



Carmen Márquez López
carmenmarquez@autismobata.com

ACP Apoyo Conductual Positivo



Carmen Márquez

2

EL APOYO CONDUCTUAL POSITIVO (CARR, 1995)

**ES UN ENFOQUE PARA HACER
FRENTA A LOS PROBLEMAS DE CONDUCTA
QUE IMPLICA REMEDIAR CONDICIONES
AMBIENTALES Y/O DÉFICITS EN
HABILIDADES**

EDWARD G. CARR Y OTROS. "Intervención comunicativa sobre los problemas de comportamiento".
Alianza psicología

Carmen Márquez

3

Visión social



Los problemas de conducta son una interacción entre

1. **Características personales** – p.e. capacidad de comunicación, presencia de otras discapacidades secundarias, fenotipos conductuales, intereses, preferencias, etc.
1. **Factores ambientales** - p.e. niveles de estimulación, estímulos aversivos, hacinamiento, calor, interacciones del personal...

Ubica el problema **NO** como intrínseco del individuo - sino en esta interacción –

El “GRAN RETO” es proveer el mejor entorno posible

Carmen Márquez

4

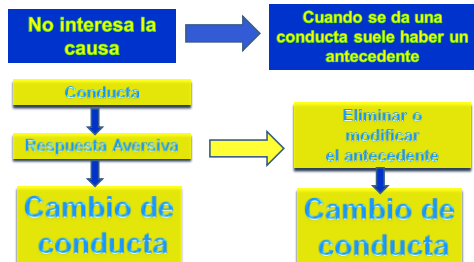


Carmen Márquez

5

Modificación de conducta

Apoyo Conductual Positivo



Carmen Márquez

6



Entornos no comunicativos

Carmen Márquez

7

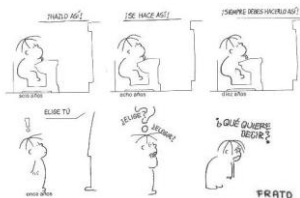
Ambientes desafiantes



Carmen Márquez

8

Entornos restrictivos



Carmen Márquez



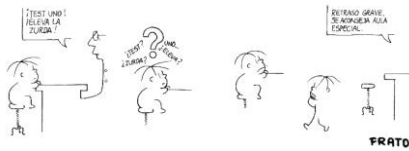
UNA ESCUELA ALTERNATIVA



9



Entornos estresantes



Carmen Márquez

10

ENTORNOS QUE APORTAN VALOR ★



Y ENTORNOS QUE DESVALORIZAN



Carmen Márquez

11

LOS ENTORNOS DEL «NO»



Si no lo haces...o no lo haces «bien».....NO.....
 Si no acabas tu tarea.....NO vas.....
 Si no comes.....NO.....

Carmen Márquez

12

La in-clusión es cuestión de ac-titud



luz = ac-ción

Observamos
Escuchamos
Conocemos
Hacemos

**Alumbrar el aula
es una decisión personal
no solo legislativa.**

¿Qué es un aula?

GRUPO DE PERSONAS ÚNICAS QUE SE ORGANIZAN, UNA SOCIEDAD EN MICRO, CON SUS PROPIAS RELACIONES, CON UN LIDERAZGO PARTICULAR, ES UN MODELO



¿Qué es un aula?

ESPACIO FÍSICO QUE DEFINE EL MODELO, DEFINE AL MAESTRO, DEFINE LA METODOLOGÍA, LA GESTIÓN DEL TIEMPO, LA FORMA DE APORTAR VALOR AL ESPACIO .



¿Qué es un aula?

UNA FORMA DE RELACIONARSE QUE DEFINE COMO SE COMUNICAN LAS PERSONAS, LOS VALORES QUE SE TRANSMITEN .



HAGAMOS NUESTRA EL AULA

1º CONOCER A LOS HABITANTES DEL AULA DURANTE 9 MESES

Capacidades, fortalezas, puntos menos fuerte, pero también lo que les molesta, los que les gusta, sus preferencias, su familia, sus amigos y amigas, sus juegos y diversiones favoritas.

2º FOMENTAR LA PARTICIPACIÓN

Que todos sientan el aula como suya, partamos desde cero, creemos un espacio donde todos aportemos.

3º FACILITAR LA COLABORACIÓN

Crear sensación de equipo, apreciar el apoyo mutuo, que juntos somos mas que una individualidad, la integración y el valor de la diferencia .

**DEDIQUEMOS TIEMPO A
CONOCERNOS Y ORGANIZARNOS**



**GANAREMOS TIEMPO
Y PREDISPOSICIÓN AL APRENDIZAJE**

Conducta ?

Conducta, modo de ser del individuo y conjunto de acciones que lleva a cabo para adaptarse a su entorno. La conducta es la respuesta a una motivación en la que están involucrados componentes psicológicos, fisiológicos y de motricidad. La conducta de un individuo, considerada en un espacio y tiempo determinados, se denomina "comportamiento".

Enciclopedia Microsoft® Encarta® 2002. © 1993-2001 Microsoft Corporation.

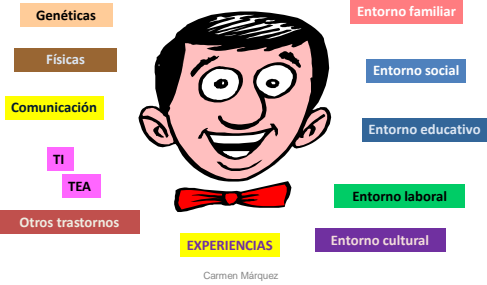
Carmen Márquez

20

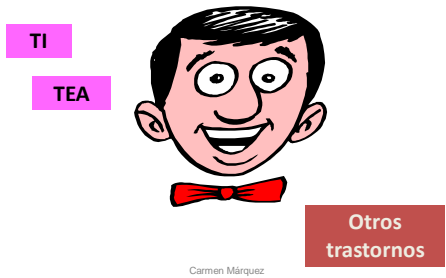


**LA CONDUCTA ES LA EXPRESIÓN DE LA INTERACCIÓN ENTRE
PERSONA Y CONTEXTO**

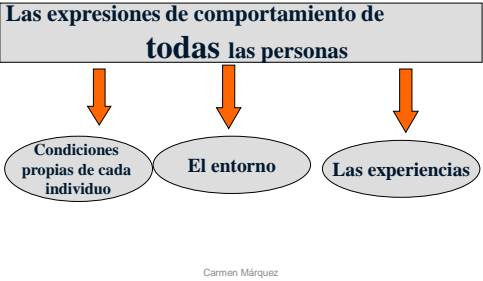
21



22



23



24

Alteraciones de conducta ?

CONDUCTAS QUE NOSOTROS "LA NORMALIDAD" JUZGAMOS COMO INADECUADAS



COMPORTAMIENTOS ANORMALES DESDE EL PUNTO DE VISTA SOCIO-CULTURAL



Carmen Márquez

25

CONTINUUM
CONDUCTAS

Hábitos molestos.

Cosas que quiero que cambien.

Comportamientos realmente molestos.

Conductas que causan problemas.

Conductas que no puedo aguantar más.

Conductas que impiden las rutinas diarias.

Conductas que impiden el aprendizaje.

Comportamientos que causan daño o destrucción

Carmen Márquez

26

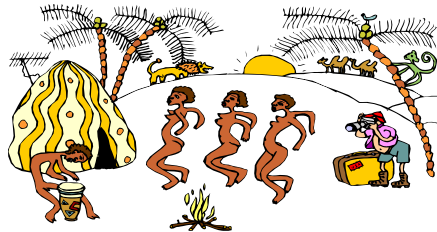
Que la conducta sea considerada problema depende de:

De su intensidad, frecuencia y consecuencias para la persona y para los demás



27

Del entorno en donde se dé y de las normas sociales
que rigen en ese entorno



Carmen Márquez

28

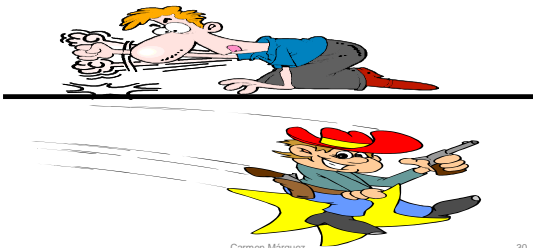
De la edad de la persona



Carmen Márquez

29

De la capacidad del sujeto para proporcionar
una explicación que nos satisfaga



Carmen Márquez

30

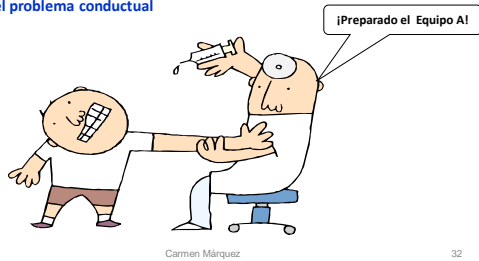
De nuestra formación, creencias y valores sobre la naturaleza del trastorno y las causas de la alteración conductual.



Carmen Márquez

31

De la capacidad del entorno para manejar la disrupción ocasionada por el problema conductual



Carmen Márquez

32

¿Habilidad para poder explicar su conducta?

- Cansancio
- Demasiado estrés
- No comprende
- Sentirse no escuchado
- Triste
- Confundido
- Algún problema importante
- Enfermo



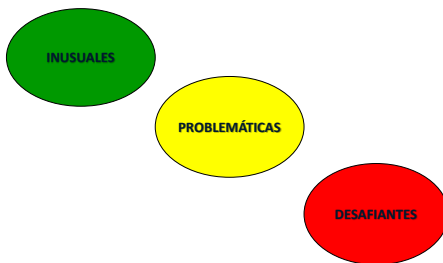
Carmen Márquez

33

Las conductas **problemáticas y/o desafiantes** no deben ser consideradas generalmente como específicas del síndrome, discapacidad o trastorno, sino más bien como una consecuencia directa de sus dificultades adaptativas y las peculiaridades del entorno.

Carmen Márquez

34



Carmen Márquez

35

CONDUCTAS PROBLEMÁTICAS

Cuando por su intensidad, duración o frecuencia afectan negativamente al desarrollo personal del individuo, así como a sus oportunidades de participación en la comunidad.



Carmen Márquez

36

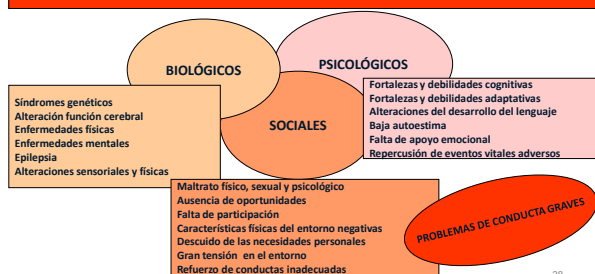
Las conductas problemáticas

- Generalmente tienen una función para la persona que las desempeña
- Exigen un sobreesfuerzo del sistema de apoyos para atender adecuadamente las necesidades del individuo

Carmen Márquez

37

FACTORES PREDISPONENTES, PRECIPITANTES O DE MANTENIMIENTO



38

CONDUCTAS DESAFIANTES

(CHALLENGING BEHAVIOR)

Conducta (s) culturalmente anormal de tal intensidad, frecuencia o duración que es probable que la seguridad física de la persona o la de los demás corra serio peligro, o que es probable que limite el uso de las oportunidades normales que ofrece la comunidad, o incluso se le niegue el acceso a esas oportunidades.

(Emerson, 1995)



39

DIMENSIONES ACP

Carmen Márquez

40

PREVENCIÓN PRIMARIA

**PREVENCIÓN SECUNDARIA:
ANÁLISIS FUNCIONAL**

**ESTRATEGIAS REACTIVAS
ÉTICAS**

Carmen Márquez

41

PREVENCIÓN PRIMARIA

Carmen Márquez

42

Protectores

Comunicación eficaz
y accesible

Bienestar
emocional

Interacciones
Sociales
reforzantes

Carmen Márquez

43

Interacciones
Sociales
reforzantes

Carmen Márquez

44

“Ser” persona es un proceso



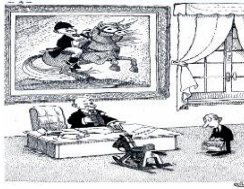
LIBERTAD
IDENTIDAD
IGUALDAD
INDEPENDENCIA
DERECHOS
TRABAJO
AUTODETERMINACION
SEXUALIDAD
RELACIONES
PARTICIPACION

que se construye con otros

Carmen Márquez

45

Lo que hacemos y cómo lo hacemos define quienes somos



Carmen Márquez

49

Comunicación eficaz y accesible

Carmen Márquez

50

"La frecuencia e intensidad de las alteraciones de conducta depende, en gran medida, del grado de deficiencia comunicativa". (A. Rivière, 1998)

Las personas con deficiencias comunicativas de otros orígenes (con o sin d.i. asociada) tienen más conductas agresivas a medida que disminuyen sus instrumentos para comunicarse.
(Talkington y Hall, 1969)

Las personas con discapacidad intelectual presentan más alteraciones de conducta cuando tienen menos recursos comunicativos.
(Talkington, Hall y Altman, 1971)

Los niños con retraso del lenguaje presentan más alteraciones de conducta que los que tienen un lenguaje normal para su edad.
(Stevenson y Richman, 1978)

Carmen Márquez

51

**ESTUDIO EPIDEMIOLÓGICO DESCRIPTIVO SOBRE LA PREVALENCIA
DE LAS CONDUCTAS DESAFIANTES EN CASTILLA Y LEÓN.**
(R. Canal y B. Arias, 2002)

Una muestra de 892 personas (491 hombres y 401 mujeres) atendidas en centros de atención de personas con discapacidad grave o moderadamente afectadas.

El 41 % presentaban conductas problemáticas

No existían diferencias atendiendo al sexo y a la edad de los usuarios

Estas conductas se relacionaban fundamentalmente con:
-Dolor crónico
-Falta de habilidades comunicativas

Carmen Márquez

52

Intervención Comunicativa



Mejorar la comprensión
Enseñar Destrezas comunicativas

Carmen Márquez

53

**"No escuchamos más que
lo que codemrenpmos" Gotehe**

Carmen Márquez

54

¿Cómo mejorar la comprensión?

Carré de Ciervo con Tierras de Miel, Ciruela al Tempranillo y Crema de Queso de Valdeón



BUENOS APOYOS PARA COMPRENDER:

- COMUNICADOR
- ENTORNO
- ESTRUCTURA

Carmen Márquez

56

Las estrategias visuales

- Mejoran la comunicación
- Proporcionan información
- Apoyan en las rutinas diarias
- Enseñan destrezas
- Previenen problemas
- Actúan cuando hay un problema

Carmen Márquez

57



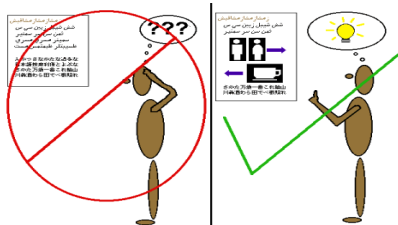
Carmen Márquez

58

10 CLAVES PARA SER UN MEJOR COMPAÑERO DE COMUNICACIÓN

1. Ponte al nivel del alumno
2. Logra su atención
3. Prepara al estudiante para lo que le vas a comunicar
4. Utiliza gestos o lenguaje corporal coherentemente
5. Apoya tu comunicación *visualmente*
6. Habla despacio y de una manera clara
7. Límite de verbalización
8. Incluye "tiempo muerto" en tus interacciones
9. Guía o anima al estudiante a responder *si es necesario*
10. Permanece con la interacción hasta que alcances la respuesta adecuada

Carmen Márquez López



Carmen Márquez

60

Material Adaptado para Personas con Autismo



FORMAS ICONOGRÁFICAS



Carmen Márquez López

Las herramientas visuales



Respaldan la comunicación al actuar como elementos de mediación en el proceso de comunicación entre las personas con dificultades de comunicación y el resto del mundo.



Aumentan la comunicación comprensiva que a su vez favorece una mayor participación e interés de la persona con dificultades de comunicación, lo que produce una expresión más efectiva.

Linda A. Hogdon

L. Hogdon. «Estrategias visuales para la comunicación» QuirkRoberts publishing. www.usevisualestrategies.com

Bienestar emocional

Carmen Márquez

63

Acciones facilitadoras del Bienestar emocional

- ☐ Conocer y evitar los desencadenantes o estresores
- ☐ Tener en cuenta su perfil sensorial
- ☐ Entorno amigable y comprensible
- ☐ Habilidades de autoregulación
- ☐ Habilidades de comprensión y uso social del lenguaje
- ☐ Flexibilidad cognitiva

Carmen Márquez

64

☐ Conocer y procurar evitar los desencadenantes y estresores en el Espectro Autista

Carmen Márquez

65

- ❖ Problemas físicos
- ❖ Sobrecarga sensorial
- ❖ Pérdida de información crítica
- ❖ La gente
- ❖ Cambios
- ❖ Interrupciones y transiciones
- ❖ Aburrimientos y esperas
- ❖ Demandas excesivas
- ❖ La novedad
- ❖ Imposibilidad de consumir acciones autoreguladoras

Carmen Márquez

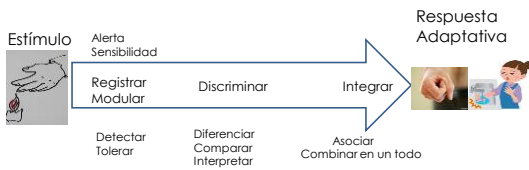
66

❑ Tener en cuenta su perfil sensorial

Carmen Márquez

67

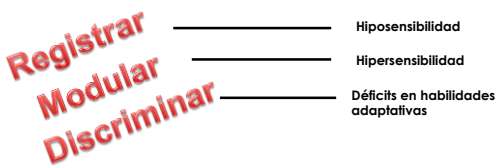
ORGANIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN SENSORIAL PARA SU USO



Carmen Márquez

68

DISFUNCIÓN DE LA INTEGRACIÓN SENSORIAL



Carmen Márquez

69

Dificultades en la Modulación Sensorial

- ✓ La respuesta a las sensaciones entrantes, moduladas por el sistema nervioso, es exagerada.
- ✓ Depende de experiencias previas y aprendizajes realizados
- ✓ La respuesta sensorial no es siempre igual, puede variar de la mañana a la noche y de un día para otro.

INDICADORES

- Irritable
- Difícil de calmar
- Rabietas excesivas
- Hiperactivo
- Evita la exploración y lo novedoso
- Puede exhibir conductas agresivas
- Dificultades para atender
- Influencia negativa sobre las 4 A: **Alerta, Actividad, Atención y Afecto**



Carmen Márquez

70

Las personas tenemos un impulso innato para el desarrollo de la integración de sensaciones a través de la participación en actividades sensoriomotoras.

Muchos tipos de sensaciones:

- Visión
- Audición
- Gusto
- Olfato
- Tacto
- Movimiento vestibular (sistema interconectado con otros como la visión, el tacto y la audición)
- Posición y Contracción (Propiocepción)

TODOS LOS SISTEMAS ESTÁN VINCULADOS UNOS CON OTROS

Carmen Márquez

71

ALGUNOS INDICADORES DE DIFICULTADES DE INTEGRACIÓN SENSORIAL:

- Transiciones difíciles
- Respuestas emocionales al movimiento y/o al contacto
- Apartarse de ciertas sensaciones
- Comportamientos sociales inadecuados (posturas, movimientos...)
- Dificultad para usar herramientas
- Problemas para regular las emociones
- Búsqueda de sensaciones
- Habilidades motrices desorganizadas
- Dificultad con movimientos refinados
- Baja autoestima

La incidencia es mayor entre personas con diagnóstico de TEA, X frágil, TDAH y dificultades de aprendizaje (Baranek et al., 2002)

Carmen Márquez

72

EL SISTEMA VESTIBULAR NOS DICE DÓNDE ESTAMOS EN RELACIÓN A LA GRAVEDAD, SI NOS MOVEMOS O ESTAMOS QUIETOS, LA VELOCIDAD DEL MOVIMIENTO Y EN QUÉ DIRECCIÓN VAMOS. INFLUYE EN:

- Control de la cabeza/cuello/ojos
- Sostener contacto ocular
- Movimiento de la cabeza (Visión no borrosa, copiar y mirar la pizarra)
- Movimientos externos (de objetos, de personas)
- Reacción ante movimientos bruscos (compensación y protección)
- Postura y equilibrio
- Posición de la cabeza
- Reacciones de enderezamiento y de equilibrio
- Sentido del movimiento
- Confort emocional/nivel de alerta
- Movimientos fluidos y coordinados
- Tono muscular



Carmen Márquez

73

SISTEMA PROPIOCEPTIVO (CONCIENCIA CORPORAL)

INFORMACIÓN QUE EMANA DEL CUERPO, SOBRE TODO DE LOS MÚSCULOS, ARTICULACIONES, LIGAMENTOS Y RECEPTORES ASOCIADOS CON LOS HUESOS. INFLUYE EN:

- La coordinación
- Planificación motriz
- Habilidades motrices gruesas y finas
- Ajuste del esfuerzo durante los movimientos
- Regulación de la fuerza
- Percepción visual



Carmen Márquez



74

Actividades propioceptivas

El uso de materiales y juguetes pesados estimula la propiocepción

➤ Son calmantes y reguladoras, actividades como:

- Apilar bloques de madera
- Organizar estanterías con libros
- Trasladar y guardar
- Empujar, tirar, cargar...



➤ Juegos musculares intensos

➤ Tareas en el aula:

- Acomodar sillas alrededor de las mesas
- Barrar la pizarra
- Traer y llevar cajas con libros
- Usar la grapadora
- Limpiar las mesas
- etc...



Carmen Márquez

75

Estrategias vestibulares

- ❑ Procurar desplazamientos entre las tareas para liberar tensión, es beneficioso que se levanten unos minutos para ayudarles a centrarse de nuevo. Recoger estos momentos en su horario.
- ❑ Pelotas de Pilates o gomas en las sillas para procurar movimiento.
- ❑ Gymkanas en las que tengan que rodar, saltar, balancearse,
- ❑ En la piscina, trabajar el equilibrio y nuevas sensaciones.
- ❑ Caminar por superficies irregulares.



<https://akroseducational.es/juegos/especial-es/trastorno-espectro-autista-tea/>

Carmen Márquez

76

Muchas personas con distintos trastornos (TI, TEA, TDAH...) tienen dificultades en la modulación sensorial del sistema vestibular y/o propioceptivo. Esto afecta a su predisposición para el aprendizaje y regulación emocional



VS.



Carmen Márquez

77

❑ Entorno amigable y comprensible

Carmen Márquez

78



“No se puede tratar un problema de conducta si ocurre en un entorno problemático”

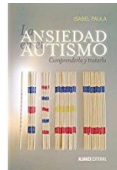
Carmen Márquez

79

Entorno amigable y comprensible

«No comprender el mundo que nos rodea, sus reglas, su funcionamiento, conduce a la confusión, al estrés y al miedo».

«**Poder dar sentido** a lo que sucede, a lo que nos rodea, a lo que se nos pide que hagamos, a lo que va a pasar, es lo que nos permite adaptarnos y vivir en paz con el mundo». Isabel Paula



«La ansiedad en el Autismo. Comprenderla y tratarla»
2015, Isabel Paula. Alianza editorial

80



81

1. Respetar las particularidades sensoriales, propioceptivas y vestibulares.

- ❑ Tener accesible y a mano un lugar tranquilo, una zona de confort, un espacio de «descompresión» en el cual puedan sentirse libres para balancearse solos, acurrucarse entre una manta, dedicar a sus tareas preferidas, etc.



- ❑ Evitar exposiciones sensoriales innecesarias y contextos sobreestimulantes.
- ❑ Programar momentos a lo largo de la agenda diaria en los que levantarse, moverse...
- ❑ Compensar las diferentes hiperreactividades sensoriales con el uso de recursos que las atenúen
- ❑ Facilitar estimulación propioceptiva y vestibular cuando sea necesaria

«La ansiedad en el Autismo. Comprenderla y tratarla» 2015, Isabel Paula. Alianza editorial

82

2. Crear un entorno lo más predictivo y claro posible. Preparar para los cambios, las novedades, las transiciones, aumentando la flexibilidad.

- ❑ Establecer rutinas funcionales, predecibles y flexibles.
- ❑ Guiar las situaciones y actividades del día, de manera que podamos anticipar y prever lo que va a suceder, preparándonos también para los «¿qué pasa si?», los contratiempos.
- ❑ Poder ver los cambios.
- ❑ Facilitar agendas y horarios visuales.
- ❑ Ofrecer oportunidades en las que disfrutar de sus intereses solo/a o con iguales.
- ❑ Dar sentido a las actividades, elegir y estructurar el tiempo libre



«La ansiedad en el Autismo. Comprenderla y tratarla» 2015, Isabel Paula. Alianza editorial

83

3. Simplificar el lenguaje.

- ❑ Evitar demasiadas palabras, demasiadas ideas, demasiado lenguaje verbal y rápido.
- ❑ Ser muy explícito con lo que se dice y se explica (dificultades para inferir lo que no es explícito).
- ❑ Ser lo más concreto y literal posible, y complementarlo con apoyos visuales.
- ❑ Enseñar metáforas, modismos y frases hechas.
- ❑ Dar información previa de lo que se habla, lo que se ha de hacer, y no dar nada por obvio.



«La ansiedad en el Autismo. Comprenderla y tratarla» 2015, Isabel Paula. Alianza editorial

84

4. Evitar la sobrecarga cognitiva.

- ☐ Evitar tareas difíciles cuando la persona está cansada. Ojo, puede resultar fácil comprender geometría para un niño en el espectro autista y muy complicado jugar con otros niños.
- ☐ Eliminar demandas innecesarias, como permitir realizar los exámenes con el ordenador si le cuesta mucho escribir a mano.
- ☐ Equilibrar la agenda de trabajo, incorporar actividades de bajo estrés o placenteras entre actividades que incluyen esfuerzo y exigencias.
- ☐ Vincular la información nueva con el conocimiento previo (no dar por hecho que sabe de que hablamos).
- ☐ Establecer niveles de dificultad apropiados y simplificar las demandas.
- ☐ Tener en cuenta que tienden a monoprocesar la información, dificultades para procesarla por varios canales como mirar y escuchar a la vez.



5. Organizar y estructurar el espacio y el tiempo.

«La ansiedad en el Autismo. Comprenderla y tratarla» 2015, Isabel Paula. Alianza editorial 85

6. Respetar el pensamiento visual, después de valorar si esto es así para el niño o adulto.

«Lo escucharé cuando pueda verlo» Roger, estudio de caso en *Counselling people on the autism spectrum*, Estay y Paxton, 2007.

7. Compensar los problemas de generalización de los aprendizajes.

- ☐ Enseñarles de forma individualizada, en diferentes contextos, con distintos agentes sociales, con variedad de materiales...de manera que sean tan flexibles como sea posible.

«La ansiedad en el Autismo. Comprenderla y tratarla» 2015, Isabel Paula. Alianza editorial

86

Entorno amigable y comprensible



Carmen Márquez

CIAS AUTISMO SEVILLA

☐ Habilidades de autoregulación

Carmen Márquez

88

El **Bienestar emocional** es un concepto amplio, que tiene que ver con la experiencia subjetiva de sentirse bien, en armonía y con tranquilidad. Todos aspiramos a **sentirnos a gusto con nosotros mismos y con el mundo que nos rodea**, buscamos ese sentimiento de equilibrio y de felicidad.

Vemos el mundo a través de un filtro formado por **nuestros sentidos e interpretaciones**. El estrés facilita nuestra adaptación al medio que nos rodea, aunque mal controlado, puede ocasionarnos problemas. Es necesario aprender a **conocer nuestras emociones** y pequeñas claves para manejar mejor el estrés de nuestra vida diaria.

El **estrés y la ansiedad alteran el estado de ánimo**, produce inquietud interior, cansancio psicológico y tristeza.

Las personas que gozan de bienestar emocional son capaces de manejar sus emociones y, por el contrario, no se dejan arrastrar por estas reacciones afectivas casi instantáneas ante un estímulo. La buena salud emocional de una persona se pone de manifiesto por la capacidad para **no dejarse atrapar por los pensamientos negativos ni dejarse dominar por las preocupaciones**.

Carmen Márquez

89

REGULACIÓN EMOCIONAL

Algunas personas tienen un “riesgo elevado” de experimentar estados de irregularidad emocional debidos a:

- Dificultades de comunicación social
- Diferencias de procesamiento sensorial
- Dificultades de comprensión social
- Estrategias reguladoras limitadas o ineficaces

(Prizant, Wetherby, Rubin, Lauren & Rydell, 2006)

Carmen Márquez

90

Importancia de la regulación emocional

- Un estado de desregulación emocional está en el origen de muchas conductas disruptivas
- La investigación apunta a que la regulación emocional es un indicador de buen pronóstico
- La regulación emocional favorece la disposición para aprender y para implicarse socialmente
- El concepto de "desregulación emocional" permite desculpabilizar a la persona ("lo hace apostá")

Carmen Márquez

91

La regulación emocional es un proceso social



Aprendemos a comprender emociones complejas en el contexto de la interacción social.

Un prerequisite para una regulación emocional efectiva es disponer de una buena conciencia emocional (proceso que sirve para manejar y diferenciar emociones).

Las dificultades para identificar adecuadamente sus propios sentimientos, la pobre comunicación verbal de su estrés emocional a otras personas (alexitimia) y la dificultad para ver a los demás como fuente de ayuda, genera preferencia por estar solos y evitar las relaciones.

Carmen Márquez

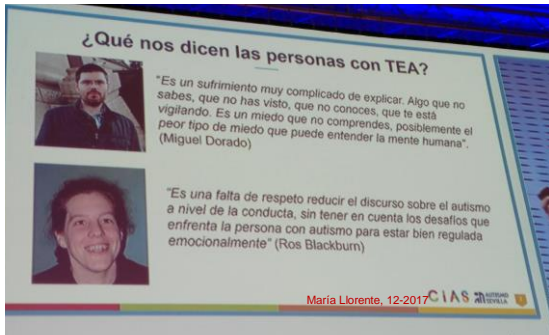
92



"Mi emoción principal es, y siempre ha sido, el miedo"
Temple Grandin, 2006

Carmen Márquez

93



REGULACIÓN EMOCIONAL

Es disposición para el aprendizaje y la comunicación



Establecimiento de relaciones positivas

Carmen Márquez

95

Regulación externa

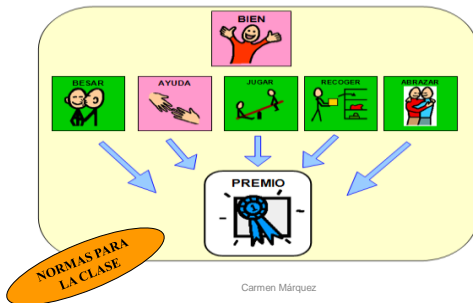


Autorregulación

El objetivo es que la persona identifique su propio estado emocional, los primeros signos de ansiedad, para utilizar alguna de las estrategias de regulación aprendidas. La intervención se centra en actuar en los primeros niveles para prevenir los niveles altos de estrés.

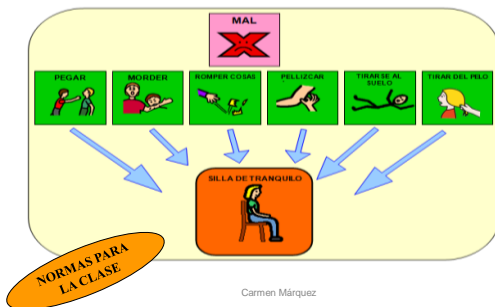
Carmen Márquez





Carmen Márquez

97




Carmen Márquez

98

A presentation slide titled "GUÍA EMOCIONAL..." (Emotional Guide...). It features a green sad face on the left and a yellow happy face on the right. In the center, text explains: "En cada **situación** que yo vivo me siento de una manera." and "Una **emoción** es lo que siento cuando me sucede algo." with a small blue face icon. The slide is displayed in a browser window with a toolbar at the top.

99

Reconocer las emociones propias y asociarlas a diferentes situaciones.



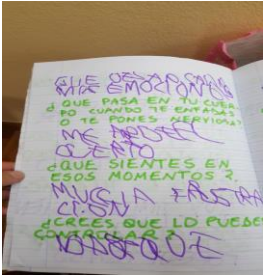
Imágenes Anabel Comago

100

Asociar las emociones a respuestas fisiológicas

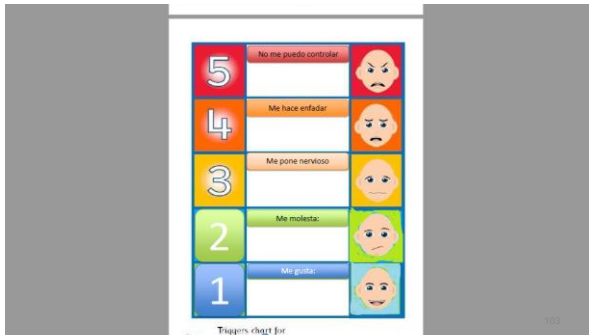
Situación	¿Qué noto?	¿Cómo me siento?	¿Cuánto siento del 1 al 10??
No sé hacer lo que me piden	Me duele el estomago	Estoy nervioso	7
Me dejan sin recreo	Calor en la cara	Estoy enfadado	10
No me dejan jugar	Ganas de llorar	Estoy triste	6
Vamos al parque	Ganas de correr, hablo mucho	Estoy contento	8

101



«Me arde el cuerpo»
Carmen Márquez

102



	¿Qué siento?	¿Qué puedo hacer?	¿Qué pueden hacer otras personas?
5	Exploto		
4	Estoy enfadada		
3	Estoy nerviosa		
2	Estoy inquieta		
1	Estoy bien		

104

¿CÓMO GESTIONAR LAS EMOCIONES??

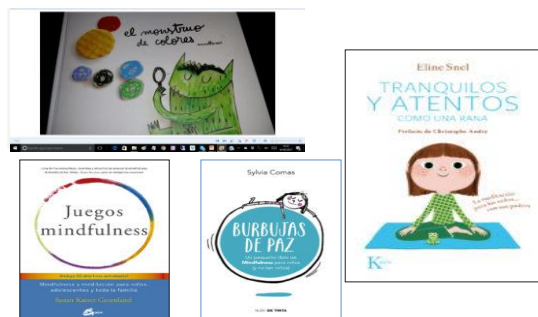
- 1º) Alternativas que ayuden a bajar el nivel emocional:
- sensoriales (pack sensorial)
 - habilidades previamente adquiridas (estrategias de relajación: respiración, visualizaciones relajantes, pensamientos positivos, etc)
 - modelos verbales

- 2º) «Ver» las consecuencias de las alternativas elegidas

Carmen Márquez

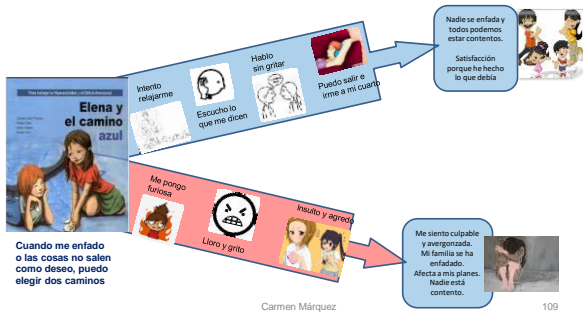
105





Enseñar técnicas de relajación en situaciones libres de estrés y, a poder ser, en entornos naturales.



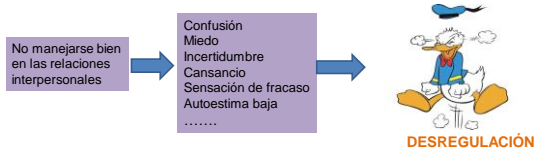


☐ Habilidades de comprensión y uso social del lenguaje

Carmen Márquez

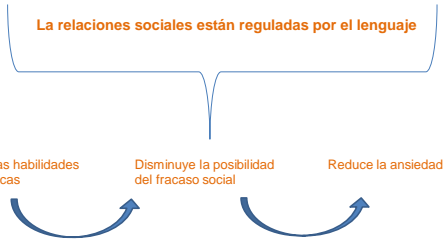
110

Existen distintos factores que provocan ansiedad (falta de regulación emocional) a las personas y uno de los más significativos es la **“exigencia social”** (demandas interpersonales).



Carmen Márquez

111



Maria Llorente. «Auto-regulación emocional y uso del lenguaje de relación interpersonal». Junio 2016 112

Comprensión literal del lenguaje

¡¡¡OJO!!! CON LAS PALABRAS ASOCIADAS A SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

IMPORTANTE: estar enfadado o triste **NO** es malo

¿Estás triste? ¡NOO!!!

Los comportamientos asociados si que pueden ser inadecuados o disruptivos, pero no las personas.

Carmen Márquez 113

¡¡¡OJO!!!

CON LA ASOCIACION DE ESTOS COMPORTAMIENTOS A LA AMISTAD O EL AFECTO

No te quiero cuando te portas así No te quiero

Carmen Márquez 114

□ Flexibilidad cognitiva

Carmen Márquez

115

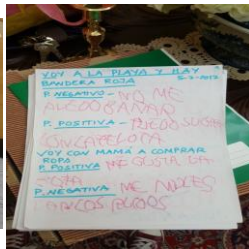
Cómo entrenar al cerebro para fijarse en cosas positivas



Carmen Márquez

116

Reconvertir pensamientos negativos en positivos



Carmen Márquez

117



Estrategias de solución de conflictos.
Pasos:
- Mostrar visualmente posibles soluciones
- Descomponer cada solución en sus pasos



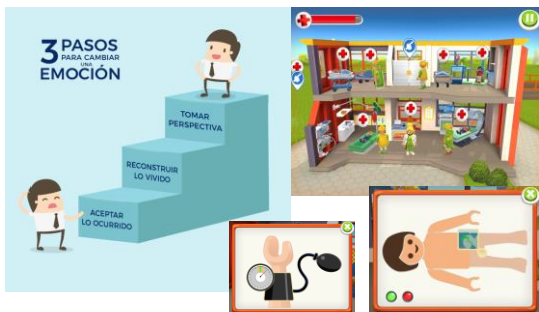
Carmen Márquez

118



Carmen Márquez

119



120



LA PREVENCIÓN ES FUNDAMENTAL PERO A VECES NO ES SUFICIENTE

Carmen Márquez

122

Ana

Ana, de vez en cuando, se autolesiona
mordiéndose la mano

Cuando lo hace, sus monitores se han puesto
de acuerdo en que lo mejor es dejarla sola
durante un período de tiempo, hasta que
cede en su conducta

¿Creen que esto es correcto?

Carmen Márquez

123

!!!NO SABEMOS!!

- No sabemos **por qué** se muerde la mano.
- Si lo hace por llamar la atención, la respuesta de los monitores puede que surta efecto ya que cuando se autolesiona no se le está prestando atención .
- Pero si lo hace para evitar alguna demanda o porque se encuentra muy estresada en ese entorno o a esa hora, dejarla sola puede que sea un refuerzo muy potente o que se incremente su nerviosismo, y que aumente la conducta autolesiva.

Carmen Márquez

124

Evaluación Funcional

- Para poder ayudar de manera efectiva a alguien con conductas problemáticas, necesitamos entender lo que hacen y por qué lo hacen.
- Si no es así, puede que intervengamos en las conductas equivocadas o que la intervención sea equivocada – haciendo que la conducta empeore.

Carmen Márquez

125

CSI



Conductas Sin Identificar

Carmen Márquez

126



¿Cómo hacerlo?

Carmen Márquez

127



Necesitamos

- Descripciones claras de cómo es la conducta, la frecuencia, duración, intensidad, en qué días de la semana, horas del día...
- Conocer las situaciones, lugares, periodos de tiempo, personas, etc. que hacen que la CP tenga **más o menos posibilidades** de que aparezca
- Conocer los reforzadores que mantienen la conducta

Carmen Márquez

128

No SIEMPRE es fácil

- Algunas conductas tienen un origen interno - algunas formas de conductas autolesivas
- Algunos estados internos e.j. ansiedad actúan como desencadenantes lentos
- Los contextos ambientales pueden ser difícilmente predecibles
- Puede ser complejo- algunas conductas puede que tengan más de una función

Carmen Márquez

129

¿ Por qué Apoyo Conductual Positivo?

La Investigación ha demostrado que las intervenciones conductuales aversivas & no-aversivas son igualmente efectivas en Conductas Problema

Guess et al. (1987), Carr et al (1999), Marquis, et al (2000), McClean, et al (2005)
Grey, & McClean, (2007) McClean, et al. (2007) Horner, et al (2009) Bradshaw, et al (2009)

**¡Es una decisión ética!
Y con Validez social**



Carmen Márquez

Edwin Jones Ba (Hons), PHD

Validez Social

Una intervención debe:

- **Tratar un problema que es significativo socialmente**
- **Demostrar beneficios claros para la persona a la que concierne y para las otras personas clave e.j. cuidadores, familia (efectividad)**
- **Demostrar que se está haciendo de una forma que es aceptable para el usuario y para las otras personas involucradas y que es la opción menos intrusiva posible disponible**

Edwin Jones Ba (Hons), PHD

Carmen Márquez

131

The 'in their shoes' test "Ponerse en los zapatos del otro"

Una manera de ver si una intervención es aceptable es aplicar el test de "ponerse en los zapatos del otro"



La pregunta es muy simple- ¿te gustaría que te lo hiciesen a ti?

Si la respuesta es "no", entonces la intervención no pasa el test de validez social.

Carmen Márquez

Edwin Jones Ba (Hons), PHD

132

El test del “Supermercado”

- Un segundo test es el test del Supermercado.
- Históricamente, muchas intervenciones conductuales intrusivas, aversivas se hacían en Instituciones o entornos clínicos cerrados.
- Nuestro objetivo actual es proveer apoyo para las personas en entornos naturales y comunitarios
- El test del Supermercado plantea si una intervención determinada se podría llevar a cabo en público.



Carmen Márquez

Edwin Jones Ba (Hons), PhD

PREVENCIÓN SECUNDARIA: ANÁLISIS FUNCIONAL

Carmen Márquez

PRINCIPIOS DE INTERVENCIÓN EFECTIVA DEL APC

- Intervenir sobre el entorno no sobre el individuo
- Definir claramente la conducta problema
- Consenso a la hora de abordar la conducta problemática
- Trabajo en equipo (profesionales, familias, entorno social...)

Carmen Márquez

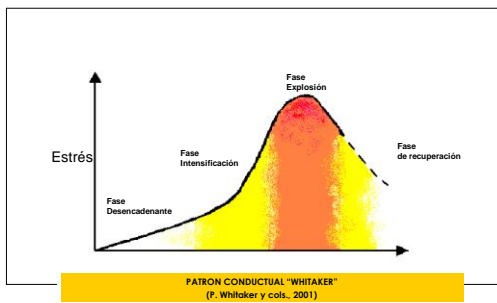
... lo fundamental es crear equipo



"El profesional es
experto en Autismo
pero la familia es la
experta en la persona"

David Preece, Profesor de la Universidad de Northampton (Reino Unido),
miembro de la sociedad Internacional para la Investigación del Autismo y
experto en el método TEACCH

Carmen Márquez



Carmen Márquez

AFECTA LA REGULACIÓN



Bo Hejlskov. Congreso de Conducta. 2017. Manresa



CICLO CONDUCTUAL			
FASES	ÍNDICE DE CONDUCTA		FEEDBACK
DESCRIBICIÓN	Lenguaje corporal		
	Verbalizaciones		
INTERPRETACIÓN	Lenguaje corporal		
	Verbalizaciones		
EVALUACIÓN	Lenguaje corporal		
	Verbalizaciones		
RECUPERACIÓN	Lenguaje corporal		
	Verbalizaciones		

Carmen Márquez

4 Funciones clave de las CP

Detrás de la mayoría de las CP, suele haber **4 necesidades** de la persona que no sabe cómo manifestar o demandar.

Evitación de situaciones aversivas/demandas

Incrementar contacto social

Ajustar los niveles de estimulación sensorial

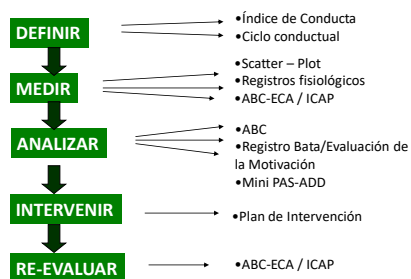
Aumentar el acceso a los objetos y actividades preferidas

Carmen Márquez

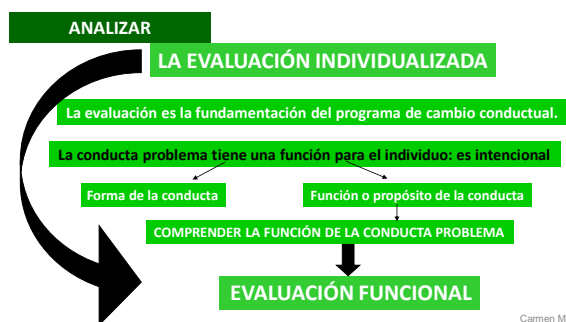
¿Qué debe pasar para resolver el problema?

- Averiguar la causa que mantiene la conducta problemática
- Alterar lo que está causando la conducta
- Cambiar la respuesta del adulto ante el problema de conducta
- Sustituir la conducta problemática por otra conducta más aceptable

Carmen Márquez



Carmen Márquez



Carmen Márquez

Aspectos que protegen al niño o niña y ayudan a la comunidad educativa

- RELACIONES POSITIVAS EN EL PATIO, EN EL RECREO.
- APOYOS DE LOS COMPAÑEROS (CIRCULO DE AMIGOS).
- APOYO DEL COLEGIO (MENTOR O PERSONA DE REFERENCIA).
- COMPARTIR INFORMACIÓN CON TODO EL PROFESORADO Y PERSONAL DE APOYO (CUIDADORES, CONSERJES, COCINERAS...).



Cada persona tiene **estilos personales** cognitivos, de aprendizaje, de interacción y percepción, y debemos **respetarlos**.

Carmen Márquez

145

Reivindicar el valor social de la diversidad



Carmen Márquez

NO A LA NORMALIZACIÓN SI A LA DIVERSIDAD

Carmen Márquez

147

«No queremos que nos dejen estar, queremos participar y que nos respeten como somos» Adolescente con autismo

«Porque nunca soy capaz de rendir en un sistema inflexible que no está pensado para mí, y que se sirve de capacidades que yo no tengo. No soy un inútil. Me hacen inútil. Es tratar de inútil a un pez porque no puede subir a un árbol.» Mariano Grueiro (www.hipersintiendo.com)



IN - clu - YO

«La inclusión está en uno mismo»



¡¡ENCENDAMOS LA LUZ!!

¡MUCHAS GRACIAS!



Carmen Márquez López
carmenmarkez@autismobata.com

Carmen Márquez

150