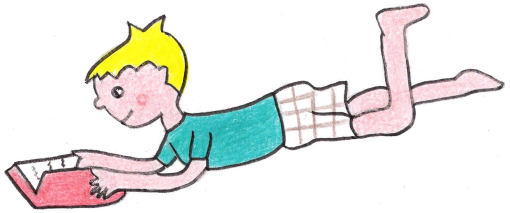
QUÉ SE HACE CADA DÍA	- En el mismo instante que el niño realiza correctamente la conducta se lo hacemos saber y lo elogiamos. Cuanto antes, dibujamos en un calendario vistoso de la casa un pequeño "sol" en el día de hoy (u otro dibujo), que significa que lo ha conseguido una vez. Iremos dibujando tantos "soles" en el día como veces lo logre. Cuando no lo cumpla no se dibuja nada negativo, ni se borran los soles. - En un momento de la jornada, (después de la cena), se revisa con él el comportamiento que estamos trabajando y se revisan los "soles" conseguidos, y si no se han conseguido, se vuelve a recordar la conducta esperada.
QUÉ HACEMOS CON LAS DEMÁS CONDUCTAS	- Para el resto de conductas actuamos como hasta ahora: podemos adoptar otras medidas. - Pero el resto de conductas no puede influir para conseguir un "sol" o no. Sólo cuenta la que estamos trabajando.
QUÉ RECOMPENSAS	- Las recompensas la deben decidir los padres, aunque la mejor recompensa es el elogio. - Deben ser variadas, para que el niño tenga que elegir. - Se aconsejan actividades: dibujar, ayudar a papá o mamá, jugar, un postre especial... Mucho mejor que comprar objetos. - Las recompensas se pueden conseguir, si el niño sabe contar a los 3 soles, 7 soles y 9 soles.
CUÁNTO DURA	- Normalmente se mantiene durante 20 días. - A los 20 días cambiamos de conducta salvo que esté mejorando y sea conveniente dejar unos días más, hasta los 30. - Cada dos conductas trabajadas, debemos dejar un descanso de un mes sin trabajar con este sistema.

FOLLETOS DE AYUDA A PADRES Y MADRES



7. PROGRAMA DE CONDUCTA EN CASA

Elaborados por *Jesús Jarque García*.

EL EJEMPLO DE "JAVI".

- Javi tiene 4 años y es un "trasto": desobediente, grita, es desordenado... Los padres no pueden más. Han decidido llevar a cabo un "Programa de Conducta en Casa". Para ello, van a comenzar por un comportamiento típico en él: suele gritar cuando llama a sus padres, algo no le parece bien o le impacienta. Tiene otros comportamientos peores, pero van a trabajar sólo ese.
- El padre y la madre están de acuerdo en lo que se va a hacer.
- Los padres se lo explican al niño: "*Javi, a partir de hoy vamos a enseñarte a ser mayor. Vamos a empezar por una cosita: a llamarnos con una voz normal, sin gritar, por ejemplo así: "Mamá puedes venir". Cada vez que lo hagas bien te dibujaremos un sol en este calendario, ¡a ver cuántos consigues!*
- Cuando el niño grita, los padres intentan razonar con él: *"¡Así no! ¿Te acuerdas cómo tenías que hacerlo?"*.
- Cuando lo sorprenden en una situación sin gritar le refuerzan ese comportamiento: "*Muy bien Javi, hablando suavemente; cuando lleguemos a casa tenemos que dibujar el sol que te has ganado. Cuando consigas 3 soles te haré un dibujo muy bonito".*
- Cada día después de la cena los padres revisan con el niño la jornada y comprueban los soles que ha ganado.
- Pasados 20 días, el niño ha mejorado su conducta, pero no del todo. Deciden seguir trabajando unos días más. Pero a los 30, aunque Javi sigue gritando en ocasiones, deciden trabajar una nueva conducta.

¿CÓMO SE HACE?

PARA QUÉ EDAD	- El programa de conducta parece más adecuado con niños de 3 a 7 años.
PARA QUÉ CONDUCTAS	- Es útil cuando queremos sustituir una conducta negativa por otra positiva que se supone que el niño debe tener adquirida a su edad. - Siempre así: cambiar una conducta negativa ofreciendo la positiva. En lugar de gritar, hablar normal; en lugar de hacer rabietas, obedecer a los papás... - Seleccionaremos <u>una y sólo una</u> conducta negativa en el niño. No tengamos la tentación de tratar todas a la vez. - Cuando iniciemos el programa, elijamos una conducta más o menos fácil de corregir.
QUIÉN LO LLEVA A CABO	- Tanto el padre como la madre, ambos deben de estar de acuerdo y "confiar" en este sistema. Si uno de los dos no se implica, o descalifica este método, es mejor no intentarlo.
CÓMO EXPLICÁRSELO AL NIÑO	- En primer lugar, hay que motivarlo y proponérselo como algo positivo, no como un castigo o amenaza: " a partir de ahora vamos a enseñarse a ser mayor..." - En segundo lugar, le explicamos la conducta que vamos a mejorar. Para ello, le explicamos muy clarito qué tiene que hacer, (y no sólo lo que no), qué esperamos que haga y cómo tiene que hacerlo. En lugar de decir: "*ordenar tus juguetes*", puede necesitar que expliquemos: "*guardarlos en esta caja y pon la caja aquí*".