



## Educación emocional para familias

### Cómo corregir las conductas inadecuadas de nuestros hijos

ESPERANZA LÓPEZ ASCASO. PSICOPEDAGOGA Y ORIENTADORA.

En ocasiones, nuestros hijos tienen conductas que no consideramos adecuadas. Son conductas problemáticas, desafiantes, que, en menor o mayor medida, afectan a su carácter y a su forma de relacionarse con sus iguales y con los adultos. No es necesario que tengan diagnosticado un trastorno de conducta para que haya aspectos mejorables que, a veces, no sabemos cómo abordar.

El apoyo conductual positivo explica que el comportamiento adecuado de nuestros hijos viene dado por experiencias positivas, por lo que, si les ofrecemos la oportunidad de vivirlas, conseguiremos reforzar las conductas sociales positivas. Es decir, que si nuestros hijos muestran conductas problemáticas, que van desde hábitos molestos hasta comportamientos que causan daño o destrucción, pasando por cosas que queremos que cambien o conductas que les impide continuar sus rutinas diarias, les podemos ayudar, aplicando las siguientes pautas.

**1 Preguntas repetitivas.** Cuando son pequeños, nos resulta incluso simpático que estén permanentemente haciendo la misma pregunta, pero, en realidad, lo que buscan es una atención de forma equivocada; así, pues, tras responder a la pregunta, evitaremos volver a contestarles repetidamente.

**2 Conductas aprendidas.** La mayoría de las conductas inapropiadas son aprendidas, por lo que podemos ayudarles a 'desaprenderlas'; es decir, a cambiarlas. Esto significa: paciencia y tesón para conseguir nuestro objetivo.



**3 Refuerzo positivo.** Vamos a trabajar con esta herramienta. Existe una ley del aprendizaje que nos dice que toda conducta que va seguida de consecuencias agradables tiende a repetirse en el futuro. Por esta razón, lo que haremos es premiar a nuestros hijos cuando tengan esas conductas positivas. El refuerzo positivo siempre es mucho más eficaz que el castigo.

**4 Tipos de refuerzos positivos.** Solemos caer en el error de que premiar a los chicos consiste en comprarles algo, y no es así. En alguna ocasión puede servir, pero es mucho más eficaz sacar su juego favorito, leer juntos el cuento que más les gusta, otorgarles algún privilegio en casa...

**5 Habilidades alternativas.** En ocasiones, las conductas inapropiadas son fruto de una falta de estrategias para alcanzar su objetivo. Es decir, que los chavales quieren algo concreto pero no saben llegar a ello, por lo que utilizan formas equivocadas. Pongamos un ejemplo: si nuestro hijo pega constantemente al niño que tiene al lado, y eso provoca que nos acerquemos a ver qué ocurre, seguramente, lo que quiere es que nos acerquemos, y lo solicita de la manera que le resulta efectiva, ya que siempre que él pega, se acerca un adulto. Debemos conseguir identificar estas conductas y mostrarle otras formas de llegar al mismo fin, sin que sea a través de una conducta problemática.

**6 Siempre en el contexto.** Cuando queramos modificar una conducta negativa de nuestros hijos, se debe hacer siempre en el lugar donde esta se produce. Es decir, es poco o nada útil que pasado el tiempo y lejos del lugar donde se ha generado la conducta, intentemos intervenir sobre ella, puesto que pierde el sentido y los chicos no le van a ver relación alguna. Las intervenciones sobre las conductas inapropiadas deben darse en el momento, para ayudarles a modificarlas, incluso, antes de que se lleguen a dar.

**7 Hablemos positivamente.** Tenemos que intentar que nuestra forma de comunicarnos con nuestros hijos sea siempre positiva. Cuanto más eliminemos el «no» de nuestras conversaciones, mucho mejor. De hecho, lo que tenemos que enseñarles es lo que sí queremos que hagan para que, desde el principio, aprendan y comprendan la conducta apropiada.

ASOCIACIÓN ARAGONESA DE PSICOPEDAGOGÍA  
[www.psicoaragon.es](http://www.psicoaragon.es)

## Caja de herramientas TIC

### APPS PARA CREAR MAPAS MENTALES

DIEGO ARROYO. Asesor de Formación IFE Juan de Lanuza-UF1 Zuera

■ En la misma línea que en la anterior entrega, hoy, vamos a presentar aplicaciones de Android muy interesantes, esta vez, para fomentar y trabajar la creatividad mediante un recurso muy útil: los mapas mentales, herramienta esencial para estructurar la mente y plasmar de una forma organizada nuestras ideas.

La primera app, **Simple Mind free for Android**, es una sencilla herramienta muy intuitiva con la que trabajar los mapas mentales de una manera muy clara.

**Mind Canvas.** Es otra app, organizada a modo de pizarra, en la que podemos dibujar e incluir textos, imágenes y fotos; po-



La creatividad es una bombilla que se enciende

dríamos utilizarla como blog de notas en el que anotar nuestras ideas.

**Easy mental blocks.** Se trata de una aplicación muy interesante, que nos ayuda a planificar y generar listados de cosas.

**Rainbow Idea.** Para sistemas Android, es una aplicación muy similar a la anterior, pero con la característica y peculiaridad del uso de diferentes colores para diferenciar las ideas planteadas. Todas estas aplicaciones pueden resultar muy prácticas en cla-

se cuando trabajamos en áreas con contenidos amplios: podemos anotar palabras clave e ideas principales, que nos ayudarán a comprender lo que se explica en el aula.

**Create-o-mat.** Ayuda con la generación de ideas en torno a un problema planteado. Es una app para utilizar en cursos superiores, ya que requiere de un planteamiento más amplio para usarla con eficacia.

La utilidad de estos recursos puede variar dependiendo del área en la que nos encontremos, pero parece claro que con Lengua y Ciencias de la Naturaleza o Sociales tienen cabida, perfectamente. Su único uso, no logra resultados positivos comprobables, sin embargo, utilizadas en combinación con otros recursos auxiliares y con las explicaciones y orientaciones del docente, pueden ayudar a fomentar esa creatividad tan demandada y necesaria hoy en día en nuestras escuelas.

## Me apetece...

### DE RÍOS DESBORDADOS, LÁPICES, MUJERES Y NIÑAS

MARISANCHO MENJÓN

#### QUÉ ES Y CÓMO SE DESENVUELVE UN RÍO

■ La noticia de estos días en Aragón ha sido la gran riada del Ebro: chicos y grandes, todos hemos estado pendientes del río. Y contemplándolo, nos entran ganas de saber mucho más acerca de él. Así que os proponemos dos breves informaciones, para empezar: para más peques, el vídeo 'Cómo es el curso de un río' (buscarlo así en la Practicopedia: <http://practicopedia.lainformacion.com>); y para más mayorcitos, el librito en pdf 'El Ebro desbordado. Una historia de las crecidas del río en Zaragoza', que se puede descargar de la web [www.zaragoza.es](http://www.zaragoza.es) (buscad en Google el título entre comillas).

#### Cómo es el curso de un río



#### EL LÁPIZ, DE PAULA BOSSIO

■ Los libros sin palabras escritas son un estímulo para la imaginación, tanto de los niños como de los padres, pues para contarlos hacen falta palabras, pero las pone el propio lector. Es una experiencia muy feliz porque el cuento nos guía, pero nosotros lo interpretamos, nos lo inventamos. El libro de Paula Bossio 'El lápiz' es una de estas obras que empujan la creatividad porque los dibujos, maravillosos, invitan a fantasear. Solo es una niña que se encuentra el extremo de una línea que alguien ha trazado con un lápiz... y que se convierte en muchas cosas a lo largo de las páginas. Dicen que es para niños de 4 años, pero a los grandes también nos encanta.



#### DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER

■ Desde 1977, el día 8 de marzo está dedicado a la mujer. Es una fecha reivindicativa y luchadora, pues lo que se pretende conmemorándola es alzar la voz hasta lo más alto en defensa de la igualdad entre hombres y mujeres; un objetivo hacia el que se ha avanzado mucho, pero para cuya consecución todavía falta. En la página que la ONU dedica a las mujeres ([www.unwomen.org/es](http://www.unwomen.org/es)) encontraréis mucho material para informaros sobre el tema. Y encontraréis también muchas otras cosas. Por ejemplo, ¿sabíais que existe el Día Internacional de la Niña, y que se celebra el 11 de octubre?