

Lo Reforzamiento

Introducción

Reforzamiento es entregar una consecuencia en forma inmediata y consistente después de que ha ocurrido un cierto tipo de conducta que aumenta la probabilidad de que la conducta ocurra de nuevo.

Hay dos tipos de reforzamiento: reforzamiento negativo y positivo. **El reforzamiento negativo** implica quitar algo indeseable después de que ha ocurrido cierta conducta. Un ejemplo de esto cuando usted está afuera y empieza a llover. Usted abre un paraguas para evitar mojarse. El paraguas le permite mantenerse seco y actúa como un reforzador negativo.

El reforzamiento positivo implica obtener algo deseable inmediatamente después de mostrar una conducta. El día de hoy nos enfocaremos específicamente en el reforzamiento positivo y cómo usarlo cotidianamente.

El reforzamiento positivo funciona tanto para niños como para adultos. Por ejemplo, vamos a trabajar y se nos paga. Nuestra paga actúa como reforzamiento positivo e impulsa la conducta nuestra de ir a trabajar. Si no se nos pagara, es poco probable que continuáramos yendo a trabajar a largo plazo.

Los niños también están impulsados fuertemente a comportarse de maneras que los lleven a obtener las cosas que desean. Por lo tanto, si usted desearía que ellos aprendieran nuevas conductas, o si desearía que fortalecieran conductas existentes, usted puede usar reforzamiento positivo para hacerlo.

Diferentes reforzadores motivan a diferentes personas. Algunos tipos de reforzadores son:

Reforzamiento social tal como elogios, abrazos, besos y “gracias”, son una manera personal y positiva de prestarle atención a una persona. Al ser específico sobre por qué está reforzando cierta conducta, puede aumentar la probabilidad de que ocurra de nuevo.

Reforzamiento tangible usa objetos deseados para reforzamiento. Esto puede incluir cualquier cosa que un niño desee tal como calcomanías adhesivas, dulces, estrellas, sellos, pasas, tiempo en un iPad, juguetes o cualquier otro objeto que le guste coleccionar al niño.

Para usar reforzamiento tangible en forma eficaz, elija una conducta que desearía reforzar usando objetos tangibles. Elija el objeto apropiado. Piense sobre cuándo usará el objeto: después de que su hijo haya estado haciendo algo durante cierto tiempo, o por el número de veces que él o ella haga algo. Permita que su hijo sepa que puede esperar tener el objeto a cambio de cierta conducta.

Preséntele una oportunidad de ganar el objeto. Es posible que necesite su guía para realizar la conducta al principio. Dele el objeto inmediatamente después de que demuestre la conducta y proporcione también retroalimentación verbal.

Otros reforzadores

Otros reforzadores incluyen **reforzadores sensoriales**, tales como algo que al niño le gusta oler, escuchar o ver. Los ejemplos de reforzadores sensoriales incluyen oler una flor o un marcador perfumado, tocar una canción que le gusta escuchar, o ver una caricatura que disfruta. Usted puede también usar una actividad como reforzador, tal como un paseo por el parque o jugar un juego favorito por unos minutos.

Consejos para un reforzamiento exitoso

Diferentes niños reaccionarán en forma diferente a los reforzadores. Para usar el reforzamiento en forma eficaz, necesita asegurarse de lo siguiente:

Lo que puede ser reforzamiento para un niño puede no funcionar para otro niño. A Kim le pueden gustar los abrazos, pero a Jack pueden disgustarle y preferir que le de un paseo “a caballito” sobre la espalda cuando se comporte de una manera deseada.

Divida las tareas en pasos más pequeños, y refuerce los pasos pequeños. Si le pide a un niño de 5 años que se cepille los dientes, se vista y se siente a desayunar antes de reforzarlo, es poco probable que pueda hacer todo eso sin ayuda. En lugar de eso, usted podría reforzarlo por poner la pasta de dientes en el cepillo y luego de nuevo por cepillarse él mismo los dientes. De esa manera, sentirá que tiene éxito y estará más inclinado a demostrar esas conductas.

Refuerce en forma INMEDIATA y CONSISTENTE.

Esto significa que usted debe reforzar la conducta tan pronto como ocurra y hacerlo cada vez que muestra la conducta, por lo menos inicialmente. Una vez que una conducta se haya establecido puede aumentar el número de veces que el niño necesita demostrar la conducta para obtener el objeto o la recompensa.

Para impedir que se aburra con los reforzadores, puede crear un tablero de elecciones con imágenes visuales de los reforzadores favoritos del niño y permitirle al niño elegir aquél que le gustaría obtener.

Conclusión

El BCBA de su niño puede ayudarle a crear un plan de acción para usar reforzamiento en su casa que sea específico para su niño. Recuerde, la consistencia es la clave para que su hijo responda bien al reforzamiento positivo.