



Desafíos de comportamiento

¿Qué clases de desafíos de comportamiento podríamos enfrentar con nuestro hijo?

Los niños con trastornos del espectro del autismo (autism spectrum disorders, ASD) pueden tener dificultades para relacionarse y comunicarse con otras personas. Pueden intentar comunicarse a través de sus comportamientos. Por ejemplo, los niños con ASD pueden tener dificultades para decirles a sus padres que no desean realizar una actividad que se les ha pedido y tienen una rabieta en lugar de usar palabras. Muchos niños con ASD también son impulsivos y pueden responder exageradamente o insuficientemente a los estímulos sensoriales o ambientales. Estas cualidades pueden causar desafíos de comportamiento, como también podrían hacerlo los comportamientos repetitivos y el interés por la monotonía. Pueden alterarse mucho si se presenta un cambio en sus rutinas. Es posible que no entiendan por qué otro niño puede no querer jugar exactamente como ellos quieren. El comportamiento de cada niño es único. El aprendizaje de principios de comportamiento puede ayudarlo a aumentar las probabilidades de que su hijo responda como usted desearía que lo haga y limitar los comportamientos problemáticos.

¿Qué deberíamos saber sobre los principios de comportamiento?

Los principios de comportamiento básicos pueden ayudar a explicar cómo los niños con ASD y sin ASD aprenden a responder a lo que se les pide. Lo que sucede en el entorno así como también las emociones hacen que los niños muestren respuestas de comportamiento. La mayoría de las respuestas ayudan al niño a interactuar con otros y son adaptativas. Otras respuestas de comportamiento evitan que un niño participe en actividades de aprendizaje o tienen un efecto negativo en la interacción social.

Algunos motivos por los que podrían ocurrir comportamientos problemáticos incluyen:

- Comportamientos que funcionan como una forma de *comunicación*, como hacer una rabieta para conseguir una galleta.
- El comportamiento que obtiene *atención*, como llorar hasta que un padre deje de hablar por teléfono.
- El comportamiento que *evita* responder al pedido de un adulto; por ejemplo, tirarse al piso cuando se le pide que camine.
- Comportamientos que son *repetitivos* o *hábitos*, como morderse las uñas.

Algunos comportamientos problemáticos son el resultado de la frustración (es decir, no poder expresar sus necesidades).

- *Comportamientos para autoestimularse* como mecerse hacia adelante y hacia atrás cuando están aburridos o desconectarse demasiado de la estimulación.
- Comportamientos causados por la *neurología* de un niño, como tics o hiperactividad.

Algunos de estos problemas neuroconductuales pueden tratarse con medicamentos. (Pregúntele al médico de su hijo sobre el folleto "Los medicamentos y su hijo"). Sin embargo, es importante comprender primero si hay un motivo para el comportamiento problemático. El tratamiento es más eficaz si también se tratan los motivos por los que ocurre el comportamiento.

Algunos comportamientos comienzan por un motivo y luego siguen sucediendo porque han sido reforzados: consiguen atención o algo más que el niño desea cuando ocurre el comportamiento. Por ejemplo, un niño que primero se golpea la cabeza porque le duele el oído puede continuar haciéndolo con rabieta si piensa equivocadamente que es la forma de pedir atención.

Hable con su pediatra, un especialista en comportamiento de la escuela o un psicólogo si su hijo tiene comportamientos desafiantes (que van desde interrupciones hasta provocarse lesiones) que son problemáticos para usted y su familia. Los motivos por los que ocurren los comportamientos son distintos para cada niño.

¿Qué podemos hacer para cambiar el comportamiento?

Usted puede aumentar los comportamientos adaptativos y limitar el comportamiento problemático tomando medidas consistentes. Esto significa tratar de tener siempre la misma respuesta cuando ocurren los comportamientos.

1. Recompense el comportamiento adaptativo del niño.

Puede aumentar los comportamientos que desea de su hijo con refuerzos positivos o con elogios o recompensas cuando ocurre un comportamiento deseado. La parte más importante de cualquier plan de comportamiento es enseñarle a su hijo a comportarse de una manera positiva. La mayoría de los niños aprenden el idioma recibiendo una recompensa, como un elogio, por decir una palabra u oración. Podría pasar un tiempo hasta que el comportamiento de su hijo cambie, porque usted deberá enseñarle qué comportamientos son agradables para usted.

Las recompensas varían de un niño a otro. Las sonrisas, los elogios y la obtención de privilegios son todos ejemplos de recompensas. Una forma de usar recompensas es tener una tabla de estrellas o etiquetas adhesivas donde un niño recibe una estrella o una etiqueta adhesiva por un comportamiento deseado. Cuando el niño recibe suficientes estrellas o etiquetas adhesivas, puede cambiarlas por una recompensa. No es lo mismo que un soborno.

2. Haga que su hijo gane privilegios por comportamientos deseados y los pierda por comportamientos no deseados.

Trabajar por el refuerzo ayuda a enseñar nuevos comportamientos. Una forma de disminuir los comportamientos que no desea de su hijo es hacer que su hijo gane privilegios para sus actividades favoritas, como tiempo para usar la computadora por comportamientos deseados, y que los pierda cuando tiene comportamientos que usted no desea. El tiempo de espera es un ejemplo de cómo separar a su hijo de las actividades como respuesta a comportamientos no deseados. Solamente funcionará si el “tiempo en actividad” es positivo. Enseñarle a su hijo los comportamientos que usted desea lo ayudará a saber qué comportamientos usted no desea que tenga. En ocasiones, los niños tienen rabietas porque sienten que el comportamiento indicado por la clase o los adultos es estresante; el tiempo de espera puede ser un alivio. Si esa parece ser la situación, es importante averiguar qué resulta estresante para el niño sobre la actividad indicada por los adultos. Por ejemplo, si un niño molesta porque no puede aprender del modo en que le están enseñando, es importante cambiar la estrategia de enseñanza.

El tiempo de espera para los niños más pequeños debe implementarse apenas ocurra el comportamiento problemático. El período que un niño debe permanecer en tiempo de espera debería depender de su comprensión. Una guía es de 30 segundos a 1 minuto por año de edad mental.

Si coloca a un niño en tiempo de espera, asegúrese de que se encuentre en condiciones de seguridad. Dígale a su hijo por qué está en tiempo de espera, pero no le hable ni se ocupe de él mientras permanezca en tiempo de espera. Apenas finalice el tiempo de espera, haga que su hijo se involucre en una actividad en la que pueda tener éxito y recibir refuerzo. El niño necesita aprender cómo desea usted que se comporte.

3. Implemente consecuencias para los comportamientos no deseados.

En ocasiones, las consecuencias son necesarias para los comportamientos desafiantes. Qué se considera un castigo varía de un niño a otro. Las consecuencias pueden variar desde quedarse después de clase hasta ordenar un desorden causado durante una rabieta. Las palmadas y otros castigos físicos pueden enseñarle a su hijo a usar la violencia cuando está enojado, y no están avalados por la Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics, AAP).

¿Cómo podemos comprender mejor los problemas de comportamiento?

Piense sobre el comportamiento de su hijo utilizando el método ABC.

A = Antecedent (antecedente), o qué sucedió antes del comportamiento de su hijo.

B = Behavior (comportamiento), o qué hizo su hijo.

C = Consequence (consecuencia), o qué sucedió después del comportamiento de su hijo.

Esto puede ayudarlo a pensar por qué ocurrió el comportamiento, de modo de poder prevenirlo en el futuro. El objetivo es evitar las situaciones que pueden causar un comportamiento problemático y reforzar los comportamientos deseados para que ocurran con mayor frecuencia. Un cuadro simple puede ayudarlo a llevar un registro del comportamiento de su hijo para que pueda entender por qué está sucediendo. Podría verse de la siguiente manera:

Fecha y hora del comportamiento	Antecedente	Comportamiento	Consecuencia
Lunes 8:00–8:15	Se le pidió que apagara el televisor	“No” e hizo una rabieta	Apagué el televisor y lo llevé hasta el autobús escolar después de que se detuvo.

Las escuelas también pueden ayudarlo a comprender los comportamientos. Puede consultar en la escuela de su hijo sobre un *análisis de comportamiento funcional* y un plan de intervención del comportamiento si su hijo tiene problemas de comportamiento en la escuela. Este análisis estudia los comportamientos específicos de su hijo y cuándo ocurren. Esto debería ayudarlo a averiguar qué podría influir en los comportamientos problemáticos e identificar formas de cambiarlos. Muchas familias se benefician con el aporte de un profesional de la salud del comportamiento para comprender mejor el comportamiento de sus hijos y desarrollar un plan de ayuda. Puede pedirle al médico de su hijo o al psicólogo de la escuela que lo deriven a un psicólogo, trabajador social, analista del comportamiento certificado u otro profesional de la salud del comportamiento para que los ayuden a usted y a su familia a aprender cómo enseñarle a su hijo más comportamientos adaptativos.

Controlar los comportamientos constituye un desafío y requiere consistencia pero también flexibilidad con el paso del tiempo. Los comportamientos de su hijo y sus expectativas cambiarán a medida que su hijo madure. El plan que usted utiliza puede cambiar con el paso del tiempo, pero los principios básicos permanecen iguales.

Recursos

American Academy of Pediatrics HealthyChildren.org:
www.HealthyChildren.org

Center for Effective Collaboration and Practice Functional
Behavioral Assessment: <http://cecp.air.org/fba>

Harris SL, Weiss MJ. *Right from the Start: Behavioral
Intervention for Young Children with Autism*. 2nd ed.
Bethesda, MD: Woodbine House; 2007

Myles BS, Southwick J. *Asperger Syndrome and Difficult
Moments: Practical Solutions for Tantrums, Rage, and
Meltdowns*. 2nd rev ed. Shawnee Mission, KS: Autism Asperger
Publishing; 2005

Phelan TW. *1-2-3 Magic: Effective Discipline for Children
2-12*. 4th ed. Glen Ellyn, IL: ParentMagic, Inc; 2010

US Department of Health and Human Services, National
Institute of Mental Health, National Institutes of Health. *Autism:
Causes, Symptoms, Signs, Diagnosis and Treatments—
Everything You Need to Know About Autism*. Smith S, ed. Rev
ed. Rockville, MD: National Institute of Mental Health; 2011

Las recomendaciones en esta publicación no indican un tratamiento exclusivo ni actúan como un estándar de asistencia médica. Las variaciones, teniendo en cuenta las circunstancias individuales, pueden ser adecuadas. Documento original incluido como parte de *Autism: Caring for Children With Autism Spectrum Disorders: A Resource Toolkit for Clinicians*, 2nd Edition. Copyright © 2013 American Academy of Pediatrics. Todos los derechos reservados. La American Academy of Pediatrics no revisa ni avala ninguna modificación hecha a este documento, y en ningún caso será responsable por cualquiera de dichos cambios.

Translation of "Behavioral Challenges"

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™