

Evocar conductas positivas

Cuidar a cualquier niño puede ser con frecuencia un reto, y estos retos cambian conforme el niño se desarrolla. Los niños que apenas caminan desean ser independientes, y sin embargo no tienen la capacidad de auto regularse en forma eficaz, lo que puede resultar en conductas desafiantes. Los adolescentes se enfrentan a cambios físicos y hormonales y un ambiente social más complejo, y estos cambios presentan su propio conjunto de desafíos. Cuando usted toma en cuenta estos hitos normales del desarrollo junto con los déficits de lenguaje y sociales que presenta el autismo, se vuelve claro por qué un niño con autismo puede ocasionalmente mostrar conductas indeseables. He aquí algunas cosas que usted puede hacer para evocar más conductas positivas:

- 1) **Establecer el ambiente:** una de las primeras cosas en las que hay que pensar es cómo puede usted proveer un ambiente sano y consistente para su niño. Esto podría incluir crear rutinas diarias predecibles, usar horarios visuales o quitar elementos perturbadores o distractores del ambiente. Si hay cosas en el ambiente del niño que lo lleven a una conducta desafiante, quitarlas puede ser una ayuda.
- 2) **Redirección:** una técnica que funciona bien cuando un niño muestra una conducta indeseable es la redirección. Aquí, usted interrumpe rápidamente una conducta indeseable tan pronto como sea posible, y luego la dirige hacia una conducta apropiada.
- 3) **Reforzamiento diferencial:** El reforzamiento es una de las maneras más eficaces de evocar conductas positivas en un niño. Usted debería reforzar conductas que desea ver, y NO reforzar las conductas que no desea ver. Es más fácil decirlo que hacerlo, porque en ocasiones es más fácil ceder a los berrinches de un niño y reforzar la mala conducta que rehusar sus demandas en forma consistente. Sin embargo, el reforzamiento diferencial significa tener cuidado de premiar solamente las conductas positivas. La meta del reforzamiento diferencial es aumentar las conductas deseables y disminuir las conductas indeseables sin el uso de castigos.
- 4) **Dar forma a conductas:** dar forma es una técnica en donde usted usa reforzamiento para aumentar las aproximaciones de las conductas que usted desearía ver. Necesita trabajar con los límites de las propias capacidades de los niños, para evitar que esto se vuelva una experiencia desagradable para el niño. Para niños que no usan lenguaje, las imágenes pueden usarse para dar forma a conductas.
- 5) **Esfuerzo de respuesta:** es probable que las personas participen en la conducta que requiera menos esfuerzo y que tenga como resultado lo que ellos desean. Si es muy difícil para un niño obtener lo que desea, puede recurrir a gritar y patear o lanzar cosas porque eso atrae la atención que necesita y las cosas que desea. La idea aquí es que si usted hace que sea más fácil para él obtener lo que desea, no necesitará mostrar en este tipo de conductas desafiantes. Así que si un niño tiene que gritar para lograr su atención mientras usted está cocinando, hablarle o tomar un rápido descanso de 30 segundos mientras él o ella están calmados podría eliminar su necesidad de gritar.
- 6) **Sea un abogado de su niño:** comuníquese con los cuidadores del niño, los maestros y la familia extendida para ayudarles a comprender lo que funciona bien para su niño mientras esté bajo su cuidado. Si usted sabe qué redireccionamiento e incentivos realmente ayudan a su niño a mostrar conductas positivas, explíquelo a los demás que lo rodean para que ellos puedan trabajar eficazmente con su niño. No suponga que ellos saben lo que funciona para su niño. Comparta los artículos de apoyo visual que usted usa, sea claro sobre el horario de su niño, y lo que le gusta y disgusta fuertemente. Esa información puede marcar una gran diferencia para alguien que cuida a su niño.

Hay muchas formas en las que usted puede evocar más conductas positivas de su niño. Todas ellas implican que usted dedique tiempo y esfuerzo a hacer cambios simples para su niño. Tan solo estar consciente de lo que puede evocar conductas indeseables puede ayudarle a identificar lo que necesita cambiarse en el ambiente de su niño. Discuta estas opciones en mayor detalle con el terapeuta de su niño.