



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008

LA AGRESIVIDAD EN EL ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

(PARTE II)

AUTORÍA JOSÉ ANTONIO LÓPEZ RECACHA
TEMÁTICA CONVIVENCIA ESCOLAR
ETAPA EDUCACIÓN PRIMARIA

Resumen

En esta segunda parte del artículo, veremos algunos procedimientos de autocontrol así como algunas habilidades para favorecer la convivencia en la escuela. También añadimos al final del artículo algunas técnicas para poder trabajar con ellas.

Palabras clave

- Relajación
- Autocontrol
- Autoevaluación

1. Procedimientos de autocontrol.

En ocasiones el comportamiento agresivo se origina ante una situación conflictiva. En ella el niño vive una emoción determinada que le lleva a responder agresivamente.

Un procedimiento de trabajo en estos casos consistirá en dirigirse al control de este tipo de emociones negativas.

Trabajando con niños pequeños (0-6) dos procedimientos técnicos útiles son:

1.1. Procedimientos de relajación.

El entrenamiento en la relajación se ha mostrado como una técnica útil para controlar el estado afectivo del niño ante situaciones conflictivas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008

Existen diferentes procedimientos de relajación. En nuestro caso podríamos acudir a:

- a) Relajación mediante el descanso silencioso y pensamientos tranquilizadores.
- b) Relajación muscular "infantil".

A) Descanso silencioso.

Un procedimiento funcional debería incluir:

- * Inducirlo con calma.
- * Condicionar señales ambientales provocadoras del proceso de descanso (música, bajar persianas, sacar un muñeco, etc.).
- * Realizar movimientos ralentizados.
- * Realizar una serie de respiraciones lentas y profundas.
- * Narración placentera y sosegada o música de tranquilidad.
- * Situación de adormilarse.
- * Iniciar proceso de "clase" con calma.

B) Relajación muscular infantil.

Está basada en el procedimiento de relajación propuesto hacia los años treinta por el fisiólogo Jacobson.

Básicamente, el entrenamiento en relajación progresiva consiste en aprender a tensar y luego relajar, sucesivamente, varios grupos de músculos, mientras que, al mismo tiempo, se dirige la atención cuidadosa y rigurosamente a las sensaciones asociadas con los estados de tensión y relajación.

Ha de tenerse en cuenta que la relajación que se pretende es una habilidad de entrenar, y que como toda habilidad exige un proceso de práctica antes de conseguir el efecto que se desea.

Con los niños lograr la atención en las fases de tensión y distensión presenta cierta dificultad. En estos casos acostumbra a usarse la imaginación como elemento facilitador e inductor.

Esquemáticamente, la regla básica para centrar su atención consistirá en imaginar una escena concreta que le ayude a tensar y a relajar más fácilmente. Dichas escenas deben estar previamente diseñadas y variarse lo menos posible.

Algunos autores han desarrollado instrucciones muy precisas de imaginación para favorecer el proceso en niños. Por ejemplo, Koeppen, para realizar el ejercicio de manos y antebrazos daba las siguientes instrucciones:

"Imagina que tienes un limón en tu mano izquierda y tratas de exprimirlo intentando sacar de él el máximo jugo posible. Centra tu atención en tu mano y en tu brazo cuando estas apretando.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008

Ahora deja caer el limón y nota cómo están tus músculos cuando están relajados. Bien, volvamos a exprimir el limón. Ahora imagina que aprietas el limón con mucha más fuerza que antes. Nota lo tensa que tienes tu mano y tu brazo. Relájalos de nuevo. Fíjate en cómo ahora tu mano y brazo están mejor que antes cuando los tenías tensos".

Resulta evidente que para poder hacer relajación con niños muy pequeños se requieren ciertas habilidades, que en el caso de no poseerlas deben entrenarse previamente: seguir una instrucción verbal, capacidad de imaginar una escena, permanecer quieto períodos breves, etc.

Normalmente se inicia el proceso de entrenamiento con 16 grupos de músculos y se va asociando a una palabra como "calma". Posteriormente se van agrupando músculos y se da mayor importancia a la palabra calma.

La sesión de entrenamiento en relajación no debe pasar de 15-20 minutos.

1.2. La "Técnica de la Tortuga".

Otra técnica muy eficaz para que los niños aprendan a controlar sus emociones negativas ante situaciones conflictivas es la Técnica de la Tortuga.

2. Entrenamiento en habilidades.

Un importante número de comportamientos agresivos tienen su origen o están muy influidos en la falta de habilidades para enfrentarse a una situación.

Por tal motivo se han desarrollado diferentes líneas de actuación que tienen como finalidad el desarrollo de tales habilidades.

La posibilidad de desarrollar programas de entrenamiento en habilidades en la infancia de 0-6 años viene condicionada por los requisitos de tipo cognitivo que tales programas exijan.

2.1. Entrenamiento en habilidades sociales (HHSS).

Su finalidad es ayudar a superar déficits en habilidades de relación social que influyan en comportamientos agresivos.

Pueden ser programas específicos aunque amplios (Ej.: de oposición asertiva, de habilidades de juego cooperativo, etc.), o componentes específicos de habilidades (Ej.: de elogio a compañeros o de expresión gestual), pero siempre con el objetivo de mejorar la interacción social.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008

Es habitual que se utilicen para atender necesidades como la carencia de repertorio de comportamientos prosociales, las reacciones inadecuadas a la frustración o las relaciones de cooperación con niños o adultos.

La manera típica de proceder consiste en:

- 1.- Analizar la/s deficiencia/s.
- 2.- Elaborar los programas correspondientes.
- 3.- Entrenarlos.
- 4.- Generalización a diferentes situaciones.
- 5.- Mantenimiento.

Estos programas se encardinan siempre en una filosofía de trabajo de "paso a paso" y suelen seguir un proceso común al entrenamiento de cualquier habilidad:

- 1.- Dar instrucciones oportunas.
- 2.- Presentar modelos de lo que se quiere entrenar.
- 3.- Plantear situaciones de ensayo.
- 4.- Dar "feedback" de la actuación.

2.2. Entrenamiento en HH de resolución de problemas.

Estos programas tienen un mayor número de elementos cognitivos y por tanto son más apropiados para los niños mayores de 0-6 años.

La finalidad general de estos programas es desarrollar competencias cognitivas, esto es, desarrollar formas generales de actuación que se puedan aplicar a situaciones muy diversas.

Estas habilidades pueden trabajarse de manera aislada como programas de tratamiento, pero su eficacia es mayor si se plantean con una visión de trabajo continuo durante la escolaridad y si se incorporan a la vida, la educación, el trabajo y todo lo "académico".

Estamos hablando de un tipo de habilidades que tradicionalmente los seres humanos hemos aprendido de "forma natural" en un proceso del tipo:

- A) Ver modelos.
- B) Practicar lo visto.
- C) Ir cambiando por "ensayo y error".
- D) Durante el proceso, de manera intermitente, se reciben "mensajes verbales-morales" sobre la manera de proceder.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008

Los programas pretenden mejorar este proceso, mediante un plan de trabajo por fases en el que se pretende enseñar a:

- A) reconocer un problema.
- B) definir-delimitar en qué consiste.
- C) generar posibles alternativas.
- D) evaluar las posibles consecuencias de cada alternativa.
- E) elegir una alternativa.
- F) ponerla en práctica.
- G) valorar el éxito o fracaso.

3. Entrenamiento en autoinstrucciones.

Son programas que buscan el desarrollo de contenidos verbales que el niño se dirige a si mismo para controlar la propia conducta.

Por su componente cognitivo son de difícil aplicación en los niños de E.I.

4. Autorregulación

El esquema básico consiste en entrenar a dirigir la propia conducta: mantener las conductas no agresivas y seguir regulando la propia conducta.

Para tal fin debe entrenarse en habilidades, conocimientos y práctica como:

- A) autoregistro.
- B) autoevaluación.
- C) autoaplicación de consecuencias

De muy difícil aplicación en niños.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008

5. Programas de procesamiento de la información

Se pretende con ellos mejorar las operaciones cognitivas para ser eficaz en los conflictos sociales.

El procedimiento general es entender la ejecución de las operaciones cognitivas implicadas. Por Ej.: codificación, interpretación y elección de respuesta.

Igualmente son programas de muy difícil aplicación en la etapa 0-6.

RETIRADA DE REFUERZO O EXTINCIÓN

FINALIDAD BÁSICA del PROGRAMA:

Hacer desaparecer o disminuir una conducta que está mantenida por un Refuerzo.

Por Ej.: "tacos menores".

CONDICIONANTES MUY IMPORTANTES:

- A.- El refuerzo tiene que ser susceptible de manipulación por quien ejecuta el programa.
- B.- Tener muy en cuenta los efectos típicos de la retirada de refuerzo: estallido de la R., variabilidad de la R, recuperación espontánea...
- C.- Debe utilizarse siempre con un programa de Rfzo.

ESTRUCTURA GENERAL del PROGRAMA:

A.- Componente: Refuerzo.

- A.1.- Reforzar toda R opuesta o diferente a la que se quiere extinguir.
- A.2.- Estar muy atentos para reforzar cualquier R, que no sea la que queremos extinguir, justo en el momento que esta pare.

B.- Componente: Retirada del Refuerzo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008

- B.1.- Avisar del cambio que se va a producir en el proceder: ya no se va a reforzar la R, pero si otras que se le indican.
- B.2.- Aparecida la R problema, dejar de reforzarla (en la mayoría de los casos es una situación desagradable para la persona que ejecuta el programa).
- B.3.- Tener cuidado para no reforzar otras R que no consideramos correctas y que pueden aparecer.
- B.4.- Esperar a que pare la R incorrecta y estar muy atentos para reforzar cualquier otra que pudiera aparecer (componente A.2).

AISLAMIENTO O TIME-OUT

FINALIDAD BÁSICA DEL PROGRAMA:

Hacer disminuir o desaparecer una conducta cuando la extinción no puede ser aplicada.

Por Ej.: molestar a los compañeros.

ESTRUCTURA GENERAL del PROGRAMA.

- 1º Especificar la conducta inapropiada. Si tiene buen nivel comprensivo, avísele que si hace tal cosa se le aislará.
- 2º Especificar en que consistirá el aislamiento. Indique de antemano como será el aislamiento y el tiempo que durará.
- 3º Cuando la conducta aparezca se le conducirá al lugar de aislamiento intentando tener el menor contacto posible con él a fin de que éste no sienta que se le está prestando atención.
- 4º Ignore comportamientos inadecuados que aparezcan. Generalmente las primeras veces habrá quejas, lloros o similares. Es la mejor prueba de que eso molesta al niño y de que el procedimiento podrá ser efectivo. Recuerde que si le saca del aislamiento ante esas conductas, se las reforzará y la próxima vez serán mayores.
- 5º Cumpla escrupulosamente lo acordado:
 - No le tenga más tiempo del acordado.
 - No le recrimine nada al acabar el aislamiento.
 - No finalice el aislamiento si está realizando cualquier conducta inaceptable.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008

- 6º Al acabar el tiempo de aislamiento tenga cuidado de no prestarle demasiada atención, pero una vez vuelto a su ambiente recompénsese por la primera buena conducta que manifieste. Esté atento y no le olvide nunca.

MODELADO

FINALIDAD BÁSICA del PROGRAMA:

Mejorar conductas en situaciones de grupo.

Por Ej.: un trabajo cooperativo entre dos niños.

ESTRUCTURA GENERAL del PROGRAMA:

- 1º Establecer un plan de actuación:
- Elegir varios modelos para poder variarlos.
 - Buscar una situación en la que nuestro sujeto pueda ser utilizado como modelo.
 - Coordinarse entre los adultos, si hay varios.
- 2º Indicar al sujeto que conducta de él se espera.
- 3º Rfzo. vicario de la conducta, dándolo al modelo.
- 4º Aproximación física del Rfzo. o de la persona reforzadora a quien se pide la R.
- 5º Tener precaución para no reforzar R incorrectas que en la situación de espera pudieran producirse.
- 6º Reforzar la R correcta cuando ésta aparezca o aquella que sea mejor que la existente hasta ese momento. Seguir, en este último caso, con un programa de "Aproximaciones sucesivas".
- 7º Procurar que el Rfzo. sea dado por diferentes personas para aumentar su fuerza y favorecer los efectos de generalización.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008
PROGRAMAS DE FICHAS

FINALIDAD BÁSICA del PROGRAMA:

Cambios de comportamiento de uno o más individuos en una situación de grupo.
Por Ej.: buen comportamiento y trabajo en clase.

ESTRUCTURA GENERAL del PROGRAMA:

- 1.- Elección de la ficha.
- 2.- Elegir los reforzadores de apoyo (acordándolo con los niños).
- 3.- Especificar reglas:
 - a) qué conductas ganan fichas.
 - b) qué cantidad por cada conducta.
 - c) cuándo cambiarlas y gastarlas.
 - d) contingencias punitivas.
 - e) contingencias de grupo.
- 4.- Establecer procedimientos para empezar.
- 5.- Tener previstos y llevar a cabo procedimientos para ir cambiando las reglas.
- 6.- Tener previstos y llevar acabo, cuando llegue el momento, procedimientos para quitar el sistema de fichas.

EXIGE: .- Coordinación entre los adultos.
 .- Un responsable del seguimiento del programa.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 13 – DICIEMBRE 2008

TÉCNICAS PARA EL TRATAMIENTO DE LAS AGRESIONES

a) De manejo de consecuencias

- Extinción del Ref.
- Time-out o tiempo fuera
- Coste de respuesta
- Castigo físico
- Reprimendas
- Sobrecorrección
- Ref. diferencial de omisión
- RDI
- RDO
- Economía de fichas
- Ref. vicario

b) De autocontrol

- Relajación
- Automensajes
- Técnica de la tortuga

c) De entrenamiento en habilidades

- Sociales
- De resolución de problemas
- De asertividad

TACOS

- Nadie considera que los niños deban aprenderlos ni decirlos.
- Hay diferentes consideraciones sociales y personales sobre qué es más permisible y qué es inaceptable.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE 2008

- Las pautas de actuación también tienen que ver con posicionamientos personales.
- Son generalmente aceptadas las siguientes pautas:
 - Λ Si se le "escapa" una palabra fea de las "pequeñas", hacer como que no se le oye.
 - Λ Si la repite con frecuencia, hacer una corrección suave, del tipo "cuidado, eso no se dice".
 - Λ Si NOS LA DICE directamente, para "llamar la atención", corregir siempre e imponernos seriamente. Ya no es una cuestión de tacos sino de enfrentamiento a la autoridad.
 - Λ Si es una palabra "fuerte", corregir seria y firmemente.

Cuidado con no reír las gracias de los tacos en niños pequeños.

Biografía y webgrafía

- CERESO, F. (coord.), (1998) Conductas agresivas en la edad escolar, Ed. Pirámide, Madrid
- SANMARTIN, J., (1998) Violencia, TV y cine, Ed. Ariel Colección Estudios sobre la Violencia.
- TUVILLA RAYO, J. (comp.), (1994) La escuela: Instrumento de Paz y Solidaridad, Ed. MECP Colección Cuadernos de cooperación educativa, Sevilla.
- <http://www.mincava.umn.edu/schoolv.asp>
- <http://www.pntic.mec.es/98/enero/violen1.htm>

Autoría

- Nombre y Apellidos: José Antonio López Recacha
- Centro, localidad, provincia: CEIP El Algarrobillo, Sevilla
- E-mail: joloreca@yahoo.es / klarinete2004@yahoo.es