

## **PROBLEMAS DE CONDUCTA**

Los problemas de conducta en niños hacen referencia a los comportamientos no habituales y mal vistos por la sociedad. Son observables, medibles y modificables. También se habla de problemas de conducta cuando uno se refiere a los comportamientos que mantienen algunos niños que perjudican el curso habitual de la clase, la familia y/o grupos de compañeros. No tiene por qué tratarse de comportamientos extremadamente llamativos, pero pueden llegar a desesperar tanto a padres y a educadores, que suele ser recomendable que tomen parte los profesionales en psicología. Con la debida terapia psicológica y una adecuada ayuda es posible disminuir muchos de los problemas infantiles de conducta.

La desobediencia, las rabietas, el negativismo y otros, constituyen parte de los trastornos de conducta más habituales durante la infancia. Estos problemas pueden resultar muy perturbadores para los padres, dado que suelen suponer un desafío a su autoridad y control, llegando a establecer un vínculo relacional coercitivo con los hijos. Estos problemas, lamentablemente, parecen aumentar, incrementándose su magnitud, frecuencia y lo que es más significativo: la edad de inicio cada vez es más temprana. El conocido Síndrome del Emperador describe aquellos niños que se constituyen como verdaderos tiranos en su relación con los padres. Son exigentes, intolerantes y pueden llegar hasta la agresión si se les contraría en sus demandas. Son niños que no admiten el no. Algunas explicaciones alegan al hecho de que son incapaces de sentir las emociones, otros a factores genéticos, por último hay quien alega la educación recibida. La explicación más sensata es que cada uno de estos factores es sólo parte del problema y que todos ellos en interacción con más o menos peso específico, según el caso, están determinando la conducta actual.

### **ORIGEN O CAUSAS DE LOS PROBLEMAS DE CONDUCTA**

Muchos padres dan por sentado que su hijo ha nacido así: "que le vamos a hacer..." e incluso establecen paralelismos con otros miembros de su familia: "ha salido como su abuelo...". Todo ello parece denotar la sensación de impotencia para controlar la conducta por parte de los padres, situando el origen del problema en factores externos a ellos mismos. Lo que ignoran es que, habitualmente, conductas como la desobediencia están fuertemente controladas por varias variables de las que no son ajenas a los propios padres.

Igualmente, no se puede obviar el hecho de que, en últimos años, la sociedad en general y la familia en particular, han sufrido cambios significativos en cuanto a su estructura y valores tradicionales. Ello ha supuesto también el consecuente impacto en la población infantil y juvenil y el surgimiento de nuevos ámbitos de intervención por parte de los profesionales de la psicología.

A continuación se relacionan las variables más importantes y que pueden constituirse en el origen y mantenimiento del problema:

#### **a) El control de las consecuencias**

Una de las variables más importantes son las consecuencias que tiene para el niño la ejecución de una determinada conducta. Algunas conductas, como: el llorar, gritar, patear, etc., son conductas instintivas en el recién nacido. En esta primera etapa dichas conductas tienen un valor de supervivencia, ya que el bebé puede controlar la conducta de su madre en vistas a poder satisfacer sus necesidades más vitales (comida, calor). De esta forma, si llora, la madre acudirá.

Cuando va creciendo, el niño va sustituyendo estas conductas rudimentarias por nuevas habilidades de comunicación (expresar verbalmente la petición). Sin embargo, en determinadas circunstancias, los padres pueden favorecer que el niño siga utilizando las estrategias rudimentarias de la primera infancia como forma para controlar el comportamiento de la madre, en lugar de utilizar conductas más adecuadas.

Es el caso de cuando los padres en vez de prestar la debida atención a las conductas adecuadas a la edad del niño (mediante alabanzas o premios) sólo parecen reaccionar y atenderle cuando éste expresa su demanda en forma de rabieta o pataleta, momento en el que la madre acude presta y normalmente cede ante sus exigencias. El hecho de atender rápidamente sólo a este tipo de comportamiento hace que estas conductas coercitivas de control, por parte del niño, se mantengan y perpetúen.

Con frecuencia se dedica más atención a las conductas inadecuadas de un hijo que a sus conductas adecuadas. En la base de todo ello está el hecho de que suele esperarse que el niño debe portarse bien siempre y que, por tanto, no debe ser halagado o premiado por ello. El niño puede realizar a lo largo del día muchas conductas correctas, pero no recibe a cambio ninguna atención especial por parte de los padres.

Por el contrario, dado que un padre no debe consentir que su hijo sea desobediente o se porte de forma incorrecta, es rápidamente advertido o castigado. El niño se da cuenta que con este tipo de comportamiento suele atraer la atención de su padre (a pesar de que es para regañarle) y quizás sea la única forma que conozca de conseguir que le preste algo de atención.

## **b) Características de los padres en la interacción con los hijos**

Hoy en día, uno de los peores enemigos a la hora de establecer un buen vínculo afectivo con los hijos, es la poca disponibilidad de tiempo por parte de los padres, lo que puede repercutir negativamente tanto en la cantidad como en la calidad de la interacción padres-hijos tan necesaria a lo largo de todo el desarrollo del niño. Un escaso tiempo de dedicación determina en algunos niños la aparición de conductas no adecuadas, de desobediencia o incluso somáticas (dolores, enfermedades sin causa orgánica aparente). La aparición de conductas problemáticas es un síntoma inequívoco que debe poner a los padres en guardia y hacerlos más sensibles hacia las posibles demandas afectivas que reclama el niño y no se satisfacen.

Otro factor importante a tener en cuenta son los estilos educativos de los padres. Hoy se sabe que los padres que combinan el afecto emocional alto hacia los hijos, pero también su control, son los que obtienen los mejores resultados en cuanto al funcionamiento afectivo e intelectual de sus hijos con un mínimo de problemas de conducta. Este estilo educativo denominado "democrático" y considerado como el óptimo, se caracteriza por que el niño se siente amado y aceptado, pero también comprende la necesidad de las reglas de conducta y las opiniones o creencias que sus padres consideran que han de seguirse. Los padres deben ser generosos pero, a la vez, es imprescindible establecer límites claros a las conductas y demandas de los hijos. Si así no se hace, las demandas aumentarán y la percepción del niño será de que tiene el control sobre los padres y que sus solicitudes son derechos reales a los que no tiene por qué renunciar.

Los modelos basados en una autoridad inflexible o los excesivamente permisivos, han demostrado ser menos adecuados y eficientes en el establecimiento de vínculos afectivos adecuados, así como en la aparición de conductas disruptivas.

## **c) Las características de los hijos**

Factores como el temperamento parecen ser también muy relevantes. A pesar de que la personalidad del bebé no presenta todavía muchos de los componentes que son evidentes más tarde (como creencias, actitudes, etc.) sí está presente en forma de expresividad emotiva y de sus reacciones ante la estimulación del entorno. Ante una misma actividad o juego (subirse a un columpio) un bebé puede reaccionar gritando de alegría mientras otro reacciona de forma más tranquila o incluso llorando. En la base de estas diferencias individuales estaría el temperamento particular que conforma la personalidad temprana del bebé.

La observación de conductas disruptivas o anormales en la primera infancia podría ser síntoma de la presencia de algún trastorno de base genética y, por tanto, susceptible de evaluación por parte de un profesional de la salud.

#### **d) Factores externos al niño**

En último lugar, destacar que ejercen una particular influencia en las conductas factores externos al propio niño, como pueden ser:

a) Los vínculos emocionales con los miembros de la familia. Los lazos afectivos bien establecidos a edades tempranas, como el llamado apego, son fundamentales para la estabilidad del niño y para prevenir posibles conductas disruptivas. Es muy frecuente la aparición de conductas agresivas y de falta de empatía hacia los otros, en el caso de adolescentes que se han visto privados de una adecuada vinculación afectiva con sus progenitores. Ello puede deberse tanto a factores de fuerza mayor (como la pérdida, muerte o separación física de los mismos), como a negligencia o falta de atención adecuada de los padres hacia sus hijos, malos tratos, etc. Muchas de estas conductas son consecuencia de la llamada de atención por parte del niño a los padres que quizás de otra forma no le prestan.

b) El ajuste emocional y social de los padres. Para una buena progresión emocional-conductual del niño, es muy positivo que los padres, no tanto no tengan trastornos emocionales, sino que el niño no los perciba de forma angustiosa. Esto puede resultar difícil en caso de situaciones de maltrato o separaciones traumáticas. Se sabe que existe una alta correlación entre madres deprimidas y trastornos de conducta en los hijos.

c) El nivel cultural y económico. Los problemas de conducta no son patrimonio de ninguna clase social. Se dan en todas ellas. Es evidente que un nivel cultural muy bajo unido a una situación de precariedad laboral y económica, es un sustrato muy fuerte para generar conductas no deseadas y que pueden desembocar en la delincuencia. Sin embargo, se dan conductas delictivas e incluso criminales en sectores de población joven de clase acomodada.

d) Los modelos. Hasta que no está cercana la adolescencia, los principales modelos a seguir, en todas sus facetas, suelen ser los propios padres o hermanos mayores. De nada servirá que se les diga que se comporten de una determinada manera, si los modelos que tiene a su alrededor no son coherentes con lo que se les pide.

Otro modelo a valorar es el que ofrecen los medios, como la Tv., Internet, Videojuegos, etc. Hay todavía un gran debate acerca de la influencia de ciertos programas violentos sobre la conducta de los niños. Las conclusiones apuntan en el sentido de que no puede establecerse relación directa causa-efecto. El factor realmente importante es el entorno donde el niño ve estos contenidos. Si éste es ya conflictivo (familias desestructuradas, presencia de malos tratos, entorno marginal, amigos violentos, etc.) sí que puede tener una repercusión en la magnitud o frecuencia de las conductas inadecuadas. No sucedería en el caso de que un contenido violento se produjera en un entorno estable, controlado por los padres, y en el que los niños pueden perfectamente discriminar entre ficción o realidad.

## CARACTERÍSTICAS DEL NIÑO CON PROBLEMAS DE CONDUCTA

En diversas áreas de desarrollo, se presentan características específicas en el niño o niñas con problemas de conducta:

COGNITIVO	AFECTIVO	INTERPERSONAL
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autoimagen negativa.</li> <li>- Egocéntrico. No tiene en cuenta a los demás.</li> <li>- No tolera la frustración.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Falta de control de las emociones.</li> <li>- Ausencia de empatía. No se pone en el lugar del otro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La familia: desacuerdo entre padres, levantan castigos, incoherencias, problemas familiares.</li> </ul>

En este sentido, los problemas de conducta más frecuentes en niños se clasifican en:

**\* Trastorno de conducta repetitiva agresiva como:**

- Gritar y amenazar.
- Romper cosas.
- Agredir físicamente.
- Ira, rabia, cólera, etc.

**\* Trastorno de conducta repetitiva no agresiva como:**

- Fugarse.
- Robar sin agresión.
- Continuas mentiras.

**\* Trastornos por déficit de atención se caracterizan por:**

- No prestar atención.
- Ser impulsivo.
- No controlar las propias acciones.
- Ser muy activo.

La desobediencia, las rabietas y el negativismo constituyen parte de los trastornos de conducta más habituales durante la infancia; por lo que se los describe a continuación:

### a) El niño desobediente

Se podría definir la conducta de desobediencia como: La negativa a iniciar o completar una orden realizada por otra persona en un plazo determinado de tiempo (5 a 20 segundos). Esta orden puede hacerse en el sentido de "hacer" o en el sentido de "no hacer", de detener una determinada actividad. Sin embargo, esta definición no comprende otras situaciones que son también consideradas como desobedientes por los padres. Por ejemplo si establecen como norma el hacer la cama al levantarse o llegar a casa a una determinada hora, los padres suelen entender que se produce una conducta desobediente si no se cumple dicha norma aun cuando no se lo indiquen cada vez que se levante por la mañana o salga de casa.

Los episodios de desobediencia pueden formar parte de un desarrollo "normal" del niño en ciertas edades. A la edad de 5 a 6 años un porcentaje elevado de padres (50%) se quejan de conductas de desobedecer ordenes o destruir objetos, bajando el porcentaje a los 16 años (20%). Para establecer el punto de corte entre la normalidad y la patología deben tenerse en cuenta la frecuencia de estas conductas y su gravedad.

### **b) El niño de las rabietas**

Las rabietas podrían ser calificadas como expresiones agresivas con las que algunos niños muestran su desacuerdo u enfado con alguna situación concreta y normalmente durante la interacción con algún adulto significativo (padres, abuelos, etc.). Las rabietas son un fenómeno normal en un determinado estadio evolutivo del niño (alrededor de los dos o tres años) y deberían ir remitiendo a medida que el niño se hace mayor para desaparecer completamente hacia los cinco o seis años de edad. Sin embargo, algunos niños, ya con cierta edad, saben que tener rabietas supone una forma rápida y eficaz para alcanzar sus deseos o caprichos. Por su parte, los padres saben que satisfaciendo al niño, éste se calma rápidamente y se evita el bochorno de la pataleta, especialmente si se produce en algún lugar público. Evidentemente, a la larga, este tipo de actuación por parte de los padres sólo consigue perpetuar el problema.

El consejo general es hacer caso omiso cuando se produce la rabieta y retirarle la atención inmediatamente. Es importante que los padres, en ese momento, no pierdan la calma y que actúen con firmeza, negando el capricho o la demanda, pero a la vez sin alterarse, sin gritar ni reñir. En caso de que los padres se enzarzaran en una recriminación mutua o con el niño a gritos, éste percibirá que en cierto modo sigue teniendo el control sobre la conducta de sus padres. Si la rabieta ha sido de cierta magnitud puede utilizarse la técnica del "coste de respuesta" o "tiempo fuera" en la que el niño recibe una consecuencia negativa por su acto (retirada de algún reforzador o se le aparta por un breve tiempo, por ejemplo, a su habitación). Posteriormente, una vez calmado, se puede hablar con el niño y explicarle que por ese camino no va a conseguir nada, al tiempo que se establecen las situaciones en las que sí podrá recibir sus demandas (cuando efectúe ciertas tareas o comportamientos adecuados).

Para tener un mayor control sobre el comportamiento, es muy importante que los padres y otros familiares cercanos (abuelos, hermanos mayores, etc.) actúen de igual forma ante las demandas excesivas del niño. La complicidad y perseverancia de los padres en su interacción con el niño es esencial para su control.

### **c) El niño negativista**

Se entiende como tal aquel tipo de niño que muestra una oposición activa pero no agresiva. Sería el niño que "siempre dice no". Probablemente el negativismo sea una forma segura de llamar y mantener la atención de los otros sobre uno mismo.

Una de las posibles causas de tal comportamiento, reside en el hecho de que el niño ha aprendido a que negándose a colaborar o a obedecer ordenes puede evitar la realización de tareas que no son de su agrado. El niño se da cuenta de que sólo se trata de ser más perseverante en su conducta (negativismo) que los mayores. Al igual que sucedía con el "niño de las rabietas" el resultado de su conducta (el librarse de hacer aquello que no le gusta) no hace más que reforzar dicho comportamiento, aumentando su probabilidad de ocurrencia y por tanto la cronificación del problema.

## **ACTITUDES PARA CAMBIAR EL COMPORTAMIENTO DEL NIÑO**

Los niños tienden a continuar un comportamiento cuando éste es recompensado y a frenar un comportamiento cuando es ignorado. La consistencia en la reacción a un comportamiento es importante, puesto que recompensar y castigar por el mismo comportamiento en ocasiones diferentes confunde al niño. Cuando el comportamiento del niño es un problema, se tiene tres opciones:

- Decidir que el comportamiento no es un problema, pues es apropiado para la edad y etapa de desarrollo del niño.
- Intentar frenar el comportamiento, ya sea ignorándolo o castigándolo.
- Presentar un nuevo comportamiento y reforzarlo premiando al niño.

### **a) Cómo se frena el mal comportamiento**

La mejor manera de frenar el comportamiento no deseado es ignorándolo. Cuando se quiere que el comportamiento pare enseguida, puede usar el método de tiempo-fuera.

En este método hay que decidir con anticipación qué tipo de comportamientos resultarán en un tiempo-fuera: usualmente los berrinches (pataletas) o los comportamientos agresivos o peligrosos. Escoger un lugar para el tiempo-fuera que no sea interesante para el niño ni tampoco le vaya a causar miedo; tal como un asiento, un rincón o un corral. Cuando se está fuera de la casa, pensar en usar el carro o un lugar cercano donde pueda sentarse como el lugar para tiempo-fuera.

Cuando el comportamiento inaceptable ocurra, decirle al niño que ese comportamiento es inaceptable y darle una advertencia de que se lo pondrá en tiempo-fuera si el comportamiento no para. Mantener la calma y no mostrarse enojado. Si el niño continúa comportándose mal, calmadamente llevarlo al área de tiempo-fuera.



Fijar el tiempo en un reloj con alarma para que el niño sepa cuando se acaba el tiempo-fuera. El tiempo-fuera debe ser breve (generalmente un 1 minuto por cada año de edad) y debe comenzar inmediatamente después de llegar al lugar de tiempo-fuera o de que el niño se calme. Uno debe estar donde pueda ver u oír al niño, pero no hay que hablarle. Si el niño se sale del área de tiempo-fuera, calmadamente regréselo al área y pensar en volver a fijar el tiempo en el reloj con alarma. Cuando termine el tiempo-fuera, dejar que el niño salga del lugar de tiempo-fuera. No hablar sobre el mal comportamiento, pero más tarde buscar formas de premiar y reforzar buenos comportamientos.

### **b) Cómo fomentar un comportamiento nuevo y deseado**

Una forma de fomentar el buen comportamiento es usar un sistema de premio. Esto funciona mejor en niños mayores de dos 2 años de edad. Se puede tomar hasta dos meses para que funcione. Continuar pacientemente y llevar un diario de comportamiento puede resultar útil para los padres.

Escoger 1 o 2 comportamientos que desea cambiar, por ejemplo: los hábitos antes de acostarse, el cepillado de los dientes o la recogida de los juguetes. Escoger un premio que el niño vaya a disfrutar. Ejemplos de buenos premios son: leerle una historia adicional a la hora de acostarse, permitirle acostarse media hora más tarde, darle un bocado pequeño que le guste, o para niños mayores, ganar puntos para un juguete especial, un privilegio o una cantidad pequeña de dinero.

Explicar al niño el comportamiento deseado y el premio. Por ejemplo: "si te pones la pijama y te lavas los dientes antes de que se termine este programa de televisión, te puedes acostar media hora más tarde". Solicite el comportamiento solo una vez. Si el niño hace lo que se le pide hay que darle el premio. Se puede ayudar al niño si es necesario, pero no hay que involucrarse demasiado. Puesto que cualquier atención por parte de los padres - inclusive atención negativa - es tan gratificante para los niños, ellos pueden preferir al principio atención de sus padres en vez del premio. Las frases de transición tales como "en cinco minutos se acaba el tiempo de juego " son útiles cuando se le está enseñando comportamientos nuevos.

Este sistema ayuda a evitar las peleas por quién tiene el poder con su niño. Sin embargo, el niño no es castigado si decide no comportarse como usted le pide; simplemente, él o ella no recibe el premio.

### **c) Otras cosas que se pueden hacer para ayudar a que el niño se comporte bien**

Hacer una lista corta de reglas importantes y repetirlas con el niño. Evitar las peleas por quién tiene el poder, las situaciones en que nadie gana y los extremos. Cuando se piense que se reaccionó excesivamente, es mejor solucionar el problema con sentido común, a pesar de que tenga que ser inconsistente con el método del premio o el castigo.



Aceptar la personalidad básica del niño, ya sea que es tímido, sociable, hablador o activo. Tratar de evitar las situaciones que pueden hacer que el niño se ponga irritable, por ejemplo: estar sobre estimulado, cansado o aburrido. No criticar al niño en frente de otras personas. Describir el comportamiento del niño como malo, pero nunca calificar al niño como que él es malo. Elogiar al niño con frecuencia cuando él o ella lo merezca. Tocarlos con cariño; los niños quieren y necesitan el afecto de sus padres. Desarrollar pequeñas rutinas y rituales; especialmente a la hora de acostarse y a las horas de las comidas. Proporcionar frases de transición como "en cinco minutos vamos a terminar de comer". Siempre que sea posible dar opciones al niño. Por ejemplo, preguntarle: "¿Quieres ponerte la pijama roja o la pijama azul para acostarte?"

A medida que los niños crecen ellos pueden disfrutar el estar involucrados en hacer las reglas de la casa. No debatir acerca de las reglas en el momento del mal comportamiento, pero invitar al niño a participar en crear las reglas en otro momento. Los niños que aprenden que el mal comportamiento no se tolera y que el buen comportamiento se premia, están aprendiendo destrezas que les durarán toda la vida.

#### **d) Evitar usar el castigo físico**

Los padres pueden elegir usar el castigo físico (por ejemplo una palmada) para frenar un comportamiento inapropiado. La gran desventaja que tiene este método es que a pesar de que el castigo frena el mal comportamiento por un tiempo, no le enseña a su niño a cambiar su comportamiento. Disciplinar a su niño es realmente enseñarle a él o a ella a escoger buenos comportamientos. Si el niño no conoce un buen comportamiento es muy probable que él o ella repita el mal comportamiento. El castigo físico se hace menos efectivo con el tiempo y puede hacer que el niño se comporte de una manera agresiva. Además, se puede llevar hasta el extremo: a abuso infantil. Otros métodos de castigo son preferibles y deben usarse cuando sea posible.

Para obtener información específica sobre alteraciones de la conducta en la discapacidad intelectual, se sugiere acceder a la siguiente página web:  
[http://www.feaps.org/biblioteca/salud\\_mental/capitulo04.pdf](http://www.feaps.org/biblioteca/salud_mental/capitulo04.pdf)

**Resumen: Mgr. Elke Berodt**  
**Septiembre 2011**