



ORIENTACIONES SOBRE ACTITUDES Y CONDUCTAS

Cuando hablamos de las actitudes y conductas de niños con TGD, nos encontramos, a veces, ante actuaciones que no consideramos adecuadas bajo nuestro punto de vista y forma de pensar pero para trabajarlas educativamente e intentar normalizarlas, en la medida de lo posible, hemos de **comprender** porqué se producen.

El autismo implica una forma diferente de percibir y pensar, mientras que la discapacidad intelectual por si misma, en los casos en que se da sin autismo, implica una mayor lentitud en el procesamiento de la información pero con una forma de percibir y pensar similar a la del desarrollo típico.

Esta particular forma de pensar de las personas con TGD "no es culpa de nadie" y menos de ellos, por esto debemos partir inicialmente de nuestra capacidad de comprensión ante sus dificultades para adoptar nuestras pautas educativas.

En resumen concretaríamos que el pensamiento de una persona con TGD es diferente al de las demás personas, debido a que su acercamiento a la realidad tiene las siguientes características:

- Diferente percepción: Básicamente su percepción está restringida a los detalles fragmentados (especialmente aquellos que llaman poderosamente su atención).
- Funcionan organizando la información con "significados privados". Esto está en relación con la percepción en detalles que acabamos de explicar, para ellos las cosas están en relación con acontecimientos personales. Por eso casi tienen "un manual del usuario", cada autista interpreta o actúa en función de su experiencia o el sentido que haya dado a los detalles. Nuestro trabajo debe consistir en intentar descubrir cuales son estos pequeños detalles que explican su comportamiento, por difíciles de detectar que para nosotros pueda ser.
- Diferente captación sensorial: En algunos casos por exceso -tienen hipersensibilidad a los estímulos visuales, sonoros, táctiles, etc.- y otros por defecto, como por ejemplo las grandes dificultades que tienen con la recepción o asimilación de estímulos propioceptivos (relativos a los mensajes que emite nuestro cuerpo, por ejemplo saciedad, temperatura, dolor...).
- Escasa Teoría de la Mente: Ésta teoría consiste en la capacidad de ponernos en lugar de otra persona, así como de entender el impacto de nuestro comportamiento en los demás. En consecuencia presentan problemas sociales y de falta de comprensión de los puntos de vista o sentimientos de

los otros, por otra parte su comunicación es funcional (centrada en sus necesidades o intereses) y poco afectiva.

- En relación al punto anterior señalamos que también presentan dificultades en la estructuración espaciotemporal. Por ello para no estresarse se mantienen "aferrados" a los patrones estables que le son conocidos y les permiten comprender sus rutinas. Para modificarlos es necesario organizarles el cambio.
- Falta de coherencia central, presentando dificultades en el procesamiento de la globalidad y la generalización de la información. A esto se debe que su pensamiento no sea fácil de cambiar.
- Pensamiento fundamentalmente visual, en ocasiones con gran dificultad para la comprensión verbal. La información verbal les resulta muy compleja de asimilar y más cuando se utiliza el lenguaje en sentido figurado o menos funcional. Sin embargo hay un aspecto visual que no son capaces de procesar, nos referimos a la mirada, los ojos y en conjunto el rostro humano, ya que tiene una gran cantidad de información variable, subjetiva y compleja sobre los estados de ánimo.
- No organiza el pensamiento con palabras por ello tienen dificultades para seguir una conversación, lo que afectará a la organización de las relaciones sociales y vitales.
- La información, tal y como nos llega a nosotros para ellos es muy complicada, por ejemplo, comer y hablar a un tiempo es muy difícil de seguir porque es demasiada información la que llega del plato y la auditiva, por ello a veces eligen o necesitan comer solos. Esto parece una conducta asocial, desde nuestro punto de vista, pero no lo es tanto si comprendemos su ansiedad ante la dificultad para manejar esta cantidad de información.
- Buena memoria, especialmente sensorial (visual, auditiva...), pero escasa imaginación, por eso sus actividades y juegos suelen ser restrictivos y repetitivos siendo fuente tanto de estímulo como de relajación.

Si tenemos en cuenta lo anteriormente expuesto, advertimos que a menudo ellos mismos se encuentran ante situaciones muy difíciles de asimilar, así como con conductas también difíciles de ser comprendidas por los demás, relacionadas con que sufren con frecuencia de un gran stress por miedos, fobias y ansiedad, lo que tiene las siguientes consecuencias:

- Ante situaciones nuevas y no estructuradas se bloquean, ya que no las comprenden. Y si queremos "explicárselas" no nos siguen con facilidad, porque no comprenden el lenguaje o tienen un uso restringido y funcional de este.

- Ante estímulos fuertes o desconocidos se ponen muy nerviosos, debido a su hipersensibilidad.
- Organizan de forma muy básica y concreta todas sus actividades, y no les resulta fácil cambiarlas. Por lo tanto nosotros también les debemos simplificar al máximo las acciones (rutinas y órdenes) y organizarlas, si es necesario "visualmente", con sencillez y estabilidad. Anticipándole los cambios.
- Su interés o fijación por los detalles es una forma de desestresarse, ya que así se centran en un estímulo y apartan los demás, que para su capacidad de captar la realidad son excesivos y le complican la vida. Por ello si sabemos cuales son los detalles que lo guían, nos abrirá numerosas puertas en la comprensión de su comportamiento.
- No es quieran "dar en cabeza" con sus caprichos, rabietas o indiferencia, es que les cuesta ponerse en lugar de los demás.

¿Y qué hacer ante las conductas problemáticas?

A) Miedos y fobias

El miedo es un primitivo sistema de alarma que ayuda al niño a evitar situaciones potencialmente peligrosas. Algunos miedos forman parte del desarrollo emocional del niño.

Quando los miedos infantiles dejan de ser transitorios hablamos de fobias. **Las fobias** son miedos irracionales, extremos e incontrolables que se desencadenan ante un estímulo determinado. Una persona sufre de una fobia ante el contacto real o incluso la anticipación de encontrarse con aquello que le produce el temor, y experimenta ansiedad con síntomas físicos tales como palpitaciones, temblores, náuseas, etc. Los niños más pequeños viven al objeto o a la circunstancia temida como una auténtica amenaza y peligro. Aún así, si bien los adultos y los adolescentes logran darse cuenta de que su temor es infundado, no por ello logran por si solos controlarlo.

La ansiedad es una emoción que surge cuando la persona se siente en peligro, sea real o imaginaria la amenaza. Es una respuesta normal y adaptativa que prepara al cuerpo para reaccionar ante una situación de peligro.

Afortunadamente, existen tratamientos terapéuticos que ayudan a los pequeños a liberarse de sus fobias. En los chicos lo que más suele funcionar (siempre en manos de un profesional) es la exposición progresiva al estímulo temido unido a técnicas de continencia. Se debe recompensar todos sus esfuerzos por conseguir el objetivo. Se deben realizar juegos y ejercicios de habituación a estímulos similares a los temidos (habituación auditiva, visual...).

Elaborar una jerarquía de situaciones temidas o comenzar a exponer al niño a la que menos ansiedad le genera. Ser pacientes y llevar el ritmo adecuado a la

progresión natural del niño, cada uno va a su ritmo, lo importante es avanzar aunque sea lentamente.

Lo importante es que poco a poco el niño se vaya desensibilizando y aprenda a superar sus temores. El rol de sus padres como acompañantes es fundamental para ayudarlo.

B) Rabietas y comportamientos inadecuados

Como en el caso de las fobias (y teniendo en cuenta que en muchas ocasiones están relacionadas) para controlarlas hay que empezar por jerarquizar las conductas que se consideran más dañinas para el niño o para las personas de su entorno y empezar a actuar con una de ellas, ya que no se puede pensar que se pueden atajar todas a la vez. Las más frecuentes son, tirar objetos, conductas de escape, rabietas ante los cambios o esperas, negación...

Además de comprender las causas de su comportamiento hay que intentar ajustar nuestra actuación para que desaparezcan en la medida de lo posible a través de la adquisición de conductas alternativas que consideramos como conducta adecuada. Para ello elaboraremos un Plan de Actuación.

Pautas para el Plan de Actuación:

1º Lo más indicado es que sean los padres, en colaboración con los profesionales los que adquieran las estrategias y habilidades para manejar las situaciones problemáticas ya que ellos son los que van a convivir más tiempo con el niño y deben ser la principal referencia educativa.

2º Intentar averiguar la causa que le lleva a esa conducta, para modificarla a partir de la comprensión y la presentación de alternativas relacionadas y estrategias eficaces. Puede darse el caso de que haya situaciones que seamos nosotros los que debemos comprender que es preferible mantener una determinada situación a su gusto, si no es perjudicial para él o ajustar la alternativa a la causa. Si decidimos que hay que cambiar esa actitud debemos intentar comenzar por las situaciones que nosotros podemos controlar mejor, por ejemplo si llora cuando le compramos o probamos ropa, empezar a ponerle la ropa nueva en casa y no en la tienda. También entender porque no le gusta el cambio de textura, color, si es por que al ser nuevo le resulta desagradable, el tipo de género no lo conoce... igual con los zapatos..., comidas....

3º Enseñarle lo que pretendemos de forma muy sencilla y explícita. Si observamos que no accede al lenguaje oral, explicárselo con una sencilla secuencia de pictogramas (dibujos, como apoyos visuales). En esta secuencia de pasos que debemos plantearle para cambiar la conducta, debe ir muy claramente expresada cual es la conducta inadecuada (pe. tachada si es en pictogramas), cual es la conducta deseada y la recompensa. A partir de realizar el planteamiento llevarlo a cabo cuando ocurra una circunstancia a modificar, reforzándosela cuando la realice adecuadamente aunque sea mínimamente. Continuar progresando e intentar afianzar la conducta para que la incorpore a sus hábitos independientemente, generalizando a situaciones diferentes.

Puede ayudar como refuerzo actividades gratificantes, canciones, retahílas, alguna preferencia de alimentación o de cualquier tipo que conozcamos, posteriormente o

simultáneamente hay que dar refuerzos afectivos (besos, abrazos, sonrisas, palabras alentadoras) para finalmente ir demorando la presentación de los refuerzos hasta su total eliminación.

5º Manejar adecuadamente los tiempos, entendiendo que hay que tener flexibilidad en la lenta progresión de los niños. Pero valorar los avances.

6º Ser muy sistemáticos y perseverantes en el mantenimiento de las pautas adecuadas. Tener paciencia.

Por último destacar lo que nunca surte efecto positivo cuando queremos mejorar una conducta o eliminar un miedo:

- Perder la paciencia.
- Usar la fuerza física para forzar al niño a hacer lo que consideramos adecuado, obviando el miedo o la causa de la rabieta.
- Explicar verbalmente como debe comportarse y esperar que lo haga.
- Aislarlo para que no sufra ante ningún estímulo.

CUADRO 1: RELACIÓN DE CONDUCTAS PROBLEMA A TRABAJAR PARA QUE DESAPAREZCAN

CONDUCTAS PROBLEMA- DESCRIPCIÓN
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

.....

CUADRO 2: REGISTRO DE FRECUENCIAS DE CONDUCTA

<u>Descripción de la conducta problema :</u>				
<u>DIA</u>	<u>MOTIVO /SITUACIÓN DESENCADENANTE</u>	<u>HORA</u>	<u>ACTUACIÓN (ADULTO)</u>	<u>RESULTADO</u>

Es necesario tener un cuadro de registro con varias páginas para cada conducta que vayamos a intervenir. No es aconsejable abordar más de dos o tres conductas-problema a la vez. Empezad por aquellas que consideréis que van a ser más fácil de modificar o por una sola pero que es muy conflictiva o peligrosa.

Recordad que el objetivo no es que el niño se quede tranquilo saliéndose con la suya sino eliminar la conducta problema, por eso lo importante es ir registrando para comprobar si poco a poco se prolonga el tiempo en que se produce o se van controlando mejor las situaciones de conflicto, hasta su desaparición.