

Sobre el Tratamiento de los Comportamientos Disruptivos y las Rabietas: Intervención en un Caso Clínico

Treatment of Disruptive Behaviors and Tantrums: A Clinical Case Study

Rocío Ramos-Paúl Salto

Centro de Psicología BIEM Madrid, España. Universidad Pontificia de Comillas Madrid, España

Resumen. Se presenta una intervención familiar desde la corriente cognitivo-conductual marcada por las rabietas del hijo pequeño (2 años y medio), donde las consecuencias inmediatas son la irascibilidad de los tres miembros hacia el pequeño y la incapacidad de reconducir una dinámica familiar marcada por la angustia y los conflictos diarios.

Palabras clave: rabietas, extinción, refuerzo, terapia cognitivo-conductual.

Abstract. A family intervention takes place from a cognitive behavioral approach marked by the tantrums of the youngest son (two and a half years old), the immediate consequences being hostility from the other three members of the family towards the child and the inability to redirect the family dynamics marked by anguish and daily conflicts.

Keywords: tantrums, extinction, support, cognitive behavioral therapy.

Introducción

Las rabietas forman parte del desarrollo evolutivo del niño y aparecen en torno a los 2 años y hasta los 4, bien es cierto que la práctica clínica hace pensar que últimamente esta etapa se adelanta y aparecen en torno al año y medio, alargándose hasta los 5.

Las rabietas cobran sentido dentro del desarrollo del niño como forma de integrar la norma por un lado y expresión de ideas propias por otro.

“Las investigaciones (Goodenough, F. L., 1931; MarcFarlane, J. W., 1954; Richman, N., 1982) más relevantes sobre las rabietas concluyen:

- Las rabietas ocurren con más frecuencia al final de la mañana, al final de la tarde y a la hora de irse a dormir, que por otra parte son momentos en los que los niños están más cansados y/o con hambre.
- Las rabietas son frecuentes entre niños de 2-5 años, teniendo su punto más álgido entre los 2-3 para poco a poco volverse más cortas y suaves.
- El 70% de los niños con comportamiento difícil con 3 años, continuaban teniendo el mismo comportamiento un año después, si no se llevaba a cabo ninguna intervención.”

(Ramos-Paúl y R. Torres, L., 2012, pág.137).

La correspondencia sobre este artículo debe enviarse a la autora a consulta@rocioramos-paul.com - www.rocioramos-paul.com

Las rabietas suelen ser motivo de consulta por lo desesperantes que resultan para los padres. La intervención va dirigida a la disminución de frecuencia, intensidad y duración de las conductas disruptivas que lleva a cabo el niño. Mostrándose la extinción como una de las técnicas más eficaces para abordarlas.

Para que se produzca una generalización del aprendizaje es necesario acompañar la intervención conductual de:

- Intervención cognitiva dirigida a los padres que frecuentemente tiene que ver con ideas irracionales del tipo “pobrecito, no soporto verle llorar”.
- Intervención fisiológica dirigida a utilizar técnicas de relajación que aplicaran durante el tiempo de “no atención” de la conducta a extinguir.

Siendo las rabietas evolutivamente esperables en los 2-3 años, su frecuencia intensidad y duración las convertirán o no en conductas desadaptativas. Mucho más si generan conflictos importantes en las relaciones familiares y si el manejo de las operantes que hacen los padres no es adecuado.

Si bien es cierto que la mayoría de los padres refieren la desaparición de las rabietas en torno a los 3-4 años, también lo es que un mal manejo y control de éstas en la infancia, pueden desembocar con el tiempo en otros trastornos de conducta como: trastorno oposicionista desafiante o trastorno por conducta antisocial (DSM IV-TR).

Atender a la diferenciación, entre una actitud de desobediencia propia de la edad y del desarrollo evolutivo del niño, frente a la agresión como habilidad para la resolución de conflictos, que constituiría un problema para el desarrollo del niño, es clave para el análisis funcional del caso que nos ocupa y otros casos similares.

“Un niño con dos años no sabe expresar lo que le pasa y cuando se enfada lo más probable es que lo manifieste tirándose al suelo y pataleando. Mientras que los niños de cuatro es habitual que pasen por rachas de desobediencia y de rebelión a la autoridad y entonces los enfados se manifiesten con gritos, insultos y pata-das. Que sea normal en su desarrollo no quiere decir que desde casa no tengáis o podáis hacer nada”.

(Ramos-Paúl, Torres, 2012, p. 145).

“Existen diversos modelos teóricos y explicativos de la desobediencia y la agresión, y todos coinciden en algo: una parte importante de la explicación de las conductas desadaptativas de los niños reside en la interacción de estos con los padres y con el medio. Por tanto, cuando hay que intervenir en este tipo de problemas, no solo se interviene con el niño, sino también y fundamentalmente con los padres”.

(Larroy, 2012, p. 151).

La edad del niño es uno de los factores determinantes a la hora de elegir el tipo de intervención. En edades comprendidas entre los 2 y hasta más allá de los 7 hacer un programa de operantes entrenando a los padres en el uso y manejo de las mismas, se muestra eficaz para la disminución de conductas inadecuadas y la adquisición de otras más adaptativas que las sustituyan.

En concreto, las rabietas ven disminuida su duración, frecuencia e intensidad con la aplicación de la técnica de la extinción. Los padres suelen tener nociones generales de la técnica e intentan ponerla en práctica antes de acudir a un profesional, cometiendo errores que hacen la conducta más resistente al cambio. Paso a recoger información que defina esta técnica y describa su aplicación paso a paso.

“El procedimiento de extinción consiste en suprimir el reforzamiento de una conducta previamente reforzada. Es decir, establecer las condiciones para que la persona no reciba reforzamiento tras la emisión de las conductas desadaptadas.”

(Labrador, Cruzado y Muñoz, 1993, p. 502).

El objetivo de la extinción es la desaparición de una conducta desadaptativa que se verá sustituida por otra más adecuada. Hay que tener en cuenta las variables que mantienen la conducta a extinguir para modificarlas mediante la desaparición de los refuerzos que la han mantenido. En el caso de las rabietas la aten-

ción que los padres prestan, suele ser el reforzador que las mantiene, por lo que el proceso de intervención se vertebra con la acción de no atender este comportamiento. Por ejemplo, si el niño aumenta la intensidad del lloro tras escuchar el No del adulto y este le regaña o castiga por gritar, la conducta se ha reforzado de manera que el niño repetirá el lloro y probablemente aumentará su intensidad la próxima vez que escuche no.

El éxito de la intervención depende de la aplicación continuada de este método. Para facilitar la correcta aplicación se explica un protocolo de actuación que los padres deberán seguir siempre que aparezca la conducta problema y que se describe a continuación:

- Cada vez que aparece la rabieta: Ignorar este comportamiento y continuar haciendo lo que se estaba haciendo.
- Decirle al niño cómo les hace sentir su comportamiento: “Me estoy enfadando mucho”.
- Anunciar la conducta alternativa que se espere lleve a cabo: “Cuando te tranquilices, te atiendo”.
- Retirarse de la situación y esperar un tiempo (aproximadamente un minuto por año). Si el niño mantiene su actitud, seguir con sus quehaceres o iniciar otra actividad sin atenderle (explicar que atender es hablarle, quedarnos mirándole, cogerle en brazos, dar un grito...).
- Pasado este tiempo volver donde está el niño y decirle nuevamente qué se espera que haga: “cuando te tranquilices, te atiendo”.
- Cuando se tranquilice, por mucho tiempo que haya estado llorando, hay que premiar la nueva conducta que será la alternativa “como me gusta que estés así, tranquilo, ahora podemos hablar”. Este es el momento del refuerzo. Por mucho que les enfade su comportamiento anterior, para que su esfuerzo sirva hay que olvidar el acontecimiento tan rápido como lo hacen los niños.
- Si durante la rabieta lleva a cabo más conductas desadaptativas: lanzar cosas al suelo, golpear el mobiliario, dar patadas o insultar, no se atenderán hasta que el niño se calme, nunca durante el enfado. Eso sí, primero irán los besos y la celebración por “lo que les gusta verlo así de tranquilo”.

Aumenta la probabilidad de éxito en la aplicación de la extinción, emplear una sesión (previa al inicio del procedimiento) en explicar a los padres los factores que aumentan las posibilidades de éxito/fracaso y las dificultades con las que pueden encontrarse. Esto es:

Hay factores en la historia previa de aprendizaje que pueden convertir la conducta problema en más resistente al cambio:

- Cuanto más tiempo lleve produciéndose, más difícil es su desaparición.
- Si cada vez que aparece la rabieta se refuerza el comportamiento, la disminución de su aparición e intensidad se complica.
- Si se han producido intentos de solución, en concreto si los padres han intentado mantener su criterio pero acaban cediendo a veces sí y otras no (refuerzo intermitente) la resistencia de la conducta problema se ve muy incrementada.
- Cuando no se ha reforzado o no se ha enseñado la conducta alternativa, más difícil es su instauración y por tanto se complica el proceso de sustitución de la desadaptativa. Los niños con rabietas reciben mucho refuerzo a las conductas desadaptativas: no gritos, no llores, no insultos y muy poco a las adaptativas: que bien cuando estás así tranquilo, me gusta que pidas las cosas con ese tono de voz por lo que la aparición de estas últimas disminuye o incluso desaparece. Esto hace que, la incorporación en el repertorio de conductas del niño tarde más.

Hay variables que controladas en la aplicación de la extinción aumentan la probabilidad de éxito.

- Advertir a los padres que en el inicio de aplicación de la técnica se incrementará la frecuencia, intensidad y variedad de los comportamientos disruptivos. Suelen aparecer conductas más agresivas de las utilizadas hasta ese momento y solo si se aplica la extinción hasta conseguir el objetivo propuesto es válida la intervención. A partir de este primer momento comienza la disminución de la frecuencia, intensidad y duración de la conducta problema.

- Una vez se decide intervenir con la técnica de la extinción han de ser constantes o se pueden producir los efectos contrarios, puesto que supondría reforzar de manera intermitente. El niño aprenderá que basta subir la intensidad de sus conductas disruptivas para ser atendido.
- Hacer aparecer el refuerzo siempre que aparezcan conductas alternativas y hacerlo combinado con la extinción la hace más eficaz. Si además la conducta alternativa es incompatible con la desadaptativa es más eficaz para conseguir el objetivo. Pedir lo que quiero tranquilo (alternativa a reforzar) es incompatible con exigir a gritos (a extinguir).
- Suele producirse la “recuperación espontánea de la conducta” extinguida, teniendo que volver a aplicar la técnica para su disminución/desaparición en la frecuencia de la conducta. La “recuperación espontánea” exige para su extinción de la aplicación exhaustiva del protocolo de actuación explicado en el punto anterior y su desaparición es mucho más rápida que en el inicio del proceso.
- Cuando la conducta sea peligrosa para el niño (definir peligro con los padres) se retirará al niño de dicha situación, una vez desaparecido el peligro seguir aplicando el protocolo de actuación. Por ejemplo: Los niños durante el tiempo de extinción pueden coger instrumentos punzantes retirárselos tranquilamente y ponerlos fuera de su alcance será suficiente para poder seguir aplicando el protocolo de actuación.

Descripción del caso

Rosa y Juan (de 37 y 39 años respectivamente) son padres de Gloria de 9 años de edad y David de 2,5. Rosa refiere no soportar a su hijo, dice llorando, que no tiene ganas ni de darle un beso, ni de achucharle por el estrés que le genera tenerle todos los días detrás de ella llorando. Cuenta que no recuerda un solo día en el que no tuviera rabietas y que esto se ha ido agudizando. Reconoce que hacen todo lo que pide con tal de no oírle llorar y que hasta Gloria está sujeta a lo que su hermano David exija. Juan apoya lo dicho por su mujer, pero cree que con él las cosas son distintas. Piensa que mediante el juego suele convencer a David de que haga las cosas, pero reconoce que cede en cuanto empieza a llorar.

David suele provocarse arcadas hasta llegar al vómito si no consigue su objetivo. De manera que sus padres tienen puesto por ¿ casa cubos y se los acercan cuando, durante las rabietas, se mete los dedos en la boca.

La secuencia suele ser

- Ellos dan una orden a David que protesta y empieza a llorar.
- Los padres intentan mantener el límite y entonces David, intensifica el lloro y aumenta el número de conductas disruptivas (patadas, arroja objetos y/o pega a los padres).
- Si Rosa y Juan mantienen la orden, David se mete el puño entero en la boca para provocarse arcadas que puedan llevarle a vomitar.
- Rosa y Juan le piden que deje de hacerlo y ante la posibilidad de que vomite, ceden a su exigencia.

Al preguntar cuando fue la última vez que vomitó cuentan que hace al menos tres meses, desde que decidieron que cuando lleva a cabo la conducta de meterse la mano en la boca, dejan de pedirle que cumpla la orden y se dedican a calmarle para que cese en su actitud.

Hasta ahora, esto era suficiente para que conseguir que David abandonase el comportamiento disruptivo pero Rosa relata con desesperación, que “ya ni siquiera me vale ceder porque aún así, David sigue llorando y pidiendo insistentemente otra cosa” hasta que es ella la que llora porque no entiende lo que quiere y se siente impotente.

Historia del problema

Lo definen como un bebé nervioso y llorón. A David se le hospitalizó e intervino con año y medio por una hernia y la recomendación fue que no llorara. Con lo que comenzó una etapa de sobreprotección que se agudizó con la aparición de las rabietas, conducta evolutivamente normal pero en el caso de David se complica con el manejo del vómito, que de nuevo frena la intervención de los padres.

“Es así desde que nació”, relatan achacando a la genética el posible aprendizaje de conductas para el manejo de la situación familiar.

Evaluación

Se establece el siguiente protocolo para la recogida de los datos necesarios en la elaboración de la Hipótesis de trabajo:

- Entrevista a los padres.
- Registro simple de situaciones negativas.
- Cuestionario de conducta operante (Pelechano, 1980). Extracto de la exploración del problema, dentro de “pautas de entrevista para padres” (PEP).
- Grabación de tareas dirigidas.

Entrevista a los padres

Rosa:

- “Desde que nació no descansamos, aquí en casa hacemos todo lo que él dice, cuando él dice (comienza a llorar), vemos en la tele lo que él quiere, así que no sé ni cómo actuar, ni qué hacer con las rabietas de David”.
- “Me tiene tan harta, tan cansada (llora mucho más)...me encantaría que un día no llorara, me gustaría levantarme un día y jugar con él tranquilamente. No sé, levantarme y darle un beso porque me apetece y no levantarme ya enfadada. Porque es que no me apetece ni hacerle una caricia, ni nada”.
- “He llorado muchísimo desde que nació. No se le puede mandar nada porque es como si no escuchara. Además, ¡es que es exigente! Tiene que ser como él quiere y cuando él quiere. Si no, te mira y parece que te dice: ¡Pues te vas a enterar!”.
- “Lo que quiere es que este encima de él entonces hace muchas más cosas, porque sabe que yo caigo”.

Juan:

- “Se mete la mano en la boca, te devuelve apostá”.
- “A su madre la trae frita, no la deja ni a sol ni a sombra”.
- “A mí todo esto me tiene todo el día estresado, sin dormir, vivimos para él. Cuando Gloria hace los deberes se va a buscarla a molestarla y hay que estar detrás de él. Si juega a algo tiene que ser a lo que David quiera y si se le antoja lo de su hermana pues ella ¡a dejárselo!”.
- “En esta casa todos sin excepción hacemos lo que David quiere”.

Registro simple de situaciones negativas: registrar durante una semana todas las situaciones que terminan en conflicto (ver cuadro pág. siguiente).

Cuestionarios: Cuestionario de conducta operante de V. Pelechano. Se utilizó un extracto de la entrevista que Pelechano utiliza para la exploración del problema, dentro de “pautas de entrevista para padres” (PEP), 1980.

Descripción de la situación negativa

	<i>¿Qué pasa?</i>	<i>¿Qué haces?</i>
Rosa ayuda a Gloria con los deberes.	David se mete en la habitación y reclama la atención de mamá.	Le pido que se calle para que Gloria acabe los deberes, no quiere y le regaño, salgo fuera de la habitación a jugar con él y dejo sola a Gloria hasta que llega su padre y le ayuda. Duración: 50 minutos.
Hora del telediario enciendo la tele (Padre).	David quiere los dibujos, grita y empieza a llorar.	Le digo que después del telediario. Grita más, me pega y se mete la mano en la boca y se provoca una arcada. Le pongo los dibujos para que no vomite. Duración: 30 minutos.
Subir de la calle por la escalera a casa. (Madre).	Quiere que le coja. Se tira al suelo y se mete los dedos en la boca dando una arcada.	Acabo cogiéndole en brazos por la escalera para llegar a casa. Duración: 10 minutos.
No quiere comer lentejas.	Se echa para atrás en el sofá y se niega llorando. Pide poner la tele y un yogurt.	(Padre) le digo que no hay otra cosa. (Madre) le ofrezco hacerle un puré pero se niega y me pega. Me pide la tele, le digo que cuando coma se la pongo. Acabo dándole un yogurt, con la tele puesta. Duración: 50 minutos.

Las preguntas seleccionadas para la realización del extracto se han convertido en buena guía para la primera entrevista y recoge mucha de la información necesaria para la elaboración del análisis funcional, así como del manejo de operantes que hacen los padres. En el caso de Rosa y Juan se decidió hacerlo en consulta con ellos, dado el alto grado de activación emocional que traían, sobre todo Rosa. Otras veces puede ser una tarea para casa.

1. ¿Por qué traes a tu hijo al centro? (¿Por qué vienes a consulta?).
 - No podemos más, no sabemos qué hacer con sus rabietas.
2. ¿Con cuanta frecuencia tu hijo se porta bien?
 - Me cuesta (madre), ahora mismo estoy tan cansada que no sé verlos.
 - (Padre) yo lo llevo mejor, estoy menos tiempo en casa y David no me busca tanto. No sé... cuando no llora, las pocas veces que no lo hace, es cariñoso.
3. ¿Qué haces para que estos comportamientos se mantengan y aumenten?
 - Nada, depende de cómo se levante David, si tiene un buen día o no (el padre asiente con la cabeza al comentario de la madre).
4. ¿Con que frecuencia tu hijo se porta mal?
 - (Madre) Todos los días, cada vez que no se sale con la suya e incluso últimamente cuando le damos lo que quiere vuelve a llorar y sigue exigiendo otra cosa.
 - (Padre) la verdad es desesperante, muchas veces no sabemos ni por qué la monta.
5. ¿Qué haces para que estos comportamientos desaparezcan?
 - (Madre) ha llegado un momento que... hacer lo que dice. Le digo que no, pero no puedo soportar el llanto y cedo a todo lo que me pide.
 - (Padre) Yo A veces consigo llevarlo a mi terreno jugando, convierto en juego lo que tiene que hacer y a veces me sigue. Un ejemplo: no quería bañarse y empieza a llorar, le convengo que deje de hacerlo "no David no, para de llorar. Si vienes hacemos un baño de espuma, corre vente".
6. ¿Cuáles son las conductas de tu hijo que más te llaman la atención?
 - Cuando se mete los dedos en la boca para vomitar (padre), tenemos cubos por la casa y se lo acercamos para que vomite en ellos.
 - Últimamente (madre) me desespera cuando cedo a sus exigencias y automáticamente sigue llorando ¡si ya le he dado lo que quiere! Me desespera no sé qué hacer.
7. Dime las cosas que más le gustan a tu hijo, por orden de preferencia (juegos, juguetes, hobbies, comidas...).
 - Ver los dibujos en la tele.

8. Cuéntame si le proporcionas algunos de estos gustos. (Cuáles, con qué frecuencia, por qué, cuándo...).
- Siempre que los pide.
9. Cuéntame ahora cuando **NO** se los proporcionas y por qué.
- La verdad le decimos que no al principio casi siempre, pero nos puede. Al final le damos todo lo que quiere por cansancio, por no oírle. (Madre dice, padre afirma).
- (Padre)Yo a veces aguanto más, como no me persigue tanto y yo estoy menos con él.
10. Ordena en una lista las cosas que no te gustan de tu hijo.
- (Madre) que llore por todo, que exija, que se meta los dedos. Es que no puedo, me desespera (llora), es horrible pensarlo pero hay días que no le soporto, que no tengo ganas de estar con él (sigue llorando). El padre le toca el brazo y le consuela.
11. Describe qué cosas hace tu hijo cuando quiere una cosa y se la niegas.
- Conductas positivas: A veces, con humor y como jugando consigo que se le olvide, también poniendo la tele se le olvida (padre).
- Conductas negativas: Empieza llorando, luego grita y me persigue. Si no se lo doy se mete los dedos en la boca para vomitar y así hasta que se lo doy (madre).
12. ¿Qué premios son más efectivos para tu hijo?
- Es que no hay, siempre se sale con la suya.(Madre).
13. ¿Qué castigos son más efectivos para tu hijo?
- Lo mismo que la pregunta anterior, te diría que le castigamos pero nunca lo mantenemos, por no oírle cedemos a lo que quiere. (Madre).
14. ¿Cuáles son los premios que has dejado de utilizar con tu hijo porque no son eficaces?
- No hay premios ni castigos eficaces, en casa hay lo que quiere David y claro cada vez quiere más y es más exigente. Hasta su hermana tiene que hacer lo que él dice, si juegan tiene que ser como él diga, si ven la tele lo que él ponga, si es la hora de comer solo lo que él decida comerse.
- Hacemos lo que quiera para que no arme el follón (padre).
15. ¿Cuáles son los castigos que has dejado de utilizar con tu hijo porque no son eficaces?
- No hay nada eficaz más que salirse con la suya.
16. ¿Qué castigos utilizas aún sabiendo que no son efectivos?
- Yo intento explicarle (padre), le digo que deje de llorar, le entretengo jugando con él, a veces consigo que se ría y que se le pase el enfado pero cuando se pone como se pone.... No hay nada que hacer. (Padre).
17. ¿Qué pasa si estas castigando a tu hijo por algo e interrumpes el castigo antes de llegar al final?
- La verdad, eso es lo que ocurre casi siempre. Hasta ahora se callaba y terminaba el conflicto, ahora sigue llorando (madre), yo creo que ha llegado un momento en que no sabe lo que quiere o lo que quiere es estar todo el día enfadado y enrabiado. Desde luego, parece que le gusta estar llorando y gritando por todo.
18. ¿En qué circunstancias tu hijo se porta mejor?
- Cuando ve la tele, cuando está fuera en el parque, cuando jugamos. (Padre).
19. ¿En qué circunstancias tu hijo se porta peor?
- Cuando le pedimos algo que no quiere hacer y cuando no estamos pendientes de él.
20. ¿En qué momentos prestas más atención tu hijo?
- Todo el día (madre) excepto el tiempo que está en la guardería, que es cuando yo descanso. El resto del tiempo tengo que estar nada más que pendiente de él.
21. Enumera las conductas de tu hijo que más le atiendes.
- Todas: que recoja, que coma, que se bañe, que no moleste a su hermana cuando estudia, que baje andando las escaleras, que me deje ver en la tele que quiero, con David no hay posibilidad de hacer cosas distintas a estar encima de él. Aunque este su padre en casa sigue detrás de mí, haga lo que haga me lo encuentro detrás.

22. ¿Qué haces para que te atienda?

- (Madre) todo lo que se me ocurre grito, le explico, cedo y hasta lloro.
- (Padre) jugar o entretenerlo es lo único que me sirve y solo de vez en cuando.

23. ¿Qué cosas te gustaría que realizara el niño?

- Con que no lllore me vale (madre y se emociona).
- Sigue el padre, un día de tranquilidad que no estuviéramos detrás de él.

24. ¿Qué cosas te gustaría realizar con tu hijo?

- Estar tranquila con él, pedirle que haga las cosas que le corresponden y no escucharle llorar. Disfrutar de estar con él.

25. ¿Cómo describirías a tu hijo?

- Exigente, irascible y caprichoso. (lo cuenta la madre y el padre asiente).

1. Grabación de tareas dirigidas

Se pide a los padres que graben en casa una serie de acciones dirigidas que corresponden a las tareas de observación de Barkley (Barkley, 1999) Con dos objetivos:

- Recoger datos para la evaluación de la conducta problema a través de la observación en situación real.
- Modificar operantes con los padres en sesión, mediante la autoobservación de su actuación en el video.

Tareas de observación Barkley: aunque dirigidas a evaluar posible TDAH, se muestra eficaces como elemento de evaluación de la conducta problema y son de gran utilidad para educar a los padres en el manejo de operantes.

- Habla con tu hijo del tema que quieras, intenta que mantenga la atención sobre un tema durante 10 minutos. Evaluar: habilidades de comunicación, capacidad de atención. Dado que no hay quejas sobre la atención del niño y que no existe conflicto en este sentido, esta tarea se obvia para este caso.
- Juega con tu hijo. Evaluar: quién elige el juego, quién lo dirige (juego como actividad lúdica y libre).
- Consigue que recoja. Evaluar: cómo da una orden.
- Haz que tu hijo realice una tarea. Evaluar: estrategias de aumento o aparición de una conducta (castigos, premios etc.).
- Consigue que te deje tranquilo mientras haces alguna tarea. Evaluar: capacidad de extinguir una conducta.

2. Juega con tu hijo

- Situación: David elige un garaje y sus padres se turnan para jugar con él.
- Qué ocurre: Tanto con Rosa como con Juan, David se muestra encantado de tener ratos de juego. Es él quién decide a qué jugar y cuándo se acaba sin mostrar ninguna conflictividad en la realización de la tarea.

3. Consigue que recoja

- Situación: termina el tiempo de juego con el garaje y hay que recoger.
- Qué ocurre: cuando David oye la orden se pone a gritar delante de los juguetes. Juan intenta que deje de llorar “venga, si no tardas nada. Termina ahora y nos vamos a la calle con la moto”. David cada vez grita más y va a buscar a su madre que le consuela “venga haz caso a papá recoge y nos vamos”. Las arcadas

que se provoca David, los golpes al suelo con los coches y el lloro incesante hacen que Rosa decida recoger por él y consolarlo hasta que para. Para conseguir que se tranquilice le abraza, le besa ...

4. *Haz que tu hijo realice una tarea*

- Situación: Le piden que se ponga los zapatos para salir a la calle:
- Qué ocurre: David se niega, quiere salir con las zapatillas de andar por casa. Comienza llorando, su madre se desplaza por la casa persiguiéndole con las zapatillas en la mano, mientras David aumenta la intensidad del lloro señalando las zapatillas de andar por casa.

El resto de la familia se sienta en la entrada de casa a esperar y lanza mensajes del tipo: “venga David, que vamos a montar en bici, vamos ¿te los pongo yo?”.

Rosa comienza a gritar y amenazarle: “Si no te pones las zapatillas no vienes”, David le persigue y la encuentra sentada en la cama de su habitación desesperada. Entonces se mete los dedos en la boca para forzar las arcadas. Rosa le dice que no haga eso (gritando) y automáticamente le saca todos sus zapatos y le pide que elija el zapato que quiere ponerse “¿Este? Venga David el que tú quieras”. David por fin elige unos pero decide ponérselos al revés.

Cuando su padre intenta ponérselos bien, comienza a gritar y vuelve la conducta de meterse los dedos en la boca. Entonces Juan le indica que se las ponga como quiera y con las zapatillas al revés se van a la entrada.

Antes de salir David decide que quiere el patinete de su hermana y no su bici. Gloria se queja, pero su padre le pide que se lo dé. Gloria protesta con los brazos cruzados y enfadada dice: “es que siempre hacemos lo que él dice”. Su padre en tono enfadado le contesta “qué quieres, si ya sabes lo que pasa en esta casa”.

La situación termina con David que sale de casa con el patín de su hermana y las zapatillas que ha elegido puestas al revés.

5. *Consigue que te deje tranquilo mientras haces alguna tarea*

Esto es, lleva a cabo una acción y no le dejes que te interrumpa.

- Situación: Rosa hace los deberes con Gloria y David irrumpe en la habitación pidiendo gusanitos.
- Qué ocurre: Rosa deja la explicación a Gloria para decirle a David que no hay gusanitos, en ese momento y enfadada le pide que le deje terminar los deberes con su hermana.

David se dirige a donde está su madre se coloca entre ella y su hermana y comienza con un insistente lloro acompañado del incesante “dame gusanitos”.

Rosa le pide a Juan que se ocupe de David. Juan lo coge en brazos ante la imposibilidad de sacarlo de allí de otra manera e intenta poner los dibujos en la tele. David vuelve a subir su tono para gritar llorando que quiere gusanitos, entonces Rosa grita desde la habitación que se los dé para que se calle. Una vez los tiene vuelve a la habitación de su hermana para reclamar que su madre juegue con él. Rosa le pide que le deje terminar los deberes con Gloria, pero de nuevo empieza el lloro y Rosa acaba tomando la lección a Gloria a la vez que juega con David.

Análisis funcional

Para establecer la hipótesis de trabajo se describe a continuación el cuadro que operativiza la información recogida sobre la conducta problema.

Anexo I:**HIPÓTESIS FUNCIONAL:**

- Baja tolerancia a la frustración,
- Alto nivel de exigencia con el comportamiento del otro respecto a lo que desea.
- Generalización de la conducta problema.
- Aumento de la intensidad y duración de los comportamientos disruptivos para la consecución del objetivo.
- Alta resistencia a la norma.

HIPÓTESIS DE TRABAJO:

- Disminución/desaparición de la conducta problema mediante extinción.
- Aparición y aumento de conductas alternativas mediante refuerzo.

INTERVENCIÓN**Devolucion de hipotesis**

- Mantenimiento de las rutinas familiares independientemente del comportamiento de David, empezando por:
- Respetar el horario de estudio de Gloria, sin permitir las interrupciones de David.
- Atender la conducta adecuada ya sea David ya sea Gloria.
- Mantener el NO: Elegir donde decir que no para mantenerlo.
- Poner consecuencias y cumplirlas.
- Aprender a ignorar el comportamiento inadecuado de David.

Mantenimiento de la conducta problema:

- Historia de aprendizaje de David: la resistencia se debe al intento de mantener la orden para acabar cediendo a las exigencias del niño en cuanto aumenta la intensidad de las conductas disruptivas. Esto provoca que vaya en aumento la intensidad frecuencia y duración de la conducta problema.
- Explicación de la técnica de la extinción y necesidad de que aparezcan conductas más adaptativas en el repertorio de David a través del refuerzo de las mismas.

Primeras 3 semanas de intervención:

Las sesiones se distribuyeron a razón de una semanal con los padres de David y Gloria. La estructura de las mismas contemplaban la distribución de los 50 minutos de duración entre:

- Revisión de las tareas programadas.
- Evaluación de los logros obtenidos.
- Asignación del trabajo para la semana siguiente.

Se decidió empezar poniendo estos dos límites, haciendo especial hincapié en la capacidad de extinción de los padres. Se trabajó la disminución de la activación emocional de los padres hacia David aumentando actividades relajadas y muestras de CNV afectivas.

- Respetar la hora de estudio de Gloria y acompañarla mientras lo hace, sin permitir que David desvíe la atención de los padres a la tarea. Reforzando el comportamiento adecuado de la niña y extinguiendo las conductas que David llevara a cabo para interrumpir la acción.
- Establecer un horario de programas con la tele. Mientras Gloria estudia, David ve dibujos. Tras la cena serán los padres los que elijan qué ver, extinguiendo el comportamiento de David.
- Fijar la atención en comportamientos positivos y reforzarlos. Técnica de “pilla a tu hijo haciendo algo bien y dale un beso”.

El entrenamiento en consulta antes de la aplicación de la extinción se muestra eficaz a la hora de disminuir el fracaso por abandono de la técnica en el ámbito familiar. A través del protocolo de actuación sobre cómo dar una orden se trabajaron las dificultades que podrían surgir y las posibles alternativas de solución.

- Protocolo de cómo dar una orden y hacer que se cumpla.
- Uso de tareas distractoras para padres como forma de relajarse.
- Retirada de los cubos para el vómito y extinción sobre la conducta de meterse los dedos en la boca.
- Uso de la atención para refuerzo del comportamiento adecuado.
- Tiempos de juego con David.
- Elaboración de cuadro con análisis topográfico.

Como dar una orden

- Educando en el uso de un lenguaje operativo y claro que el niño entienda. “sal de la habitación hasta que Gloria acabe los deberes”/”es la hora de que papá y mamá vean la tele”.

Entrenamiento: se trabaja con ambos un tono de voz firme y convincente. En el caso de Rosa se eliminan los matices de súplica y en el de Juan el tono lúdico que tenían.

Dificultades: relajar el tono firme entrenado en la situación real. Se les enseña a utilizar la respiración diafragmática y se asocian las dos primeras respiraciones al cambio de tono necesario.

- Marcar una pausa para ver si el niño ha entendido lo que se le pide.

Entrenamiento: acercarse al niño y mirándole a los ojos repetirle la orden en el mismo tono utilizado para el paso 1.

Dificultades: el lloro de David, se les da la orden de que repitan lo pactado mirándole y que vuelvan a atender bien los deberes, bien la televisión. Se les explica cómo el cambio de actitud de sus padres provocará en David el intento de volver a llamar la atención aumentando la intensidad de la conducta y que ellos deberán mantenerse en la actividad pactada.

- Darle comportamientos alternativos y explicar las consecuencias a su comportamiento “Puedes ver dibujos o jugar, pero no te atenderé hasta que Gloria acabe sus deberes”/ “puedes quedarte o ir a tu habitación a jugar, pero no pondremos dibujos”.

Entrenamiento: elección de “tareas distractoras”. En el caso de la rutina de los deberes aprender a focalizar la atención en Gloria y sus tareas. Independientemente del comportamiento de David. Para el que no ayuda a Gloria: si es Juan se pondría a trabajar en el ordenador, si es Rosa revisaría los apuntes de su curso de formación.

Ambos charlarían entre sí cuando llegara la hora de la televisión, sobre el contenido de lo que estuvieran viendo.

En sesión se utilizó la grabación de un lloro insistente para que se hablaran sin atenderlo.

Dificultades: conducta de los dedos en la boca provocando la arcada. La extinción de esta conducta se trabajó de la siguiente manera:

- Previamente se retiraron los cubos que había por la casa.
- No se le diría nada a David de este comportamiento y se retirarían de la situación para evitar incluso el contacto ocular.
- Se señalaría al niño el abandono de su comportamiento en cuanto disminuyera la frecuencia de aparición de la misma con un refuerzo del tipo “me encanta verte más tranquilo”.
- Dejar de decírselo. “No se insiste”.

Entrenamiento: se les instruye en el uso de tareas distractoras para la ejecución de este paso.

Dificultades: manifiestan el miedo a que inicie el lloro y se trabaja la necesidad de no reforzarlo. Se explica que consolándole o buscando alternativas están manteniendo este comportamiento y por tanto seguirán con los deberes de Gloria o sin cambiar de canal independientemente de la actitud de David.

- Hacer con él lo que le han pedido.

Este paso se contemplará más adelante, puesto que el objetivo actual es mantener los dos límites establecidos.

- Reforzarle cuando nos haga caso.

Entrenamiento: David se muestra muy resistente a los cambios. Se les explica que no haber mantenido ningún límite le ha enseñado a que es suficiente intensificar los comportamientos inadecuados para conseguir que sus padres cedan.

En situaciones como las que estamos trabajando, el niño se activa emocionalmente mucho de forma que llega un punto en el que no sabe cómo rebajar esa activación y es tarea de los padres que aprenda a hacerlo. Se operativiza con ellos la secuencia de las rabietas de David y se les entrena a detectar cuándo baja en intensidad alguna de sus conductas y el modo en que tendrán que reaccionar. De tal manera, que cuando David disminuyera la intensidad del grito (aunque siguiera gritando), dejara de meterse la mano en la boca (aunque siguiera pegando) o se distrajera en otra cosa, le seguiría una caricia acompañado de un “me encanta ver que estas más tranquilo”.

Dificultades: La ansiedad porque se produjera la disminución de la conducta problema no podía hacerles centrarse en observar continuamente a David o acabarían reforzando de nuevo la rabieta. Se utilizan los videos grabados con las tareas para casa, para señalar en qué momentos la intervención del adulto ayudaría al niño a disminuir su activación emocional.

- No iniciar otra actividad hasta que no se haya cumplido la orden.

Este paso se contemplará más adelante puesto que el objetivo actual es mantener los dos límites establecidos.

Reforzar los comportamientos positivos

Aprender a ser selectivos con los comportamientos adecuados de David y Gloria.

Señalarlos de forma que vuelvan a producirse.

Se les propone la técnica de “pilla a tus hijos haciendo algo bien y díselo con un beso”: hacer el ejercicio de buscar comportamientos adecuados en los niños y en cuanto los descubrieran decírselo y darles un beso. “me divierto muchísimo jugando contigo y me encanta verte sonriendo (dándole un beso)”.

Siguientes 8 semanas

Se continúa con las sesiones semanales de 50 minutos de duración a las que asistieron Juan y Rosa.

- Recogida de datos en registro complejo para evaluar los cambios cognitivos en Rosa.
- Esperar para reforzar que el niño haya iniciado la acción que se le ha pedido.
- Establecer el “momento especial” de David con su madre.
- Revisión de los datos de la línea base. Para evaluar la disminución en frecuencia e intensidad de la conducta problema.

1. Registro complejo: se dirige a Rosa y se amplía las variables qué siente y qué piensa con dos objetivos:

- Evaluar si el cambio conductual de David modifica la percepción negativa que del niño tiene la madre.
- Autoobservación de los cambios que a nivel cognitivo se van produciendo y repercusión en la relación materno-filial (ver cuadro pág. siguiente).

En sesión se trabaja con Rosa las modificaciones cognitivas que está llevando a cabo:

- La aplicación de la extinción sumada al refuerzo de la conducta alternativa de David, aumenta su sensación de control de la situación. Lo que le lleva a concluir que “es capaz” y por tanto, se muestra más eficaz en la aplicación de operantes.

<i>Situación</i>	<i>¿Qué hago</i>	<i>¿Qué pienso</i>	<i>¿Qué siento</i>	<i>qué ocurre entonces</i>	<i>¿Qué piensas ahora</i>
Quiere que dibuje con él durante la hora de estudio de Gloria.	Le digo que empiece solo y que yo le acompañaré cuando acabe con su hermana y empieza a molestar gritando.	Bueno... ya estamos. Ahora tengo que intentar tranquilizarme y atender la tarea de Gloria.	Mucha angustia.	Sigue reclamándose pero consigo acabar los deberes con Gloria. Le digo que cuando se tranquilice dibujaré con él. Lo hace al rato y acabo dándole un beso y diciéndole lo que me gusta verle así de tranquilo jugando.	Lo he logrado!, he conseguido acabar los deberes y encima estamos tranquilamente dibujando.
Quiere ver dibujos a la hora del telediario. Le digo que cuando acabe e inicia una rabieta.	Me mantengo atenta a la TV, saco mis apuntes y reviso la clase de hoy mientras sigue el telediario puesto.	No me va a dejar ni este momento para relajarme, no le aguanto cuando está así.	Estoy cansada, me estoy poniendo nerviosa pero esto ya me ha pasado antes, si aguanto un poco pasará solo tengo que seguir así.	Coge un cuento y se pone a mi lado a mirarlo. Le doy un beso y le digo que está esperando fenomenal y que en cuanto acabe el telediario podrá ver dibujos.	¡Increíble! Estoy descansando, viendo lo que quiero y David espera tranquilamente. Lo encuentro adorable. Me lo como a besos y soy capaz de conseguir esto yo.

- El proceso anterior disminuye la activación emocional que traía cuando inició el proceso terapéutico. Lo que le permite aumentar la sensación de “estar a gusto” con su hijo. Mejorando la relación materno-filial.

2. Esperar a reforzar que el niño haya iniciado la acción

Se detecta que David solo lleva a cabo la orden cuando alguno de sus padres le acompaña a hacerlo. Por tanto, se retoma en sesión el protocolo de actuación para dar una orden y se incluye el trabajo de los pasos 5 y 7.

- Hacer con él lo que le han pedido.

Podrán acompañarle pero deberá iniciar la acción él.

Entrenamiento: Explicación de la necesidad de llevar a cabo la acción por iniciativa propia, como forma de aprendizaje de habilidades en resolución de problemas. Evitando que el acompañamiento del adulto se haga imprescindible para la consecución del objetivo.

Dificultades: aumento de la duración e intensidad de la rabieta. Se reviso e hizo hincapié en el uso de “tareas distractoras” reforzando la eficacia de estas en la primera parte de la intervención para retirar la atención de los comportamientos disruptivos.

7. No iniciar otra actividad hasta que no se haya cumplido la orden.

Entrenamiento: reforzar con ellos los principios de la extinción, poniendo el acento en la retirada de atención hasta que iniciara la orden y el refuerzo posterior.

Secuenciar tareas incluidas en las rutinas como vestirse. Operativizarlas en conductas simples para tener un mayor control de la situación. Descartar ordenes del tipo: “tienes que desvestirte, ¿te ayudo?” y utilizar las del tipo: “quítate los zapatos y te ayudo con los pantalones”.

Dificultades: Operativizar las conductas, para verbalizar las ordenes. Se elaboró un listado de tareas que David llevaría a cabo entrenado cada una de ellas. A la hora de poner la mesa: “lleva tu plato” (refuerzo), “lleva tu vaso” (refuerzo), “por último, lleva tus cubiertos” (refuerzo).

3. Establecer el “momento especial” de David con su madre

Se pacto un rato de juego tras el estudio de Gloria con el objetivo de:

- Aumentar ratos donde madre e hijo pasarán tiempo disfrutando uno del otro.
- Reforzar el comportamiento adecuado y alternativo a la rabieta del niño, durante el tiempo de estudio de Gloria.

4. Revisión de línea base

Anexo II:

Interpretación del gráfico: La conducta problema sufre un incremento en el inicio de la aplicación de la técnica de la extinción para ir progresivamente disminuyendo. Solo cuando se incluye una nueva tarea (que inicie David solo la actividad pedida por sus padres) vuelve un acrecentamiento de menor intensidad que el primero. Dado que la intensidad, frecuencia y duración de las rabietas del niño corresponden a las evolutivamente esperables para su edad, se decide pasar a la fase de seguimiento.

Fase de seguimiento

Se distancian las sesiones de una semanal, a una quincenal.

El objetivo se centra en retirar los refuerzos y hacerlo de forma intermitente sin intervalo ni razón fija, para comprobar la generalización de la conducta.

Se recuperan las tareas que David debe realizar en las rutinas y pactamos qué y cuándo se reforzará.

- Vestirse y desvestirse: siempre que empiece y termine la tarea completa (quitarse solo todas las prendas de ropa, ponerse todas las prendas de ropa).
- Poner la mesa y quitarla no se refuerza, sólo si David terminaba la comida del menú que correspondía se aplaudía su actitud.
- Cualquier comportamiento adecuado que David llevase a cabo cuando se enfadase (buscar una alternativa de juego mientras mamá atendía otras tareas, explicar lo que quiere sin llorar, conformarse cuando Gloria elegía a qué jugar, esperar que acabase el telediario para poner los dibujos...).

Tras cuatro sesiones quincenales y viendo el adecuado manejo de operantes demostrado por Rosa y Juan, apoyado por la disminución en frecuencia, intensidad y duración de la conducta problema. Así como la aparición de conductas alternativas en el repertorio de David son datos suficientes para establecer una sesión semestral para evaluar:

- La situación familiar
- Una posible recuperación espontánea de la conducta extinguida.

CONCLUSIONES

Generales

- La extinción como técnica se muestra eficaz tanto el entrenamiento en tolerancia a la frustración como la disminución y/o control de las conductas impulsivas en edades tempranas.
- La disminución de conductas disruptivas tiene que ir acompañada del aprendizaje de conductas alternativas que incorporar al repertorio de respuestas del niño y que se consigue cuando los padres las refuerzan.
- La atención parental se muestra como el mejor refuerzo de las conductas del niño. Tanto para la desaparición de las disruptivas como para la aparición y mantenimiento de las adaptativas.

- El entrenamiento de los padres en el manejo de operantes aumenta las posibilidades de generalización de la conducta adaptativa del niño.

Al caso

- La aplicación de la técnica de la extinción significó una disminución progresiva y rápida de la intensidad, duración y frecuencia de las rabietas. Hasta conseguir situar la conducta disruptiva en las propias del momento evolutivo de David.
- El aumento del control de Rosa sobre la situación generada por el comportamiento de su hijo permitió la aparición de situaciones de disfrute con éste. La nueva situación fue llevando a los padres de David de un estilo permisivo hacia otro más asertivo-cooperante.
- La realización de rutinas diarias dotó a David de más autonomía e independencia de las figuras parentales.

Referencias

- Barkley, R. A. (1999). *Niños hiperactivos. Cómo comprender y atender sus necesidades especiales*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- DSM IV-TR manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (American Psychiatric Association) Masson: julio (2000).
- Labrador, F., Cruzado, J. A y Muñoz M. (1993). *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta*. Madrid: Pirámide.
- Larroy, C., Llavona, L. M. y Méndez F. X. (2012). *Manual del psicólogo de familia: un nuevo perfil profesional*. Madrid: Pirámide.
- Pelechano, V. (1980). *Terapia familiar comunitaria*. Valencia: Alfaplús.
- Ramos-Paúl, R. y Torres L. (2012). *Niños desobedientes padres desesperados*. Madrid: Aguilar.

Manuscrito recibido: 24/10/2012

Revisión recibida: 29/10/2012

Manuscrito aceptado: 31/10/2012