

TÉCNICAS BÁSICAS DE DISCIPLINA

TEMPO FÓRA

O tempo fóra consiste en apartar ao neno do lugar ou da situación de conflito por un tempo limitado, para deixar de recibir atención.

¿Cómo se utiliza o tempo fóra?

1. Levar ao neno a un lugar aburrido.
2. Mantelo un tempo limitado (1 minuto por ano de idade).
3. Cando o “tempo fóra” conclúe acódese a polo neno e díselle que pode deixar o lugar sen máis comentarios sobre a súa conduta.

Errores frecuentes

1. Non controlar o tempo.
2. O lugar non é aburrido.
3. Prestar atención ao neno.

RETIRADA DE PRIVILEXIOS

A técnica consiste en retirar de maneira temporal algunha actividade ou obxecto que lle resulte atractivo e de interese para o neno.

¿Que privilexios retirar?

- Retirar privilexios que estean relacionados coa conduta que queremos eliminar ou corrixir.
- Que o neno coñeza, na medida do posible, previamente os privilexios que perde por determinadas condutas.
- Variar os privilexios que se retiran para evitar que o neno se acostume.
- Como privilexios poden retirarse obxectos ou actividades.

¿Canto tempo?

- O tempo de retirada de privilexios máis eficaz é unha tarde ou unha mañá, non máis.

- Con estes nenos é efectivo retirarlle determinado xoguete, algunha golosina, un programa de TV, non xogar coa mascota...
- Non é conveniente retirarlle actividades como ir ao parque ou salir a xogar, que en gran medida son actividades necesarias para o neno. Nestes casos podemos retirarlle un obxecto relacionado: unha tarde pode ir ao parque pero non levar a pelota.

PROGRAMA DE CONDUCTA

Esta técnica consiste en que o neno va conseguindo puntos por realizar determinadas condutas. Estes puntos cámbianse por certos privilexios previamente pactados.

¿Como se leva a cabo?

1. Seleccionar una conduta.
2. Motivar ao neno.
3. Explicarlle o que ten que facer.
4. Sinalar os logros en un gráfico.
5. Establecer as recompensas.
6. Limitar o tempo de aplicación (dúas semanas).
7. Deixar un tempo de descanso (despois da aplicación dun programa de conduta déixanse varias semanas sen traballar con este sistema).

Errores frecuentes

1. Tratar varias condutas á vez.
2. Non clarificar o que se espera do neno.
3. Prolongalo demasiado tempo.
4. Quitar puntos por mala conduta.