controlar els antecedents i afavorir l'aparició de conductes adequades és fer un bon control d'estímuls. És a dir, saber preveure quines situacions són de risc i faciliten la irrupció de conductes inadequades, per tal de controlar les variables clau que puguin evitar les conductes problemàtiques.

#### A continuació, s'exposen diferents exemples de control d'estímuls:

##### > Anticipar el que poden ser situacions problema:

- Detectar situacions entre classes, esbarjo, sortides, etc.
- **Esbarjo:** vigilància de l'alumne amb seguiment visual i planificació d'activitats dirigides de joc grupal
- **Menjador:** pautes bàsiques de control de conducta als monitors del menjador
- **Passadissos:** reforç de les línies d'organització del centre en els canvis de professorat i desplaçaments del grup
- **Activitats extraescolars a l'escola:** el monitor o monitora responsable ha de generalitzar les estratègies implementades a l'horari escolar
- Just abans de la situació cal recordar les normes clau, per exemple, només es pot jugar a pilota al pati, durant l'esbarjo es pot estar al pati, però no a l'aula, etc.
- Recordar de manera individual i amb afecte a l'alumne, immediatament abans de la situació de risc, les conseqüències positives de fer-ho bé i les conseqüències negatives de no complir les normes.

##### > Planificar les activitats escolars i ser un exemple de comunicació assertiva:

- Proposar tasques adequades al nivell d'habilitat i en una quantitat adequada.
- Garantir que retira distractors de la taula quan ha de treballar.
- Fomentar un estil d'interacció col·laboratiu entre els membres de la comunitat educativa.
- Provar diversos grups de companys per determinar aquell en què es comporti de manera més adequada.
- Fer que s'assegui lluny d'alumnes als quals és més probable que molesti o fer que se separi d'aquells que facilitin el seu enuig.
- Trobar un company que pugui treballar amb el noi i ser una bona influència.
- Dirigir-nos amb calidesa, sense donar per fet la seva mala conducta ni anticipar-la.
- Expliquem què fa malament (discutir, cridar) i què hauria de fer (allunyar-se de la situació, prendre's un temps per pensar, demanar ajuda al professor o professora, etc).
- Ser un exemple d'autocontrol i respecte a les nostres interaccions amb l'alumnat.

També, per establir els antecedents de la conducta de manera que propiciïn l'aparició de conductes adequades, cal reflexionar com s'han de donar les instruccions.

#### > **Les instruccions han de:**

- Ser clares i específiques.
- Donar-se en to amable i ferm.
- Ser comprensibles (llenguatge clar i amb vocabulari conegut).
- Ser breus
- No ser contradictòries entre elles.
- Establir clarament les condicions i les conseqüències de la conducta adequada.

- Començar fent peticions d'accions que portin implícit un reforç natural d'activitat o social: "recordeu que per poder accedir al joc d'ordinador primerament heu de finalitzar els exercicis 1 a 5".
- Incrementar a poc a poc les peticions en nombre i complexitat.
- Reforçar sempre la conducta adequada immediatament.
- Donar-se d'una en una i prou separades en el temps.
- Parlar mantenint contacte visual.
- No anar acompanyades de manifestacions invalidants o agressives.

### 2.4.4. Com s'han d'establir les conseqüències de cada conducta

Les conseqüències de les conductes han de ser clarament diferents quan el nostre objectiu és incrementar la conducta que acaba de fer el nostre alumne i quan el que pretenem és que aquesta conducta es redueixi o s'elimini.

#### > **El sistema de conseqüències ha de:**

- Ser coherent amb les normes
- Concretar qui són els responsables d'aplicar-ne les conseqüències (tutor escolar, professors, progenitors, monitors, etc.).
- Afavorir l'autoreflexió de l'alumne o l'alumna com a persona responsable dels actes propis.
- Establir com s'informarà alumnes, familiars i equip docent.
- Tenir caràcter educatiu i reparador.
- Estar limitat en el temps.
- Establir les actuacions de seguiment i avaluació.

Heu de tenir en compte l'esquema següent:

### CATEGORIA DE CONDUCTES SEGONS LA GRAVETAT

#### **ALTA: Categoria A**

- > Risc de fer-se mal

---

- > Agressió física a una altra persona

---

- > Risc de trencar un objecte

---

- > Atemptar contra la propietat aliena



#### **MITJA: Categoria B**

- > Sense risc propi ni aliè

---

- > Generen problemes importants en la dinàmica escolar (negar-se a obeir, peticions desmesurades...).



#### **BAIXA: Categoria C**

- > Conductes inadequades que no generen risc i no generen problemes importants en la dinàmica escolar



## 2.4.5. Estratègies per incrementar conductes desitjades

### 2.4.5.1. El reforç positiu

**Quan volem ensenyar conductes adequades hem de garantir que cadascuna de les conductes desitjades o aproximacions seran reforçades.**

Definim *reforç positiu* com l'estratègia que recompensa el nen o l'adolescent com a conseqüència d'haver fet una conducta adequada.

Aquest és un dels principis universals més contrastats. A les persones ens cal rebre gratificacions i ens agrada. Si aquestes recompenses es reben immediatament després d'una conducta, n'incrementen la freqüència i en faciliten la instauració. Està demostrat que el reforçament positiu fomenta l'autoestima i la seguretat, a més de facilitar la instauració d'hàbits i rutines. Cal reforçar la conducta de manera sistemàtica immediatament després que es faci.

#### > **Hi ha diferents tipus de reforçadors:**

- Socials: el reconeixement social i els elogis
- D'activitat: activitats gratificants
- Materials: premis que poden ser objectes desitjats
- Comestibles: aliments preferits, xocolata, etc.

#### > **A l'entorn escolar utilitzarem bàsicament els reforços socials i d'activitat.**

A continuació s'exposen alguns exemples de com fer elogis i comentaris positius per reforçar les conductes adequades:

> **Descriure el que es veu** : "Veig els teus llibres recollits al teu calaix"

> **Descriure el que se sent** :

"Dona gust veure el teu calaix tan ben ordenat"

> **Sintetitzar la conducta en una paraula o dues**:

"Has guardat els llapis a l'estoig, els dossiers a la teva carpeta i els

*llibres al calaix; d'això se'n diu organització!"*

> **Han de ser apropiats per a l'edat**

> **Evitar suggerir antics punts febles o fracassos:**

*"Bé, finalment toques bé aquesta cançó!"*

*"No imaginava que aprovaries el curs, felicitats!"*

> **Amb una mostra d'entusiasme apropiat i natural**

> **Intentar "agafar l'alumne" fent alguna cosa bé**, no esperar que faci alguna cosa perfecta per elogiar-lo, cal premiar cadascun dels seus èxits, encara que siguin petits.

> **Donar elogis específics i concrets :**

*"M'agrada com has col·laborat avui al grup de treball"*

> **Combinar l'elogi amb un somriure, un gest de satisfacció, un copet, una abraçada, etc.**

> **Exemples de comentaris reforçants:**

- *M'agrada quan treballes tranquil·lament en grup.*
- *Has participat molt bé en aquesta activitat.*
- *Has fet una bona feina d'equip.*
- *Has ajudat el teu company, estic molt content.*
- *M'encanta que somriguis.*
- *Has estat capaç de controlar-te i has vingut a dir-me que un company t'ha molestat.*
- *Tot i que no estaves d'acord amb el teu company, has sabut parlar del tema i arribar a un acord.*
- *Has reconegut el teu error i això m'ha agradat molt.*

> **En síntesi, s'utilitzaran expressions com ara:** "M'agrada quan tu...", "és bo quan tu...", "bona feina!", "excel·lent!", "ets tot un campió o campiona, has acabat els deures!", "quan vegi la teva família els diré com de bé...", "estic molt orgullós/osa de tu quan...", "bravo", "estic molt content/a. ..", etc., acompanyades d'un somriure i d'un llenguatge no verbal d'acord amb el missatge verbal.

Un cop més, és important pensar en l'edat de l'alumne o l'alumna per seleccionar el llenguatge que s'utilitzarà. A un nen petit se li pot dir: "ets un campió o campiona i ara tota la classe t'aplaudirà" i a un adolescent serà més apropiat dir-li: "estàs aconseguint els teus objectius i això això em fa sentir molt satisfet, desitjo que a tu també".

> **Per conèixer què pot reforçar l'alumne o l'alumna es pot fer aquest tipus de qüestionaris:**



<b>1</b>	<b>Quin tipus de jocs o aficions t'agraden?</b>	
<b>2</b>	<b>Quina activitat escolar prefereixes?</b>	
<b>3</b>	<b>Quina activitat esportiva t'agrada?</b>	
<b>4</b>	<b>Quina música t'encanta?</b>	
<b>5</b>	<b>De què t'agrada ser l'encarregat o encarregada de la classe?</b>	
<b>6</b>	<b>Amb qui t'agrada asseure't?</b>	
<b>7</b>	<b>Quan et portes bé, què t'agrada escoltar del teu professor o professora?</b>	
<b>8</b>	<b>Quin comportament del teu professor o professora t'agrada molt?</b>	
<b>9</b>	<b>Quina meta diària t'agradaria aconseguir?</b>	
<b>10</b>	<b>Quina és la teva millor habilitat?</b>	
<b>11</b>	<b>A quines activitats de grup t'agrada participar més?</b>	

A l'hora de seleccionar els reforçadors, novament, es tindrà en compte l'edat. A un alumne de parvulari o 1r de primària pot ser molt reforçador ser el primer o primera de la fila; en canvi, per a un o una adolescent ho pot ser veure llibres de màniga els darrers deu minuts de la classe o quan ha finalitzat correctament la tasca pactada.

### > El reforç està indicat quan es vol:

- Ensenyar una nova conducta; ex. obeir, portar els deures fets, col·laborar en la neteja de la classe, etc.
- Que un comportament que ja fa el faci sovint.
- Augmentar una conducta existent que impedeix que es faci una "negativa".

#### Per exemple:

*Felicitar quan està ben assegut  
perquè volem que no s'aixequi.*

L'atenció que donem a l'alumnat és un reforç molt poderós, per això busquen aconseguir-la de moltes maneres i es mostren satisfets quan ho aconsegueixen. Per tant, cal aprendre a prestar atenció positiva a la conducta desitjada per augmentar el compliment dels mandats i les peticions, així com altres conductes positives. És important saber que hi ha dos tipus d'atenció:

#### > **L'atenció positiva:**

Donar atenció mitjançant elogis, escoltant-lo, mirant-lo, somrient-lo, jugant-hi, etc.

#### > **L'atenció negativa:**

Atenem a l'alumne davant la conducta inadequada fent sermons, cridant, fent crítiques, etc.; aquesta és la que hem d'evitar davant de la seva mala conducta.

Una manera de fer atenció positiva i així reforçar la conducta adequada, com s'ha comentat, és mitjançant els elogis. Els elogis són efectius si s'expressen correctament. Fer un elogi per a una bona conducta, és afavorir que la torni a fer. Cal recordar que, quan es presenta un TND, portar-se bé és un gran esforç no comparable al que suposa als seus companys sense TND. El reforç positiu és l'arma més potent per fomentar un bon comportament alhora que s'afavoreix el desenvolupament d'una autoestima adequada.

### 2.4.5.2. Economia de punts

L'economia de punts és una estratègia útil per mantenir la conducta quan ja s'ha après sense necessitat de reforç positiu immediat i, d'aquesta manera, aprendre a demorar la recompensa o el reforç.

L'objectiu principal d'aquesta tècnica és incorporar al repertori conductual de l'infant conductes adequades i adaptatives o incrementar-ne la freqüència. També té per objectiu aconseguir que el nen o la nena aprengui a passar de les gratificacions més immediates a les de mitjà termini. Per això, abans d'obtenir el reforç que ha triat, haurà de guanyar una sèrie de punts que als més petits es concretaran en forma de fitxes. És a dir, es tracta de donar punts o fitxes (en comptes de donar directament recompenses) que després podrà intercanviar per reforçadors o recompenses. Quan s'opti per fitxes, poden ser de colors, fetes pel nen o la nena, fitxes d'un joc, enganxines infantils, etc. És important que cridin l'atenció de l'infant, i que s'adaptin a la seva edat i als seus gustos. Se li ha d'explicar, en un moment de tranquil·litat, sense presses, què se espera d'ell o d'ella així com les regles d'intercanvi de fitxes.

Perquè la tècnica sigui eficaç cal fer de forma sistemàtica una sèrie de passos i tenir en compte l'edat del nostre alumne. Seguirem els passos següents:

#### **A. Fer llista de conductes per instaurar**

El primer pas serà fer una llista de les conductes susceptibles de ser treballades o que es considera que haurien de millorar. D'aquestes conductes caldrà escollir quines són prioritàries per a cada cas. Per fer-ho, hem de valorar el nivell d'interferència que provoquen i el nivell de dificultat que suposen per a l'alumne.

És recomanable a les primeres economies triar algunes conductes que, encara que no siguin prioritàries, siguin més fàcils de canviar. Així, tindrà més percepció d'autoeficàcia.

Les economies de punts funcionen molt bé, especialment si les conductes diana són hàbits (apuntar els deures a l'agenda, penjar les seves

pertinences al penjador, etc.). Encara que també es poden utilitzar amb conductes que tenen a veure amb el bon comportament, cal tractar amb respecte professors i companys (parlar amb un to de veu mitjà, amb paraules i gestos amables).

S'establiran entre 3 i un màxim de 5 conductes-objectiu que es vulguin treballar. És important que les conductes que s'escullen per treballar no siguin totes gaire difícils d'assolir. El més adequat és fer una jerarquia progressiva.

### **B. Establir reforçadors:**

Es tracta de pensar quins reforçadors poden agradar a l'alumne. No cal pensar en reforçadors molt extraordinaris, sinó simplement en aquestes coses o activitats del dia a dia que ja solen fer. Per això pot ajudar fer-se aquestes preguntes: quines activitats li agrada fer i demana fer? (ser el primer o primera de la fila, jugar a un joc determinat, llegir, dedicar un temps a jocs educatius a l'ordinador, dibuixar, escoltar música, regar les plantes de la classe, etc.).

Cal que pensem quin d'aquests reforçadors el motivaran més a esforçar-se. Els reforçadors han de ser privilegis del seu ambient natural i pactar-se juntament amb l'alumne. A l'edat escolar un reforçador molt potent és la felicitació per la seva conducta i traslladar aquesta felicitació a la família. Les consideracions per escollir aquests reforçadors són les mateixes que s'han explicat a l'apartat anterior.

### **C. Explicar el funcionament de l'economia de punts**

De la manera més senzilla, visual i motivadora possible, cal presentar les conductes que s'ha decidit treballar i la seva equivalència en punts per a l'obtenció dels reforçadors.

Cal que quedi reflectit de manera clara què s'espera del nen o de l'adolescent, quan i què obtindrà i a què es comprometen els professors.

També cal decidir quants punts o fitxes es donaran per cada conducta realitzada. Si totes les conductes o hàbits són igual de difícils es donarà una fitxa o un punt per cadascuna de feta correctament. En can-

vi, si hi ha conductes més difícils els donarem més fitxes o punts. Si, per exemple, el que més li costa és obeir a la primera i, en canvi, fer els deures i penjar la jaqueta al penjador és igual de difícil, es pot establir donar dues fitxes/punts per obeir a la primera, una fitxa o un punt per fer bé els deures i un altre per penjar la jaqueta. Per determinar el nombre de fitxes o punts necessaris per aconseguir un reforçador (premi), es tindran en compte els punts o fitxes totals que pot aconseguir cada setmana i el valor que se li hagi donat a aquest reforçador en concret. Per exemple, cada 4 punts/fitxes aconseguits és el primer de la fila o té 10 minuts al final de la classe per mirar manga. Cada 15 punts obtinguts s'escriu un comentari positiu de la seva evolució a la família.

Convé establir un moment en què els professors registraran els punts o les fitxes. Cal fer un recompte dels punts o fitxes i anotar-los. Així mateix, cal anar reforçant cadascuna de les conductes que el nen o la nena faci bé, ometre comentaris sobre el que no ha fet bé i animar a fer les conductes que encara li costen. És important tenir present que rep atenció, punts o reforços per allò que ha aconseguit millorar i fer, no pel que encara no s'ha aconseguit. Perquè l'economia funcioni, cal sistematitzar l'enregistrament d'allò que ha aconseguit l'infant a l'hora de donar els reforçadors. Aquesta tècnica sol ser molt motivadora i els ajuda a esforçar-se al màxim per assolir els objectius pactats. Habitualment, quan no funciona, és que ens hem equivocat en l'aplicació i cal revisar el procediment que hem fet.

### Un exemple gràfic d'economia de punts és el següent:


	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Faig les tasques que em diu el professor o la professora i amb un somriure (2 punts)	●	●	○	○	○
Aixeco la mà abans de parlar (1 punt)	○	●	○	○	○
Menjo tot el que m'han posat al plat (1 punt)	●	●	○	○	○

Una consideració important en l'alumnat amb TND és posar fitxes només quan s'està premiant la conducta que volem instaurar. Cal recordar que l'atenció només es dona quan l'alumne s'està portant bé. Posar una cara trista o un gomet vermell com a senyal que ho ha fet malament, dona atenció a la conducta negativa i facilita l'enuig del nen que té un dèficit d'autocontrol de la ràbia. Per tant, es premia i es posa la fitxa o es donen els punts quan aconsegueix la conducta pactada. Aquesta tècnica es fonamenta en el reforç positiu, no en el càstig.

**Quan aquesta tècnica s'aplica a adolescents**, s'han d'adaptar els formats. Els adolescents es mostren sensibles al respecte per la seva maduració i creixement, per la qual cosa cal assegurar-se que es presenten els pactes conductuals en un format adequat a la seva edat i motivacions. No es faran servir dibuixos ni enganxines infantils, sinó que s'utilitzaran contractes en format preferentment escrit o amb imatges adequades a l'edat, on es reflecteixen les conductes que l'adolescent ha de fer i les conseqüències positives de realitzar-les adaptant els reforçadors als gustos propis de la adolescència. Si la família es mostra col·laboradora, es poden

proposar contractes on les conseqüències positives de la bona conducta a l'escola es premiïn a l'entorn familiar. És més fàcil trobar reforçadors a l'entorn familiar que a l'escolar.

### Per exemple:



Contracte

..... **juntament amb el meu pare i la meva mare, estic d'acord a seguir el contracte següent:**

- 1.** Prendré nota dels deures a la meva agenda abans de sortir de classe **(1pt)**
- 2.** Estic d'acord a fer 30 minuts de deures dins de l'horari pactat **(3pt)**
- 3.** Estic d'acord a lliurar els deures en el termini establert **(2pt)**
- 4.** Estic d'acord a entrar amb puntualitat a classe **(2pt)**
- 5.** Estic d'acord a respectar els professors **(2pt)**
- 6.** Estic d'acord a no barallar-me a l'escola **(2pt)**

**Si aconseguixo els punts necessaris, els meus pares es comprometen a:**

**10 PUNTS = 30 minuts d'internet**

Signatura de l'adolescent / Signatura dels pares /

Signatura del tutor/a escolar:

Una manera àgil d'aplicar aquesta tècnica a l'àmbit escolar amb alumnes més grans de 9 anys és la utilització de la fitxa diària de valoració de la conducta. S'hi identifiquen les conductes que es vol instaurar. Cal limitar-se a 4 o 5 al principi, i incloure'n una o dues en què l'alumne tingui probabilitats d'èxit. Cal procurar que el format sigui fàcil d'emplenar pel professorat:

### FITXA DE VALORACIÓ DE LA CONDUCTA DIÀRIA A L'ESCOLA

Valoreu el comportament diari de l'alumne/a en els aspectes que s'indiquen tot seguit:

- Feu servir l'escala de valoració següent (màxim 5 conductes per dia)
- Feu servir l'escala de valoració següent:
  - 1 ➤ Conducta excel·lent
  - 2 ➤ Bona
  - 3 ➤ Normal
  - 4 ➤ Mala conducta

CONDUCTES QUE S'HAN DE VALORAR	CASTELLÀ	ANGLÈS	MATEMÀTIQUES	EDUCACIÓ FÍSICA	EDUCACIÓ VISUAL
Participació a la classe	2	1	3	2	1
Qualitat del treball	3	1	4	2	1
Segueix les normes	2	1	4	3	1
Relació amb els companys	1	1	3	1	1
Deures	3	1	3	-	1

**Comentaris:** avui ha anat molt bé, la professora d'anglès l'ha felicitat.

Amb aquesta fitxa de valoració de cada professor, el tutor podrà assignar els punts pactats amb l'alumne i la família al contracte conjunt o al que s'ha fet en l'àmbit escolar únicament.

#### 2.4.5.3. El reforç negatiu

El procediment anomenat de reforç negatiu és una manera diferent de premiar. Si en el reforç positiu la conseqüència positiva de fer una conducta és donant un premi en qualsevol dels formats comentats, en el reforç negatiu es premia alliberant l'alumne d'alguna activitat que no li agradi.

**Per exemple:** "Has fet tan bé aquests tres exercicis que no cal que facis els dos següents" o "Has estat tota la classe escoltant el professor i has controlat el teu enuig quan t'ha corregit, per tant, avui no cal que t'encarreguis tu de buidar les papereres".

**En resum:**

• **El reforçament és l'arma més potent per fomentar un bon comportament.**

• **El reforç afavoreix el desenvolupament emocional positiu.**

• **L'economia de punts:**

- Permet establir conductes apropiades i facilita la demora del reforç.
- Manté les conductes positives apreses.
- Permet individualitzar el programa i graduar millor la relació entre la conducta i el reforçador.
- Facilita augmentar l'exigència de manera progressiva.
- No es produeix tan fàcilment la sacietat, ja que els premis que s'obtenen són més i variats.



---

## PROCEDIMENT

---

**1)** Determinar les **conductes** que es volen incrementar i que es recompensaran amb les fitxes

---

**2)** Realitzar, juntament amb l'infant o adolescent, una **llista de reforçadors positius** que li agradaria aconseguir o que en general li agradin molt.

---

**3)** Establir una llista d'**equivalència** entre el reforçador i el nombre de fitxes que necessita per aconseguir cadascun dels reforçadors

---

## 2.4.6. Estratègies per eliminar o reduir conductes inadequades

Quan es vol disminuir o eliminar les conductes inadequades cal assegurar-se que cada cop que l'alumne o l'alumna mostra una conducta negativista o desafiant no obtindrà cap reforç. Com hem vist, això mantindria la seva conducta. Per això, el que es garantirà, en la mesura que sigui possible, és que davant les conductes que volen corregir s'utilitzin tècniques d'obediència i disciplina positiva.

En aquest apartat s'explica en què consisteixen l'extinció, el temps fora, la sobrecorrecció o la retirada de privilegis. Totes són tècniques positives de disciplina i obediència que afavoreixen que l'alumne aprengui a portar-se bé i a discriminar les conseqüències de la bona o la mala conducta. En canvi, no s'hi aborden estratègies tradicionals de càstig, és a dir, l'aplicació d'estímuls aversius com els càstigs físics, la ridiculització, les reprimendes hostils, etc. Actualment, hi ha evidències que aquestes mesures de disciplina tenen efectes no desitjats:

- Poden fomentar sentiments desagradables cap a la persona que les aplica (por, ràbia, venjança, etc.).
- No són educatives, ja que no ensenyen les conductes adequades ni proporcionen estratègies d'autoregulació.
- L'adult que castiga esdevé un model inadequat d'autocontrol i comunicació.

Per això, **com a norma general s'han d'aplicar conseqüències tan poc aversives com sigui possible.**

### 2.4.6.1. L'extinció

És la tècnica que apliquem quan deixem de reforçar o recompensar una conducta.

Està indicada per reduir o eliminar les conductes no desitjades o inadequades que no suposen un perill immediat per a ningú ni són destructives. És especialment útil per a conductes pròpies de l'alumnat amb TND que consisteixen en rebequeries, queixes, amenaces, protestes, comentaris inapropiats, culpar els altres, voler dir l'última paraula, etc. Consisteix a deixar de reforçar o recompensar una conducta. Si a un comportament no segueixen conseqüències de cap tipus anirà disminuint fins que arribi a desaparèixer.

Consisteix en ignorar la conducta problemàtica. Per tant, no cal mirar-lo mentre faci aquesta conducta, ni escoltar-lo, ni contestar-li, ni parlar-li, ni fer gestos amb la cara ni d'aprovació ni de desaprovació. Quan deixi de fer aquesta conducta li prestarem atenció de manera immediata i, si és possible, reforçarem la conducta incompatible, l'adequada. L'alumne o l'alumna ha de notar el contrast entre el cas que li fem quan es porta malament i quan es porta bé. Cal informar l'alumne que quan faci aquestes conductes, les quals s'han de concretar, no se l'escoltarà ni se l'atendrà.

Al principi, la conducta no desitjada pot augmentar temporalment, però si l'educador es manté la fermesa desapareix.

**Recordeu:** no heu d'utilitzar l'extinció quan són conductes perilloses que impliquen risc físic per algú com agressions o autoagressions (ex.: quan puja a la finestra o s'enganxa a un altre nen, etc.) ni per a conductes destructives: trencar material escolar col·lectiu.

Als centres escolars, de vegades, són els mateixos iguals els que poden reaccionar rient o fent comentaris a les conductes inadequades dels seus companys amb TND, la qual cosa pot actuar com un reforçador. En aquestes situacions, el grup classe ha de veure de manera clara què n'espera el professorat i quines conductes han de respondre. Pot resultar útil explicar al conjunt del grup classe davant de quines situacions se'ls demana la seva col·laboració. Les assemblees o espais de tutoria són un bon moment per fer reflexions d'aquest tipus: "com sabeu, a totes les classes, a la nostra també, hi ha alumnes que tenen més dificultats per portar-se bé, de vegades es poden queixar o fer coses que us poden provocar el riure a la resta. Per poder ajudar-los, de la mateixa manera que tenim el compromís d'ajudar qualsevol altre company, en aquestes situacions us heu de controlar, no riureu i seguireu el model del que faci el professor. D'aquesta manera, tothom contribuirà a mantenir un bon ambient a l'aula i ajudarem que tothom aprengui a comportar-se de la millor manera".

Seguir aquestes indicacions ajudarà, també, a jerarquitzar les conductes sobre les quals intervenim. L'alumnat amb problemes de conducta sovint rep al llarg de la jornada escolar nombroses amonestacions dels diferents educadors. Això fa que es vagi construint un autoconcepte negatiu. Amb el temps, els adults deixen d'esperar que es porti bé i ells mateixos es convencen que no saben portar-se bé. Sovint expressen que no saben per què es porten malament, que ells voldrien comportar-se bé però que no ho aconsegueixen. Senten que quan la ràbia els inunda perden el control. De manera paral·lela, és freqüent que les famílies rebin queixes diàries de la conducta dels fills i filles. Això fa que s'entri en un cercle viciós on regna la desesperança i la impotència. Aplicar l'extinció de les conductes que hem comentat pot ajudar a no intervenir a totes les conductes i caure en un excés de rectificació constant. Si de manera paral·lela apliquem les estratè-

gies de reforç abans comentades, podrem començar a crear l'expectativa positiva que també fan coses de manera correcta, que hi ha dies en què no cal aplicar estratègies punitives i contribuirem a un millor desenvolupament i pronòstic d'aquests alumnes.

#### 2.4.6.2. El temps fora

És la tècnica que s'aplica quan **s'enretira l'alumne d'una situació problemàtica**. Serveix per trencar ràpidament un cicle de mal comportament. Quan els alumnes perden el control i entren en rebequeries, provocacions i es comporten malament, es mostren nerviosos i no saben ni què diuen ni què fan, llavors hem de reconduir la situació d'una manera adequada

El temps fora és una estratègia psicològica d'intervenció, molt utilitzada a la infància i l'adolescència, per aconseguir eliminar una conducta inadequada. En aquesta tècnica s'aplica una conseqüència negativa a l'infant, ja que se'l priva de reforçadors, se l'aïlla durant un període breu de temps sense rebre atenció i s'avorreix, quan ha fet una conducta que es vol eliminar.

**Està indicada**, per tant, per facilitar l'autocontrol de l'alumne i eliminar els reforçadors que mantenen la conducta inadequada. **Consisteix** a treure el nen o l'adolescent immediatament de la situació en què s'ha produït la conducta que volem eliminar, donant-li un temps perquè reconsideri la seva conducta i es pugui calmar per tornar a incorporar-se a l'aula o a l'activitat amb la conducta adequada.

**S'aplica informant** l'alumne en quines situacions s'utilitzarà aquesta tècnica, generalment quan té rebequeries o comportaments agressius o perillosos, per exemple, insultar o provocar. S'ha d'explicar clarament el funcionament de la tècnica (lloc on ha d'anar, durant quant de temps i per què), i deixar-li clar quina conducta inadequada portarà com a conseqüència l'aïllament.

**El temps fora serà proporcional a l'edat**, calculant, en general, **un minut per any**. S'ha de pactar amb l'equip docent el lloc on es farà el temps fora. Quan són nens petits, pot ser dins de la mateixa aula, en un racó absent de reforçadors. Altres vegades, pot ser un temps per anar al lavabo, calmar-se i tornar a entrar. En altres, anar a la sala de professors o a un despatx o aula on sapiguem que hi ha un docent que el pugui vigilar sense donar-li atenció ni conversa, només supervisant la seva conducta. S'ha de **garantir que estigui en un espai segur on no tingui accés a cap tipus de reforçador**. Per tant, treure un alumne de la classe al passadís, on es pugui asseure al terra i escoltar música amb els seus auriculars o amb el mòbil pugui accedir a les seves xarxes socials, no seria un temps fora, sinó un reforç positiu a la seva conducta inadecuada (el premi és escoltar música o estar amb el mòbil) i un reforç negatiu (alliberar-se d'estar a classe). Tampoc no ho seria estar una estona agradable conversant amb un docent que mostri interès per la seva situació o pel que ha passat.

S'utilitzarà un to de veu ferm i contundent i es donarà la consigna: "aquest comportament és inacceptable: no s'empenta els companys, està malament, no ho tornis a fer; ara has de sortir de classe i anar a l'aula de reforç".

Mentre l'alumne estigui en temps fora, els adults del voltant seu hauran de fer extinció (no parlar-ne, no dirigir-li mirades, no fer-li recriminacions ni comentaris).

Si quan s'acaba el temps el nen plora o l'adolescent segueix portant-se malament se'l deixarà en el temps fora fins que hagi estat mig minut en calma, ja que si deixem que surti sense haver reconduït la conducta reforçarem la seva conducta negativa.

La majoria de nens i adolescents no es rebel·len quan s'aplica el temps fora de manera sistemàtica i correctament. En cas que ho facin, al cap de dues setmanes d'aplicació de la tècnica ho acostumen a acceptar correctament. Tot i així, si ens trobem amb algun alumne que es resisteixi es poden utilitzar les estratègies següents:

### En alumnes preescolars:

- Si triga a anar al temps fora: portar-lo de la mà, encara que es negui.
- Si fa soroll mentre està en el temps fora: ignorar-ho.
- Si s'escapa: tornar-lo a fer seure i ordenar-li que s'hi quedi. Si segueix aixecant-se, posar la mà ferma damunt la seva espatlla sense cap contacte visual.

### A primària i secundària:

➤ Si triga a anar al temps fora: dir-li que ha d'anar-hi immediatament o, si no, s'haurà de quedar uns minuts addicionals. En cas que no respongui caldrà aplicar retirada de privilegis (per exemple, no podrà anar al pati) que és una tècnica que explicarem ben aviat.

➤ En els alumnes més petits, si fa rebequeries mentre està en el temps fora: ignorar-ho. Si quan finalitza el temps establert segueix sense calmar-se, se li diu: "et vindré a buscar quan estiguis més tranquil o tranquil·la".

**Cal no oblidar elogiar l'alumne quan es disculpi, es controli i comenci a comportar-se de manera adequada.**

#### 2.4.6.3. La sobrecorrecció

Està indicada davant de conductes inadequades que es poden reparar. És a dir, quan es pot establir una correspondència entre la conducta inadequada que ha fet i la conducta que es vol que aprengui. Aquesta serà la conseqüència de la seva mala conducta: trenques un dibuix, doncs la conseqüència és que has de fer un dibuix; pintes la taula, doncs la conseqüència és que has de netejar la taula. Per tant, consisteix a ensenyar la conducta adequada. Se l'obliga a desfer el mal que ha originat (sobrecorrecció restitutiva) i després se'l fa practicar de forma correcta la tasca (sobrecorrecció de pràctica positiva).

S'aplica immediatament a la realització de la conducta inadequada establert que ha de fer com a conseqüència de la mala conducta. Li explicarem amb un to de veu ferma, alhora que càlida, que el que acaba de fer té les se-

ves conseqüències perquè sabem que ell és capaç de fer-ho correctament i això és el que se li exigirà. Evitar cridar i mostrar enuig, però sí contundència davant l'aplicació de la conseqüència.

#### En resum, se seguiran els passos següents:

- Establir la conducta que ha de fer per corregir o desfer el dany social o físic.
- Fer que restauri l'ambient fins que el deixi millor de com estava.
- Guiar, si escau, en l'execució de la conducta reparadora.
- En els nens petits, si es resisteixen a fer la sobrecorrecció, se'ls pot ajudar amb les mans a fer l'acció correcta. Si no voleu recollir, podeu agafar les vostres mans de manera respectuosa i guiar-vos com si fossin les d'un robot; agafant els objectes i posant-los al lloc adequat. Ignorar els plors, les rebequeries o les resistències. És important mantenir-se tranquils i fermes fins que el nen hagi fet la tasca o la comenci a fer sol.
- Si l'adolescent s'hi resisteix, simplement s'anuncia la retirada d'un privilegi si no repara el mal (no sortir al pati fins que no ho faci, no anar a una sortida).
- Immediatament que fa la conducta adequada, se l'elogia i es reforça l'obediència, "sabia que eres capaç de fer-ho així bé", per exemple.

Si el nen dibuixa a la paret, se li ha de demanar que la netegi i que la deixi més neta del que abans ho estava.	<b>REPARAR EL MAL / DANY</b> ➔	Fer diversos dibuixos en llocs adequats que ha de demanar o buscar.
Si llança un pot de pintura al terra l'haurà de netejar.		Netejar altres espais de l'escola
Si empenca un company o companya: li ha de demanar perdó.	<b>PRÀCTICA POSITIVA</b> ➔	Fer coses agradables al company o la companya que ha empenat
Si baixa les escales cap al pati corrent: haurà de tornar a l'aula des del pati		Baixar a poc a poc les escales diverses vegades

#### 2.4.6.4. La retirada de privilegis

Està indicada quan es vol que l'alumne o l'alumna deixi de fer alguna conducta no desitjable que no podem ignorar. També està indicada quan no obeeix davant les tècniques anteriorment explicades: temps fora o sobrecorrecció.

Consisteix que l'alumne ha de "pagar" les conseqüències de la seva conducta dolenta amb la retirada d'un benefici o privilegi. És semblant a la multa que hem de pagar els adults per haver comès una infracció de trànsit.

#### S'aplica de la manera següent:

- S'ha d'informar l'alumne prèviament de quan s'aplicarà la retirada de privilegis, és a dir, ha de conèixer davant de quines conductes se li aplicaran sancions: "quan no surtis de la classe quan se t'ha dit que ho facis", "quan no compleixis les normes establertes" (se li concreten quines), "quan agredeixis un company", etc.

- També se li ha d'informar de les conseqüències de la seva conducta: "cada vegada que no obeeixis quan se t'indica sortiràs de classe X minuts, et quedaràs sense pati i romandràs al meu despatx fent tasques escolars", "si agredeixes un company, et quedaràs sense viatge de fi de curs".
- Cal concretar-ho molt perquè el nen o l'adolescent conegui perfectament quines condicions o conductes suposaran una retirada de privilegis (per exemple, pegar, no fer els deures, etc.), quins privilegis es retiraran i durant quant de temps. Convé que les conseqüències negatives durin poc en el temps. No seria correcte "un mes sense pati".
- No s'ha d'amenaçar mai amb una conseqüència negativa si no es pensa aplicar-la ("si no fas els deures no aniràs d'excursió" i després hi va). L'amenaça incompleta fa que perdem credibilitat.
- El tipus de conseqüències negatives estarà relacionat amb privilegis de l'infant o l'adolescent, mai amb coses importants per al seu desenvolupament i educació, com que es quedi sense anar a escola o no fer activitats esportives o d'art.
- La conseqüència s'ha d'aplicar totes les vegades que apareix la conducta inadequada; així s'estableix ràpidament la relació conducta-conseqüència.
- S'ha d'aplicar al més aviat possible després de la conducta que es vol modificar.
- Perquè la retirada de privilegis sigui eficaç, s'ha de fer amb alguna cosa que sigui gratificant per a l'alumne.
- Si el nen o l'adolescent percep la conseqüència negativa com una cosa poc raonable, és possible que reaccioni de forma desproporcionada i es comporti encara pitjor. Si la conseqüència negativa s'allarga molt (per exemple, un curs sense excursions), no tindrà incentius per portar-se bé.

- No és convenient alterar-se quan s'aplica una conseqüència negativa, ni cridar ni verbalitzar coses com "sempre acabes fent-ho tot malament", "estàs esgotant la meva paciència", "no aconseguiràs res a la vida", etc.
- Apliquem la conseqüència negativa amb una actitud tranquil·la i ferma.
- Cal no oblidar mantenir un equilibri entre els reforços i les conseqüències negatives. La conseqüència negativa només indica a l'infant o l'adolescent el que no ha de fer, però no ensenya què ha de fer. Per tant, cal ensenyar (i reforçar) conductes alternatives a les que es vol eliminar. Per exemple, li retirarem privilegis cada vegada que no obeeixi, però recordarem reforçar-lo cada vegada que sí que obeeixi.
- Atès que a l'entorn escolar hi ha menys privilegis dels que hi poden haver a l'entorn familiar, quan la família està disposada a col·laborar-hi es pot pactar la retirada de privilegis a l'entorn familiar davant d'informes del col·legi de conductes que es considerin realment greus: agressions, faltes de respecte considerables, etc. En aquests casos, l'alumne ha de conèixer els pactes acordats i davant de quines conductes tindrà conseqüències a casa (no sortir el cap de setmana, retirada de mòbil, retirada de la play, switch, etc.). És important jerarquitzar i deixar aquest recurs, com s'ha indicat, només davant de conductes realment greus. És probable que l'alumne negativista a l'escola també ho sigui a l'entorn familiar. No cal sobrecarregar la família amb sancions i informes negatius ja que així s'incrementa la desesperança, el cansament, la desolació i la impotència.
- No és recomanable expulsar l'alumne de l'escola. Sovint això esdevé un premi, ja que és difícil controlar que mentre duri l'expulsió no tingui accés a jocs, plataformes digitals, etc. Si hi ha reincidència i conductes greus que requereixin separar-lo de la dinàmica escolar, és aconsellable una expulsió de l'aula, però dins del mateix centre educatiu, establint un horari amb professors que el o la vigilin sense

parar-hi atenció i amb tasques escolars a realitzar, amb la consigna que fins que no les finalitzi no es podrà incorporar al grup. En aquests casos no ha d'anar al pati amb els seus companys. L'expulsió tampoc no es pot allargar en el temps. Cal procurar no abusar d'aquesta estratègia i no deixar d'aplicar totes les estratègies descrites abans, com el reforç positiu de tot allò que faci bé. Si no és possible fer l'expulsió al mateix centre escolar, cal procurar que la família controli que no siguin uns dies de vacances; per tant, mentre dura l'expulsió en l'horari escolar no pot tenir accés al mòbil, internet, televisió i ha de fer tasques escolars. Encara menys, si és adolescent, no pot sortir amb amics en horari escolar. Quan els pares disposen de recursos, és aconsellable posar un professor de classes particulars que supervisi que està treballant o portar-lo a un entorn controlat (un despatx, casa d'algun familiar que pugui fer-li supervisió, etc.)

## 2.5. Formes de comunicació assertiva davant la mala conducta

És important recordar que l'alumnat amb TND té dificultats per controlar la ràbia i tendeix a mostrar irritabilitat, enfurismar-se i empipar-se amb facilitat. Per això cal proporcionar-li un model d'autocontrol adequat i fomentar un estil de comunicació assertiu. Per tant, l'adult ha de mantenir la calma, sense enfadar-se, mostrar fermesa però també calidesa, descriure la conducta inadequada i la que s'espera que faci. Cal transmetre confiança, que és capaç de millorar i aprendre a controlar-se i a portar-se bé. Si els adults creen expectatives de millora, és més probable que millori la seva conducta, tal com han indicat múltiples estudis amb el conegut efecte Pigmalión. A més, així es fomentarà un bon autoconcepte, se'n preservarà l'autoestima i es contribueix a prevenir alteracions de l'estat d'ànim.

### Alguns exemples d'aquest tipus de comunicació són :

(Adaptat de Faber y Mazlish, 2006)

#### > Fixeu-vos en les seves conductes i no en la seva manera de ser

—“No és correcte que deixis les pintures pel terra i sense tapar; si us plau, recull-les del terra, guarda-les a la seva capsa, tapa-la i deixa la capsa a la prestatgeria”, en comptes de

—“Ets un desordenat i un deixat, tot ho espatlles!”

#### > Expresses els vostres sentiments amb rotunditat

—“M'empipo molt quan trobo les pintures pel terra.”

#### > Manifesteu les vostres expectatives

—“Quan fem servir un material comú espero que es respecti.”

#### > Ensenyeu com rectificar

—“El que cal fer ara amb aquestes pintures és posar-les al seu lloc, ordenades i tancades.”

#### > Doneu-li opcions

— “Pots fer servir les pintures amb compte i deixar-les tancades al seu lloc o no fer-les servir. Depèn de tu.”

#### > Preneu mesures i provoqueu la reflexió

Alumne/a: —“Per què guardes ara les pintures al teu armari?”

Mestre/a: —“Explica-m'ho tu.”

#### > Resoleu conjuntament els problemes

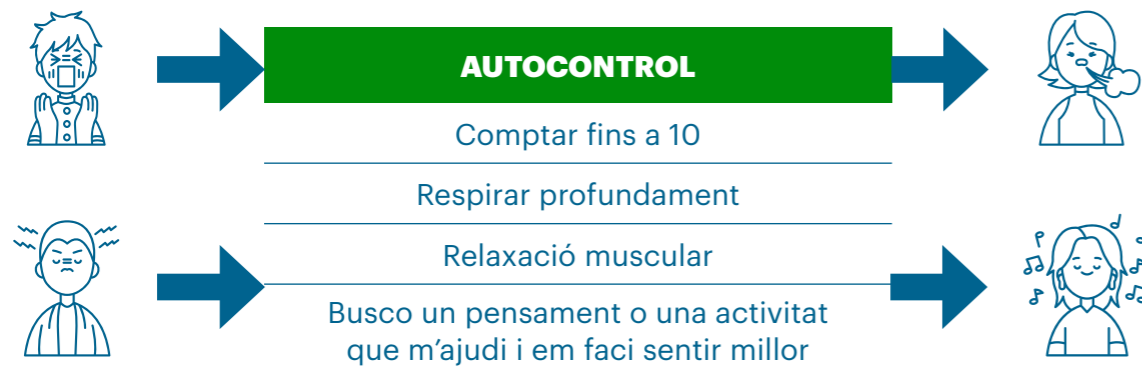
—“Com podríem fer perquè facis servir les pintures de classe quan les necessitis i jo sàpiga que estan ben ordenades i tancades?”

## 2.6. Estratègies per incrementar el nivell d'autocontrol de l'alumnat

Si l'alumne va a una psicòloga clínica, segurament l'estarà ajudant a millorar el seu nivell d'autocontrol. Si és així, és recomanable coordinar-s'hi per ajudar l'alumne a aplicar a l'entorn escolar les tècniques d'autocontrol

que hagi treballat amb la psicòloga i, d'aquesta manera, les generalitzi a la vida diària, que és on realment necessita saber controlar-se.

L'objectiu de les tècniques d'autocontrol és ajudar l'infant a aprendre a controlar els seus rampells, rebequeries i enuigs. Per això es facilita que analitzi adequadament la seva situació, reconegui els seus propis sentiments i emocions, eviti conclusions precipitades i errònies (errors de pensament), interioritzi estratègies que l'ajudin a mantenir la calma: autotemps fora, relaxació, respiració profunda, etc.



### Alguns recursos que es poden fer servir a l'aula són:

- > Utilitzar **targetes de recordatori** que evitin haver de cridar l'atenció en públic i li recordin tècniques d'autocontrol. El docent es dirigeix al lloc de l'alumne i li deixa la targeta amb un STOP on se li recorda que respiri, compti fins a deu, pensi abans de parlar, etc.

> **1. STOP. Respira i calma't**

> **2. Parla amb un to de veu baix i escolta**

> **3. Pensa quin és el problema i com es pot resoldre**

> **4. Tria una opció que t'ajudi a fer les coses bé**



- > Utilitzeu **senyals verbals o no verbals** pactats prèviament amb l'alumne o que us indiquin que podeu sortir uns minuts de classe per relaxar-vos i tornar a entrar.

> **Establir la rutina** de fer exercicis de relaxació o *mindfulness* amb el conjunt de l'alumnat en determinats moments de la jornada escolar.

- > Si s'observa que l'alumne amb TND està començant a descontrolar-se, es pot **fer una pausa** i proposar un breu exercici de *mindfulness* o un minut de relaxació col·lectiva.

En alguns casos es poden utilitzar les estratègies descrites anteriorment per motivar l'alumne a aplicar les tècniques d'autocontrol, per exemple, utilitzant **contractes conductuals**:

### Contracte de comportament de .....

Jo, XXX, juntament amb els meus pares i el meu psicòleg o psicòloga, estic d'acord a fer el compromís següent:

1. Quan identifiqui que m'estic empipant de me n'aniré del lloc.
2. Em calmaré.
3. Avisaré el professor o professora si crec que jo sol no puc resoldre el problema.
4. Resoldré el conflicte dialogant i arribant a la millor solució per a ambdues parts.

Si ho aconseguixo, portaré una nota de felicitació a l'agenda.

#### PRIVILEGI



Els meus pares estan d'acord a deixar-me usar l'ordinador 30 minuts al dia després de les 8. Si ho aconsegueixo 5 dies consecutius de la setmana, el cap de setmana em deixaran connectar-m'hi 1 hora.

## 2.7. Flexibilitat cognitiva i estratègies de resolució de problemes

Sovint, els alumnes amb TND tenen dificultats de cognició social amb tendència a un biaix hostil en la interpretació de les situacions socials i un dèficit d'habilitats per resoldre problemes de manera adequada. Per això tendeixen a enfadar-se i mostrar-se susceptibles.

### > Per incrementar la flexibilitat cognitiva es pot ajudar l'alumnat a:

- **Afavorir el pensament causal:** establir les causes
- **Afavorir el pensament alternatiu:** imaginar el major nombre de solucions o explicacions alternatives (xoca amb un company: "és culpa seva, ho ha fet expressament"; mestre/a: "no creus que potser no t'ha

vist i per això ha xocat amb tu?"; davant d'un conflicte amb un professor/a de matemàtiques - alumne: "em té mania"; tutor/a: "pot ser que avui s'hagi disgustat perquè portes tota la setmana sense fer els deures i parlant a classe").

- **Afavorir el pensament conseqüencial:** preveure les conseqüències d'un fet, "què creus que passarà si segueixes cridant i insultant?"
- **Afavorir el pensament en perspectiva:** posar-se al lloc de l'altre "com creus que se sent quan l'escriu i insultes?"
- **Afavorir el pensament mitjans-objectius:** fixar els objectius i preveure els mitjans, "recorda que el teu objectiu era guanyar els punts d'aquesta setmana, per això has de controlar els teus enuigs i ara ets a punt d'enfadar-te, recorda què has de fer per calmar-te: respirar, comptar fins a 10, anar a rentar-te la cara, etc."

L'escola és un entorn ric en experiències socials, per això és un lloc òptim per ajudar l'alumnat a millorar les seves habilitats socials i a adquirir estratègies de resolució de conflictes. Algunes idees que poden ajudar són:

- > **Ajudar-lo a intervenir en els seus conflictes**
- > **Prioritzar la intervenció en les conductes de major gravetat i ignorar les més lleus**
- > **Ajudar-lo a analitzar la situació de conflicte per a generar solucions adequades**
- > **Donar models de resolució i alternatives**

Per això és recomanable utilitzar estratègies de resolució de problemes amb l'objectiu d'anar incrementant gradualment la independència de l'alumne, donant-li ajut per distingir aspectes negociables de no negociables, demostrar que aquesta tècnica és una manera efectiva de resoldre els seus problemes i fer l'acompanyament perquè mantingui una bona comunicació.

Cal mostrar interès pel problema i no emetre judicis. L'adult ha de procurar no resoldre ell el problema, sinó que ha de guiar i ensenyar els nois i noies com resoldre'l per si mateixos.



≈

**“Com pots resoldre això?”**

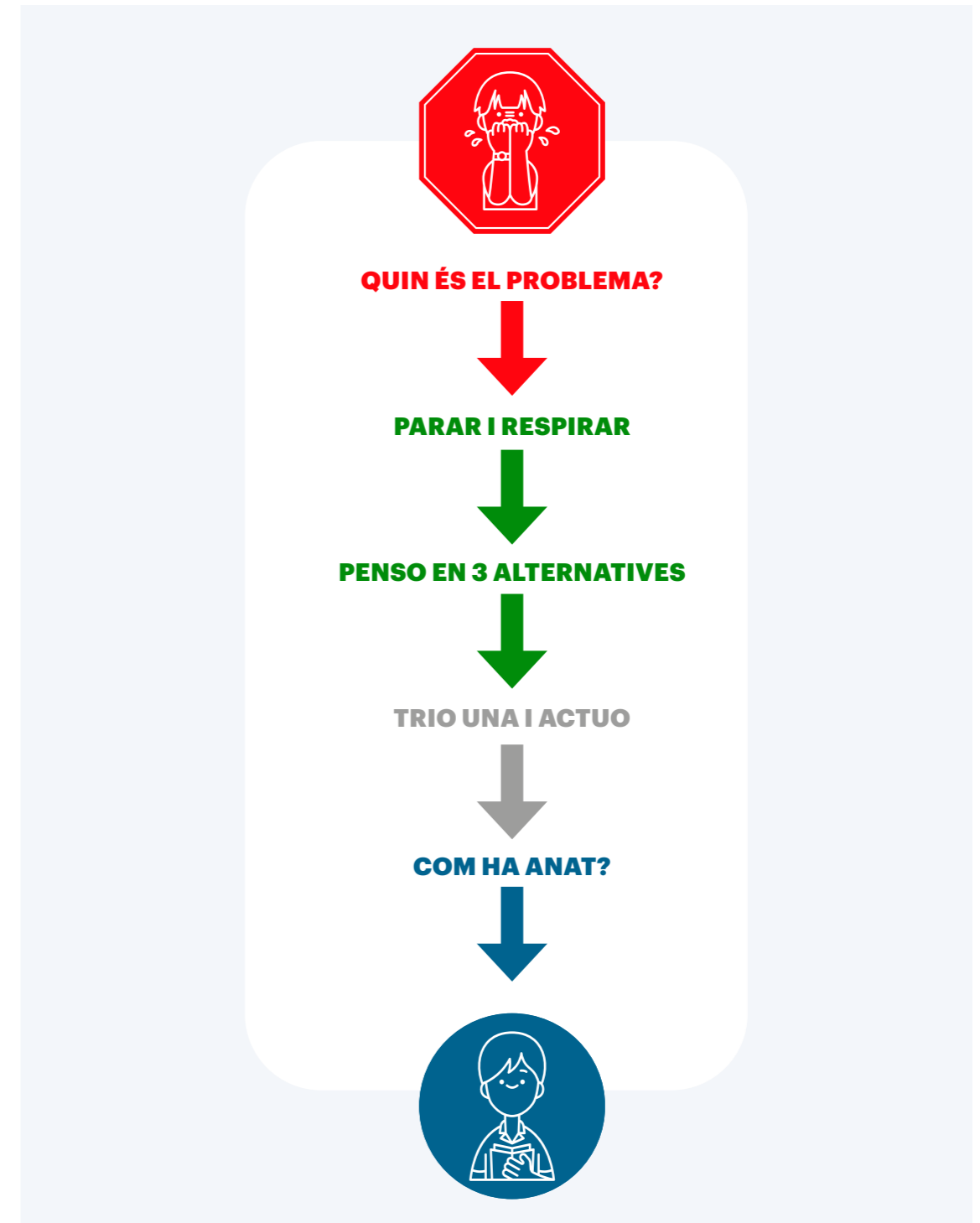
**“Quina altra cosa podries haver fet que et permetés assolir el teu objectiu i complir les normes?”**

≈

**Per ensenyar l'alumnat a resoldre problemes es pot seguir el següent guió:**

- Es parla amb respecte sense desqualificacions ni insults
- S'escolta totes dues parts
- S'identifiquen les emocions de les parts implicades
- Es parla de les necessitats de cada part
- Es treballa per trobar una solució mútuament acceptable
- S'escriuen totes les idees o possibles alternatives de solució sense avaluar-les
- Es decideix quins suggeriments agraden, quins són descartables, i quins escollim com a solució a portar a terme
- Es fa el seguiment de la resolució

Es poden disposar de fitxes amb les pautes de resolució de problemes amb una presentació adequada a cada edat:



## Cartells de solució de problemes per a l'aula

- > **1.** STOP. Recobrar la calma

---

- > **2.** Parlar i escoltar l'un i l'altre

---

- > **3.** Determinar el que tots dos necessiten

---

- > **4.** Proposar solucions

---

- > **5.** Triar la idea que més agradi a tots dos

---











- > **6.** Dissenyar un pla i posar-lo en pràctica

## Registre de les solucions proposades

### EL PROBLEMA

Què poden fer ara mateix per a què...

\_\_\_\_\_ i \_\_\_\_\_ ?  
*El primer alumne obtingui allò que necessita*      *El segon alumne obtingui el que necessita*

Idees Marqueu les idees que més us agraden a tots dos	El que ens sembla la idea...	
	Mario	Eva
 Jugar demà		
 Jugar al pati que hi ha proper		
Jugar després de classe		
Fer altres activitats junts		

## Davant d'un conflicte entre alumnes es pot guiar per solucionar-lo de la manera següent:

- > Què ha passat?
- > En què em fixo per saber-ho?
- > Quines explicacions faig?
- > Quin és el meu paper en aquesta situació?
- > Què vull aconseguir?
- > Quines solucions hi pot haver?
- > Quina és la millor?
- > Amb quins criteris avaluo?
  - És eficaç?
  - És justa?
  - Crea bons sentiments?
  - És segura?

## Un exemple de diàleg en un conflicte entre dos companys amb la guia del professorat, a manera il·lustrativa, podria ser:

- > Explica'm el teu punt de vista, què ha passat? Quin és el problema?
- > Com se sentia el teu company o companya?

- > Com et senties tu? (utilitzant la fórmula: "Jo em sento... quan tu... perquè...")
- > Digues què va dir el...
- > Sembla que (el primer alumne/a necessita)... i (el segon alumne/a necessita)... És així?
- > Per què pot ser que aquest nen o nena es portés així?
- > Què hauries fet tu si...?
- > En què estaves pensant o què volies aconseguir quan et vas portar així?
- > Creus que has aconseguit el teu objectiu?
- > Creus que comportar-te així va estar bé?
- > Què podeu fer ara per resoldre el problema?
- > Sí, podeu... què més podeu fer?
- > A tu et sembla bé?
- > El problema està resolt?
- > Què fareu?
- > Què ha de passar abans? i després? com, quan, on i amb qui?
- > Si això tornés a passar, què faríeu?
- > Com ha funcionat la solució?

### Un exemple de diàleg en un conflicte entre un professor i un alumne, a manera il·lustrativa, podria ser:

"Vull resoldre el problema d'una manera convenient per a tots dos."

Em sento \_\_\_\_ quan tu \_\_\_\_ perquè \_\_\_\_"

"Així que et sents \_\_\_\_ perquè \_\_\_\_"

"Sembla que jo necessito \_\_\_\_ i tu necessites \_\_\_\_ . És així?"

"Què podem fer que ens convingui a tots dos?"

"Sí, podríem \_\_\_\_ . Què més podríem fer?"

"Quines en serien les conseqüències?"

"Com ha funcionat la nostra solució?"

## 2.8. Prevenció d'explosions conductuals

Si s'apliquen totes les estratègies explicades fins aquí es redueixen les probabilitats d'aparició d'explosions conductuals. Tot i així, en els alumnes amb TND és probable que no puguem evitar que apareguin alguns episodis. Segons com reacciona l'adult a l'inici dels episodis, aquests poden ser més o menys intensos i greus.

### Per intentar evitar que la conducta negativista i desafiant s'intensifiqui es pot:

- > Abans de cridar l'atenció públicament, en intuir el seu enuig, apropar-nos de manera discreta, respectuosament i de manera càlida i preguntar què li està disgustant. Oferir que apliqui alguna de les estratègies d'autocontrol que hem explicat.
- > Escoltar activament
- > Mostrar afecte i reconeixement, malgrat les dificultats que presenta

- > Oferir diferents opcions per escollir, en comptes d'insistir en una única proposta
- > Donar responsabilitats per ajudar el professor o altres companys de classe que li permetin reconduir la seva atenció cap a un focus diferent del que li estava disgustant
- > Recordar-li les normes, els límits i les conseqüències pactades

En els moments d'enuig, una interacció frontal i autoritària pot agreujar la situació. En canvi, és positiu disposar d'estratègies alternatives al 'no' davant les peticions inadequades de l'alumnat que generen menor irritabilitat:

#### > Donar informació

Alumne: — "Puc sortir de classe?"

Professor: — "Primerament has d'acabar l'activitat"

#### > Acceptar els sentiments

Alumne: — "Això és un pal!! Passo de fer-ho"

Professor: — "Entenc que t'avorreix, és pesat fer coses que no ens agraden"

#### > Descriure el problema

Alumne: — "Quin rotllo, no ho penso fer"

Professor: — "M'encantaria dir-te que no cal que ho facis, però aquesta activitat és necessària per aprovar aquesta assignatura"

#### > Sempre que sigui possible, substituir el 'no' per un 'sí'

Alumne: — "Puc sortir de classe?"

Professor: — "És clar que sí. Quan acabis l'activitat"

#### Donar-se temps per pensar

Alumne: — "Jo no ho faré"

Professor: — "Deixa'm que ho pensi abans de donar-te una resposta"

## 2.9. Actuació davant de l'explosió conductual

Tot i aplicar totes les estratègies i tècniques comentades fins aquí, de vegades no es pot evitar que l'alumne o l'alumna amb TND tingui episodis de desafiament, negativistes i d'enuig. En aquests moments, quan s'observa que està a punt de perdre la calma, cal recordar les dificultats de regulació, la tendència a l'hostilitat i la irritabilitat i, per tant, percebre aquesta situació com una oportunitat d'aprenentatge, mai com un atac o una qüestió personal. El nostre model i manera d'actuar seran crucials per reconduir la situació i ajudar l'alumne a regular-se millor.

### Algunes recomanacions per a les situacions de crisi són:

- > No entrar en argumentacions
- > Evitar l'enfrontament
- > No caure en lluites de poder
- > Mantenir la pròpia calma
- > Mantenir la fermesa

### Quan ja ha passat l'episodi, en un lloc tranquil i sense la presència de la resta de companys:

#### 1. **Analitzar-ho:**

Quin ha estat el problema? Què t'ha fet enfadar?

#### 2. **Aplicar les estratègies de resolució de problemes:**

De quines altres maneres ho haguessis pogut solucionar? Quines conseqüències haguessin tingut les altres alternatives?

#### 3. **Aplicar conseqüències:**

Estic segura que la propera vegada ho aconseguiràs, avui no ha estat possible i per això...

### En el moment màxim d'enuig, rebequeria o descontrol, mai no hem de:

- > Reaccionar impulsivament
- > Prendre-ho com si fos un atac personal
- > Demanar explicacions en aquell mateix moment
- > Acceptar reptes o desafiaments de l'alumne
- > Cridar
- > Provocar

## 2.10. Les entrevistes amb famílies d'alumnat amb TND

Les famílies amb fills amb TND sovint acumulen un elevat malestar emocional. En general, viuen amb desesperança i frustració la mala conducta dels seus fills. No és infreqüent que rebin comentaris invalidants, per part de familiars i amics, culpant-los de no haver educat bé els seus fills. En conseqüència, intentar establir una relació empàtica, comprensiva i professional amb aquestes famílies serà molt útil i l'únic camí que pot afavorir una relació necessària de col·laboració mútua.

### Per aconseguir-ho es proposa:

- > Comunicar-se assertivament: defensem els nostres criteris i les nostres idees de manera clara i directa, però respectant i mostrant interès per l'opinió dels pares i mares.
- > Empatitzar i evitar retrets, judicis de valor, sentències i prediccions de futur a llarg termini.
- > Escoltar activament la situació de la família.
- > Mostrar coneixement i comprensió del TND i de la situació del fill.
- > Recordar els objectius comuns "la millor evolució del vostre fill".
- > Expressar els motius i els sentiments de l'escola davant de determinades situacions.

- > Mostrar una actitud de col·laboració.
- > Explicar els objectius fixats.
- > Comentar les conductes que cal millorar, però també els aspectes positius de l'alumne.
- > Explicar normes, límits establerts i els recursos, estratègies i tècniques emprades a l'escola.
- > Sol·licitar la col·laboració i el feedback de la família.
- > Establir acords de les conductes objectiu i mecanismes de control de la conducta a l'escola (informes de conducta i/o contractes).
- > Establir canals de comunicació amb la família i de coordinació amb els diferents professionals que hi intervinguin.
- > Pactar el seguiment que farem, com comunicarem l'evolució i els possibles incidents.
- > Tenir clar què podem i què no podem demanar a la família.

**Com a resum i tenint en compte els passos comentats, és aconsellable seguir els passos de l'entrevista orientadora descrits per Miguel i col·laboradors (1996).**

<b>PREPARACIÓ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Reunir informació</li> <li>&gt; Planificar l'entrevista</li> <li>&gt; Establir la hipòtesi prèvia</li> <li>&gt; Preparar la cita</li> </ul>
<b>INICI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <b>Ser explícit/a:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motiu</li> <li>- Confidencialitat</li> <li>- Durada</li> <li>- Altres condicions</li> </ul> </li> <li>&gt; <b>Convenir què es pretén</b></li> <li>&gt; <b>Crear condicions</b> (clima de col·laboració)</li> </ul>
<b>DESENVOLUPAMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <b>Intercanviar informació</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoracions subjectives</li> <li>- Dades concretes</li> </ul> </li> <li>&gt; <b>Mantenir l'intercanvi al voltant dels temes rellevants</b></li> <li>&gt; <b>Identificar punts d'acord i preparar línies d'actuació</b></li> </ul>
<b>TANCAMENT I PLANIFICACIÓ DEL SEGUIMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <b>Fer explícites les conclusions</b></li> <li>&gt; <b>Arribar a compromisos</b></li> <li>&gt; <b>Planificar el seguiment</b></li> <li>&gt; <b>Fer-ne síntesi</b></li> </ul>
<b>SEGUIMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <b>Fer les accions previstes</b></li> <li>&gt; <b>Revisió, identificació dels obstacles i ajustaments necessaris</b></li> </ul>

### 3. Referències

Barkley, R. A., & Benton, C. M. (2000). *Hijos desafiantes y rebeldes*. Barcelona: Paidós.

Barkley, R. A., & Robin, A. L. (2008). *Your defiant teen. 10 steps to resolve conflict and rebuild your relationship*. London: Constable & Robinson.

Barkley, R. (2011). *Niños hiperactivos: cómo comprender y atender sus necesidades especiales*. Barcelona: Ediciones Paidós.

De Miguel, C., García, R. J., García-Fraile, F., García, D., Paniagua, G., Tabera, M. V., Torrego, J. C., & Aguado, J. C. (1996). *La entrevista un instrumento de trabajo para el profesorado*. Madrid: Consejería de Educación y Cultura.

Faber, A., & Malish, E. (2006). *Cómo hablar para que los adolescentes le escuchen y cómo escuchar para los adolescentes le hablen*. Barcelona: Medici.

Green, R.W. (2013). *El niño explosivo: Un nuevo modelo para comprender y criar al niño fácil de frustrar y crónicamente inflexible*. Bloomington: Universe