

GESTIÓN DEL COMPORTAMIENTO EN EL AULA DE EDUCACIÓN INFANTIL



Universidad de Valladolid

TRABAJO FIN DE GRADO

- CURSO 2016/2017 -

Alumna: Irene Pardina López

Tutor: Miguel Ángel Cerezo Manrique

RESUMEN

Hoy en día los comportamientos disruptivos suceden con más frecuencia dentro de las aulas, por ello en este Trabajo de Fin de Grado se pretende abordar las diferentes técnicas de modificación de conducta para conseguir extinguirlos, en la medida de lo posible.

La conducta, entendida como una manera con la cual los hombres se comportan, puede modificarse a través de diferentes técnicas dependiendo del objetivo a seguir (aumento, disminución o extinción).

El tema ha sido comprobado a través de una propuesta de intervención didáctica en el colegio Marqués del Arco, situado en la provincia de Segovia en el municipio de San Cristóbal de Segovia. Los resultados de esta nos han llevado a poder afirmar que realizándolas de manera constante siempre se pueden alcanzar los objetivos propuestos.

PALABRAS CLAVE

Conducta disruptiva, técnicas, modificación, estrategias, relajación.

ABSTRACT

Nowadays disruptive behavior happen more frequently in the school, this is the reason why The Finally Project's goal is discussing different behavior modification programs to get to extinguish them as far as posible.

The behavior, like the way that humans act, could to adapt through different strategies depending on the goal that is wanted (increase, discrease and extincion).

The topic was verificated through the intervention didactics proposal in the school Marqués del Arco, located in San Cristóbal de Segovia, Segovia. The results confirm that if it is constant the proposal goals could be achieved.

KEY WORDS

Disruptive behavoir, techniques, modification, strategies, relaxation.

ÍNDICE

_Toc485147421

1. INTRODUCCIÓN	5
2. OBJETIVOS	5
3. JUSTIFICACIÓN	6
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES	8
4.1 ¿QUÉ ES UN COMPORTAMIENTO O UNA CONDUCTA?	8
4.2 ¿QUÉ ES LA MODIFICACIÓN DE CONDUCTA?	10
4.2.1 ¿Cómo se puede modificar el comportamiento o una conducta?	12
Tabla 1: condicionamiento clásico	12
4.2.2 Técnicas de modificación de conducta	13
4.3 PROBLEMAS DE COMPORTAMIENTO EN EL ÁMBITO ESCOLAR.....	15
4.3.1 ¿Cuándo y por qué se interviene en el comportamiento de un niño?.....	16
4.4 LA RELAJACIÓN EN EL AULA.....	16
Figura 1: Fuentes principales de relajación.	17
5. METODOLOGÍA	18
5.1 LA ECONOMÍA DE FICHAS	18
5.2 LA TÉCNICA DE LA TORTUGA.....	21
5.3 TÉCNICA DE RELAJACIÓN KOEPPEN	23
6. EXPOSICIÓN DE RESULTADOS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	26
6.1 EXPOSICIÓN DE RESULTADOS DE LA ECONOMÍA DE FICHAS	26
6.2 EXPOSICIÓN DE RESULTADOS DE LA TÉCNICA DE RELAJACIÓN: KOEPPEN	29
6.3 ANÁLISIS DEL ALCANCE DEL TRABAJO: LAS OPORTUNIDADES O LIMITACIONES.....	31
7. CONCLUSIONES	32
8. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS	33
9. ANEXOS	35
ANEXO 1: REGISTRO OBSERVACIONAL	35
ANEXO 2: TABLA DE CONDUCTAS	37
ANEXO 3: EVALUACIÓN FINAL DE LA ECONOMIA DE FICHAS.....	41
ANEXO 4: CUENTO E IMÁGENES DE LA TÉCNICA DE LA TORTUGA.....	42

ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS

Tabla 1: condicionamiento clásico	12
Figura 1: Fuentes principales de relajación.....	17

1. INTRODUCCIÓN

Este trabajo se centra en el diseño de una propuesta de Intervención Educativa en un aula de Educación Infantil con el fin de conseguir una mejora en el comportamiento del alumnado a través de las diferentes técnicas de modificación de conducta.

Nos vamos a centrar en la eliminación de las conductas negativas o conductas disruptivas y reforzamiento de las conductas buenas, para así poder conseguir que dentro del aula haya un clima adecuado.

La propuesta se va a llevar a cabo en un CEIP público de un pueblo de Segovia, San Cristóbal de Segovia, en el aula de 4 años del Educación Infantil. Son un total de 16 niños (10 niños y 6 niñas), con los que ya estuve en el Practicum I durante 10 semanas. Durante este tiempo pude observar el comportamiento de los niños que tenían como grupo – clase y de forma individual, y me di cuenta que había algún niño que mostraba un comportamiento que podría ser necesario aplicar técnicas de modificación de conducta. Por ello decidí centrar mi trabajo en la gestión del comportamiento.

2. OBJETIVOS

El objetivo que se pretende conseguir con este Trabajo de fin de Grado es llegar a conocer en profundidad qué es la modificación de conducta, qué técnicas utiliza y su aplicabilidad para afrontar las numerosas, y diversas, variaciones de comportamiento que puede llegar a encontrar un maestro en su aula. Para ello nos vamos a centrar en una serie de objetivos específicos que se señalan a continuación:

- Conocer qué es la modificación de conducta y su importancia y aplicabilidad en el aula de Educación Infantil.
- Ser conscientes de las diferentes técnicas que existen de modificación de conducta y saber aplicarlas teniendo en cuenta las conductas que realice el niño.
- Obtener una mejora en las conductas disruptivas en determinados alumnos.
- Saber acerca de la relajación en el aula y ponerlo en práctica

3. JUSTIFICACIÓN

El tema de “Gestión del comportamiento en un aula de Educación Infantil” me ha parecido interesante y sobre todo muy importante, durante los años de la carrera me he dado cuenta a través de diferentes asignaturas como por ejemplo, Psicología del Aprendizaje en contextos Educativos y Orientación y Tutoría con el alumnado y las familias, la necesidad que tenemos los maestros de adquirir información y competencia sobre estos temas y cómo poder llevarlos a la práctica durante nuestros años de docencia.

La elección del tema del TFG, fue una cosa que tenía clara desde que comencé las prácticas en un aula de Educación Infantil, me di cuenta cómo era necesario tener una base de este tema para poder ponerlo en práctica en el aula, con el fin de poder extinguir las conductas disruptivas que aparecieran tanto dentro de aula como fuera del aula. Otra de las razones fue que pudiera realizar una propuesta de intervención educativa con el fin de llevarla al aula donde realicé los Practicum I y II.

Hoy en día, los comportamientos problemáticos han aumentando comparándolos con los de un tiempo atrás, esto puede ser debido al cambio que la sociedad ha experimentando en pocos años por diversas causas. Por ello pienso que es muy importante trabajar dentro de aula con las diferentes estrategias para así poder cambiar o mejorar dicho comportamiento. Un aspecto importante que debemos de tener en cuenta es que la conducta no es algo sencillo de cambiar, es decir, se necesita una buena fundamentación sobre lo que se quiere y cómo se quiere modificar.

Con el fin de establecer una relación entre el trabajo realizado con las competencias de Educación Infantil, las cuales aparecen en la Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, se va a realizar a continuación una lista con todas ellas que poseen una relación:

En cuanto a las competencias generales de la titulación se destacan las siguientes:

1. Adquirir conocimiento y comprensión para la aplicación práctica de:
 - a) Características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo.
 - b) Objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación, y de un modo particular los que conforman el curriculum de Educación Infantil.
 - c) Principios y procedimientos empleados en la práctica educativa.

2. Desarrollar habilidades que formen al estudiante para:

- a) Ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones que justifican la toma de decisiones en contextos educativos
 - b) Ser capaz de integrar la información y los conocimientos necesarios para resolver problemas educativos, principalmente mediante procedimientos colaborativos.
3. Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa.
4. Desarrollar habilidades que formen al estudiante para:
- a) La capacidad para iniciarse en actividades de investigación.
 - b) El fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.
5. Desarrollar la capacidad de analizar críticamente y reflexionar sobre la necesidad de eliminar toda forma de discriminación, directa o indirecta, en particular la discriminación contra la mujer, la derivada de la orientación sexual o la causada por una discapacidad.

En relación con las competencias específicas del título, se enumeran a continuación las que tienen relación con la propuesta de Intervención Educativa que presentamos:

En relación al Módulo “De Formación Básica”:

- Comprender los procesos educativos y de aprendizaje en el periodo de 0-6, en el contexto familiar, social y escolar.
- Identificar dificultades de aprendizaje, disfunciones cognitivas y las relacionadas con la atención.
- Adquirir recursos para favorecer la integración educativa de estudiantes con dificultades.
- Conocer los principios básicos de un desarrollo y comportamiento saludable.

En relación al Módulo “Didáctico y Disciplinar” no hay ningún contenido que tenga una vinculación directa con el Proyecto.

En relación al Módulo “Música, expresión plástica y corporal”:

- Saber utilizar el juego como recurso didáctico, así como diseñar actividades de aprendizaje basadas en principios lúdicos.

En relación al Módulo “Practicum”:

- Adquirir un conocimiento práctico del aula y de la gestión de la misma.
- Conocer y aplicar los procesos de interacción y comunicación en el aula, así como dominar las destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar un clima que facilite el aprendizaje y la convivencia.
- Controlar y hacer un seguimiento del proceso educativo y, en particular, de enseñanzas y aprendizaje mediante el dominio de técnicas y estrategias necesarias.
- Relacionar teoría y práctica con la realidad del aula y del centro.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES

4.1 ¿QUÉ ES UN COMPORTAMIENTO O UNA CONDUCTA?

La Real Academia Española (RAE) define el término conducta como una manera con que los hombres se comportan en su vida y acciones, al mismo tiempo define el comportamiento como la manera de comportarse.

El concepto de conducta o comportamiento puede tener diferentes definiciones teniendo en cuenta la situación, el contexto histórico y el autor, por ello vamos a mencionar distintos autores con sus definiciones correspondientes.

Porcel (2010) define el término del siguiente modo:

Una conducta puede ser cualquier cosa que un sujeto pueda hacer o decir. En concreto se puede definir como cualquier actividad que pueda observarse y medirse objetivamente. Existen diferentes tipos de conducta: conducta de adaptación; conducta anormal; conducta establecida por el sexo; conducta estereotipada; conducta psicopática; conducta reflejada. A la hora de superar los problemas conductuales para conseguir conductas más deseables, hay que tener en cuenta una serie de procedimientos específicos denominados modificación de conducta (pp. 1-2).

Martin y Pear (2008). En su libro, *Modificación de conducta qué es y cómo aplicarla*, podemos encontrar una definición de conducta al igual que son los resultados de conducta: La conducta es algo que una persona hace o dice. Teniendo en cuenta que esta puede ser una actividad muscular, glandular o eléctrica de un organismo, se pueden dividir en manifiestas (visibles) que pueden ser observadas y recordadas por otras personas asimismo de quien la ejecuta; y en

procesos encubiertos (privados, internos), que no pueden observarse de forma directa. Estos procesos internos no son los llevado a cabo en la intimidad, sino que hace referencia a las actividades “bajo la piel”, un ejemplo sería una patinadora antes de salir a la pista de hielo podría pensar “espero no caerme” a la vez que probablemente se sienta nerviosa.

Por otro lado Moreno (2005) en su libro *Los problemas de comportamiento en el contexto escolar* afirma que se entiende por comportamiento:

El conjunto de conductas – y las características de esas conductas - con las que un individuo o un grupo determinados establecen relaciones consigo mismos, con su entorno o contextos físicos y con su entorno humano, más o menos inmediatos. En la actualidad, por su amplitud y adaptabilidad, este término tiende a ser más empleado que el de “conducta”, que parece haber perdido la primacía que mantuvo especialmente durante la década de los sesenta (...). Por su parte, la conducta es la expresión del modo en que su protagonista se gobierna o conduce así mismo (del latín ducere), como respuesta a una motivación que pone en juego componentes psicológicos, motrices y fisiológicos. (p.7).

Moreno (2005) afirma que en la “personalidad problemática” habría que tener en cuenta los posibles límites entre lo “no problemático” y lo “problemático”, esto conlleva el afrontar los parámetros de la “normalidad” y la “ausencia de normalidad”. La personalidad no problemática, “correcta”, se podría definir como lo cotidiano, es decir, aquella que se expresa mediante una conducta comprensible, consciente y controlada.

Debemos distinguir, pues, entre los problemas cotidianos y normales y los problemas más serios que tienen un carácter más frecuente o incluso permanente; y esto no resulta sencillo: “no existe una clara distinción entre las características de un niño problema y las de los otros”, y “no hay síntomas absolutos de desajustes” (Moreno, 2005, p. 8).

Un aspecto que se debe de tener en cuenta es que un niño calificado con “problema” no lo es en su totalidad, habría que hablar de un niño con una serie de dificultades que lo hacen estar en condiciones de inferioridad con respecto al resto. La “normalidad” y la “anormalidad” se conciben como extremos, en el que la normalidad se convierte en anormalidad y viceversa. Por lo que es posible distinguir a partir de la intensidad o de la frecuencia con que aparezcan comportamientos problemáticos (Moreno, 2005).

“Al igual que no hay ruptura entre los que se considera “problemático” y “no problemático”, y esto puede animar a la posibilidad de variar la ubicación de una conducta o del comportamiento global del individuo en esa línea continuada” (Moreno, 2005, p. 9).

Charlot (1992) y Gimeno (2000), citados por Moreno (2005) destacan en sus estudios lo siguiente:

Una conducta problemática sería la “excesiva”, es decir, aquella cuya intensidad o repetición de hechos es muy apreciable (en los niños, por ejemplo, gritar o pegar, pero también un excesivo quietismo o rasgos intensamente adinámicos); la que es apropiada o normal en sí misma pero que se desarrolla en contextos limitados o inapropiados, por lo que no se atiene a la concepción del comportamiento como ajuste del individuo a su entorno (...). O la conducta que está ausente o representada de un modo pobre (en calidad o cantidad) en el comportamiento general del niño (p. 9).

Según Moreno (2005): “los trastornos de comportamiento son alteraciones o perturbaciones del mismo con respecto a la norma” (p. 10).

La normalidad se puede definir como una situación en la que hay un estilo y una serie de elementos que ayudan a alcanzar un determinado nivel de calidad. Así pues, podemos deducir que no solo es esencial la dimensión individual sino que también influyen los componentes socioambientales y el significado del carácter preventivo de actuación (Moreno, 2005).

Moreno (2005) habla de unos criterios de tipo muy variados para poder desarrollar esta nueva concepción: criterios estadísticos, los cuales permiten integrar la conducta humana dentro de la cuantificación representada por los límites de la curva gaussiana; criterios culturales y sociales, lo normal es lo que se ajusta específicamente a las normas sociales; y por último los criterios utópicos, lo normal tiene en cuenta la valoración de los aspectos fenoménicos en la estructura personal infantil.

4.2 ¿QUÉ ES LA MODIFICACIÓN DE CONDUCTA?

Labrador (s.f) en su escrito *Modificación de conducta* la define como aquella orientación teórica y metodológica, dirigida a la intervención que, basándose en los conocimientos de la psicología experimental, considera que las conductas normales y anormales están regidas por los mismos principios, que trata de desarrollar estos principios y aplicarlos a explicar conductas específicas, y que utiliza procedimientos y técnicas que somete a evaluación objetiva y verificación empírica, para disminuir o eliminar conductas desadaptadas e instaurar o incrementar conductas adaptadas.

Martin y Pear (2008) en su libro *Modificación de conducta: qué es y cómo aplicarla* nos hablan de las características que hay que tener en cuenta ante una modificación de conducta, las cuales son:

- Hay que definir los problemas en términos de comportamiento.
- Los procedimientos y técnicas consisten en mecanismos para alterar el entorno del individuo.
- Los métodos y fundamentos de la modificación de conducta pueden ser descritos con precisión, permitiendo que personas interesadas sobre el tema puedan obtener información.

Todo ello obliga a aplicar de manera sistemática los principios y las técnicas de aprendizaje para evaluar y mejorar los comportamientos y manifiestos de las personas, de esta manera facilitamos un funcionamiento favorable. Un aspecto que debemos de tener en cuenta es la evaluación, esta implica la recogida y el análisis de datos e informes para así poder identificar y describir los objetivos; identificar las posibles causas de dicha conducta; guiar la selección de un tratamiento adecuado; y por último evaluar el resultado de la intervención (Martin y Pear, 2008).

Debemos de tener en cuenta que es probable que nos encontremos con una serie de mitos sobre la modificación de conducta, por ello es importante conocer algunos de ellos (Martin y Pear, 2008, p. 9):

- Mito 1: El uso de recompensas por parte de los modificadores de conducta para alterar el comportamiento constituye un chantaje.
- Mito 2: La modificación de conducta implica el uso de drogas, cirugía y terapia electroconvulsiva.
- Mito 3: La modificación de conducta sólo cambia síntomas, no trata los problemas subyacentes.
- Mito 4: La modificación de conducta se dirige al tratamiento de problemas simples.
- Mito 5: Los modificadores de conducta son fríos, insensibles y no desarrollan empatía con sus clientes.
- Mito 6: Los modificadores de conducta sólo tratan conducta observable; no tratan los pensamientos y sentimientos de los clientes.
- Mito 7: La modificación de conducta está obsoleta.

4.2.1 ¿Cómo se puede modificar el comportamiento o una conducta?

Teniendo en cuenta la situación histórica en la que se han desarrollado podemos hablar de diferentes corrientes psicológicas o tipos de aprendizaje.

Kazdin (1975) en su libro, *Modificación de la conducta y sus aplicaciones prácticas*, considera que hay tres tipos de aprendizaje importantes para el desarrollo y la alteración de la conducta: condicionamiento clásico o respondiente, condicionamiento operante y aprendizaje observacional.

- El condicionamiento clásico de Paulov se interesa por los estímulos que evocan respuesta automáticamente. Un estímulo incondicionado junto con un estímulo condicionante provocan una respuesta reflejada la cual recibe el nombre de respuesta incondicionada. Esto conlleva que, después de un tiempo, en el momento que se dé el estímulo condicionante automáticamente se va a dar una respuesta condicionada.

Tabla 1: condicionamiento clásico

Estimulo incondicionado (comida)	Respuesta Incondicionada (salivar)
Estimulo neutro(sonido) + Estimulo incondicionado(comida)	Respuesta incondicionada (salivar)
Estimulo condicionado (sonido)	Respuesta condicionada (salivar)

- Condicionamiento operante de Skinner. Una gran parte de la conducta humana no es voluntaria ni provocada por estímulos de reacciones reflejas, más bien son emitidas espontáneamente y controladas por sus consecuencias. La mayoría de las conductas que se ejecutan en la vida cotidiana son operantes.
- Aprendizaje por observación de Bandura y Walters. Se basa en que el aprendizaje se realiza por observación, un individuo observa la conducta de un modelo pero no efectúa ninguna respuesta abierta ni tampoco recibe él mismo las consecuencias directas. Al observar un modelo se puede aprender una respuesta sin necesidad de llevarla a cabo.

Este tipo de aprendizaje puede enseñar nuevas respuestas, al igual que alterar la frecuencia de respuestas previamente aprendidas.

4.2.2 Técnicas de modificación de conducta

Antes de comenzar a enumerar y explicar las diferentes técnicas de modificación de conducta debemos tener en cuenta una serie de principios:

- El objetivo de la modificación de conducta es instaurar, mantener, cambiar o suprimir dicha conducta.
- Si se ha producido un mal aprendizaje, el tratamiento consistirá en reaprender bien lo que ha aprendido mal.
- Los procedimientos de modificación de conducta se han mostrado como estrategias muy útiles, pues son fáciles de aplicar, rápidos, de bajo costo y adaptables a múltiples contextos.
- Son utilizados con más frecuencia a la hora de eliminar comportamientos inadecuados tanto en casa como en la escuela.
- Se ha de intentar abordar las conductas de una en una, comenzando por la que más tenga probabilidades de corregirse con éxito.
- Hay que asegurar, al menos al principio, unos primeros éxitos.

Muchos autores, entre ellos Jurado (2009), clasifican las diferentes técnicas de modificación de conducta del siguiente modo:

1. Técnicas para incrementar comportamientos adecuados.

- a. Reforzamiento positivo:** consiste en reforzar la conducta que deseamos con el fin de que esta vuelva a repetirse. En el contexto educativo debe ser constante reconocer de forma explícita cualquier esfuerzo y avance del alumno.
- b. Reforzamiento negativo:** eliminación de un estímulo aversivo tras la emisión de la conducta deseada (se mantiene la estimulación aversiva hasta que el sujeto emite una conducta que el pone fin).

2. Técnicas para eliminar o disminuir comportamientos inadecuados.

- a. Extinción:** es la técnica más simple, consiste en dejar de recompensar conductas con el objetivo de que disminuyan o desaparezcan. Hay que tener en cuenta que se debe de mantener la retirada del reforzador un tiempo suficiente para conseguir que disminuya la conducta.

b. Reforzamiento diferencial: consiste en fortalecer las conductas adecuadas mediante el reforzamiento, y a su vez reducir las inadecuadas a través de la extinción. Existen tres tipos de reforzamiento diferencial:

i. Reforzamiento diferencial de tasas bajas (RTB): se utiliza para conductas que deseamos debilitar pero no eliminar.

ii. Reforzamiento diferencial de otras conductas (RDO): consiste en reforzar cualquier conducta, excepto aquella que queremos disminuir o eliminar. Es importante tener en cuenta que esta técnica no sirve para eliminar comportamientos disruptivos.

iii. Reforzamiento diferencial de respuestas alternativas (RDA) o incompatibles (RDI): consiste en reforzar comportamientos que son alternativos o incompatibles con el comportamiento inadecuado, es decir, reforzar conductas incompatibles a la no deseada.

c. Castigo negativo: consiste en retirar reforzadores positivos (agradables) cada vez que se emita el comportamiento inadecuado. A su vez se divide en dos tipos de técnicas:

i. Costo respuesta: consiste en quitar un privilegio o retirar algo agradable en el momento que se produce la conducta inadecuada.

ii. Tiempo fuera: consiste en retirar el acceso a los reforzadores de manera inmediata a la emisión de la conducta inadecuada durante un periodo determinado de tiempo.

d. Castigo positivo

i. Sobrecorrección: consiste en un castigo benigno con el fin de reducir al mínimo las reacciones negativas de castigo.

ii. Saciedad y práctica negativa: consiste en la realización reiterada y sin descanso del comportamiento inadecuado hasta que el alumno se encuentre saturado.

iii. Presentación de estimulación aversiva: consiste en la presentación de un estímulo desagradable para el sujeto después de un comportamiento inadecuado, con el fin de que dicho comportamiento se reduzca o desaparezca.

3. Técnicas para disminuir o incrementar comportamientos.

a. Economía de fichas: se basa en el principio de recompensas secundarias. Es un sistema de refuerzo utilizando fichas o tarjetas que se entregan por emitir una

conducta favorable y por lo contrario, se retiran cuando la conducta es inadecuada. Esta técnica tiene un doble objetivo, por un lado incrementar las conductas adecuadas, y por otro lado, la disminución de conductas inadecuadas.

- b. Contrato de contingencias:** es un acuerdo por escrito entre dos o más partes en el cual se especifican los derechos y deberes de cada una de las partes. Es importante negociar el contenido de las partes.

4.3 PROBLEMAS DE COMPORTAMIENTO EN EL ÁMBITO ESCOLAR

Los cambios producidos en la sociedad han traído consigo que las familias hayan delegado en las instituciones escolares algunas funciones que en tiempos anteriores eran de su legado.

El contexto escolar está claramente diferenciado y tiene implícito una serie de características que vamos a tener en cuenta a la hora de los llamados problemas de comportamiento. Estos son las actitudes y hechos contrarios a las normas de convivencia, que impiden en menor o mayor grado la existencia del orden y el clima adecuados para que en el centro escolar se pueda laborar por el alcance de los objetivos que le incumben (Moreno, 2005).

Vallés (1997), citado por Moreno (2005), señala que: “los comportamientos conflictivos por parte de los alumnos están mermando la calidad de la enseñanza y la capacidad educativa de los profesores” (p. 16).

Es difícil llegar a establecer tipos de comportamientos considerados problemáticos en el ámbito escolar, pues dependiendo del centro se consideran unas u otras. Vallés (1997) citado por Moreno (2005) establece unas categorías de hechos problemáticos:

- Conductas normalmente inadecuadas.
- Conductas que reflejan dificultades personales de integración social y de relación con los demás.
- Agresividad, está muy claro qué tipo de conductas hay que incluir en este grupo (p.23).

Otro modo de clasificación de estos problemas es teniendo en cuenta los déficits o excesos de conducta. Moreno (2005) dice que podemos hablar, en primer lugar, de conductas que son expresión de carencias y que se manifiestan apartándose del grupo y, con ello, de las actividades. Provocando de esta manera la falta de sociabilidad, la pasividad y el aislamiento. Y

en segundo lugar, los comportamientos excesivos que se tratan de conductas activas que rebasan los límites del respeto y la convivencia, y los alteran cuantitativa o cualitativamente.

4.3.1 ¿Cuándo y por qué se interviene en el comportamiento de un niño?

Cidad (1991) en su libro *Modificación de conducta en el aula e integración escolar* hace la siguiente pregunta: ¿Qué razones empujan a un profesor en un momento determinado a tomar la decisión de actuar sobre el comportamiento de un alumno con fines de modificación?

Es probable que existan muchas razones que le lleven al profesor a tomar dicha decisión, por ello es necesario algunas consideraciones o criterios que la justifiquen (Cidad, 1991):

- Cuando el comportamiento es perjudicial para la integridad física del niño: todas las formas de autoagresión o autodestrucción que lleguen a producir un daño físico que se pueda observar.
- Cuando el comportamiento es perjudicial para su adaptación social: estaríamos hablando de las formas de autoestimulación como son los manierismos motores, hiperactividad, baja autoestima, etc.
- Cuando el comportamiento interfiere con su progreso académico: deambular por la clase, charlas continuas, ignorar al profesor, etc. estas son algunas de las actividad que son incompatibles con el aprendizaje.
- Cuando el comportamiento interfiere en el bienestar o la libertad de otros: estamos hablando de rabietas, gritos, empujones, etc.
- Cuando el comportamiento contribuye a dañar a las personas o pertenencias de los demás o de la comunidad escolar: agresiones, hurtos, destrozo de las instalaciones o materiales, etc.
- Cuando el comportamiento afecta a la eficacia profesional del docente o es un grave riesgo para su estabilidad personal: no se debe permitir que el comportamiento afecte a las actividades educativas, pues muchos profesores emplean mucho tiempo en tareas disciplinarias.

4.4 LA RELAJACIÓN EN EL AULA

Antes de comenzar a hablar sobre los beneficios o inconvenientes de utilizar la relajación dentro del aula debemos de saber el significado de este concepto. “La relajación es el medio por el cual podemos llegar a experimentar la libertad de vivir en el estado de conciencia que deseamos” (Escalera, 2009, p.1).

Hoy en día nos encontramos con un elevado déficit de atención por parte de los alumnos ocasionado por una contaminación visual y acústica como nos menciona López en su libro *Relajación en el aula*. (López, 2011, p.27).

Esta situación ha desencadenado que se ponga en práctica la relajación en las aulas. Para ello, antes debemos de saber qué es la relajación escolar. López (2011) la define como “la relajación escolar es el conjunto de intervenciones que se realizan en la escuela en cualquier etapa educativa desde cualquier área o ámbito curricular pero teniendo en cuenta objetivos educativos y no estrictamente terapéuticos” (p. 87).

Hoy en día existe una diversidad de modelos de relajación como por ejemplo: el método de Schultz o métodos basados en la relajación muscular progresiva de Jacobson. (López, 2011).

A continuación se muestran las cuatro fuentes principales de relajación que han llegado al entorno escolar:

Figura 1: Fuentes principales de relajación.



Sacado de: Figura 3. López, L. (2011, p.89).

5. METODOLOGÍA

La puesta en práctica del proyecto se ha llevado a cabo en el colegio Marqués del Arco de San Cristóbal de Segovia, en el segundo nivel de Educación Infantil (4 y 5 años), compuesto por 10 niños y 6 niñas. Ha sido realizada durante el periodo del Practicum II (desde el 20 de febrero hasta el 19 de mayo de 2017). Para llevarla a cabo se ha utilizado una metodología cualitativa pues considero que es la más adecuada para este tipo de proyectos, con el fin de disminuir o eliminar conductas disruptivas de un alumno (centrándome en él durante la intervención).

Después de observar las conductas disruptivas que se daban dentro del aula, he realizado varias intervenciones con técnicas de modificación de conducta con el objetivo de modificar dicho comportamiento. Para ello he utilizado la economía de fichas, llevada a cabo durante cinco semanas. Además he realizado dos sesiones de relajación en el aula puesto que, como he explicado en la fundamentación teórica, ayuda a los alumnos a su concentración.

Por último he diseñado una propuesta sobre la técnica de la tortuga la cual no ha sido posible desarrollar por el límite de tiempo del que he dispuesto en las prácticas. Aun así a continuación se detalla en qué consiste y cómo se llevaría a la práctica en un aula de Educación Infantil.

5.1 LA ECONOMÍA DE FICHAS

La economía de fichas es una técnica específica para disminuir conductas problemáticas en la que intervienen el reforzamiento positivo y el castigo negativo. Para llevar a cabo esta estrategia se realiza una tabla donde aparecen las conductas que se desean establecer, utilizando un sistema de refuerzo, en este caso pegatinas o tarjetas, cada vez que se comporte de una forma adecuada, que previamente ha sido establecida por el profesor y el alumno. Por el contrario, si se realiza algún comportamiento no deseable, se retirarán dichos puntos. Las conductas se deben ir instaurando paulatinamente, empezando a modificar una sola conducta y llegando a modificar el número de conductas que se desee.

Cidad (1991) en su libro *Modificación de conducta en el aula e integración social* dice que cualquier reforzador se debe administrar seguidamente de realizar la conducta adecuada. La ventaja que tiene es que no hay que parar la actividad que se esté realizando, para que el sujeto pueda disfrutar del reforzador.

A continuación, según Ciudad (1991) se muestran los componentes que debe de tener una economía de fichas según la clasificación que realiza:

- a) Acuerdo y explicación de los objetivos comportamentales: los comportamientos se deben de explicar con claridad y los sujetos deben de participar activamente para conseguir que se cumplan dichas condiciones.
- b) Especificación del número de fichas que se pueden obtener o perder por los comportamientos: la cantidad de fichas se debe de calcular con el fin de que garantice la productividad comportamental.
- c) Especificación del menú de reforzadores intercambiables por las fichas: es preciso que exista una variedad de reforzadores.
- d) Apareamiento de la entrega de fichas con el reforzamiento social y retroalimentación: cuando entregamos el reforzador no se hace de forma neutra, sino que alabamos lo bien que lo ha hecho, ya sea de forma verbal, con un gesto de acaricia, etc.
- e) Selección de un sistema de registro para evaluar el rendimiento y llevar la contabilidad de las fichas: el registro que se seleccione debe de ser completo, pues como sabemos la economía de fichas exige el empleo de un sistema suficiente de control.
- f) Selección de la ficha a utilizar: es importante adecuar las fichas a la edad de los niños.
- g) Modalidad de entrega, almacenamiento e intercambio por los reforzadores de apoyo: es conveniente tener planificado como se van a entregar las fichas al alumno.
- h) Aprendizaje del procedimiento y motivación al logro: antes de comenzar se debe de enseñar a los alumnos la técnica y realizar unos días de prueba, así se podrán resolver posibles dudas sobre ello.
- i) Mantenimiento de las conductas y desvanecimiento de la economía de fichas: a medida que pase el tiempo se incorporarán estrategias de mantenimiento y la economía de fichas irá desapareciendo.

Mi intervención:

Esta técnica ha sido realizada en una clase del segundo nivel de Educación Infantil donde el objetivo era mejorar una serie de conductas que había observado durante unas semanas, en un niño de 4 años, con el fin de conseguir extinguirlas. Utilicé un registro observacional (Ver anexo 1) en el cual anoté las conductas que alteraban el funcionamiento de la clase.

Pasadas dos semanas de observación, comprobé que en determinadas horas del día el niño mostraba con regularidad dichas conductas; por ello decidí realizar una tabla en la que aparecían todas las rutinas (seis momentos) que se llevaban a cabo a lo largo del día (Ver anexo 2), para así poder ver en qué momentos se producían esas conductas disruptivas.

Las conductas que propuse para mejorar fueron las siguientes:

1. Respetar a los compañeros: no pegar.
2. No tener que salir fuera del aula.
3. No hacer ruidos.
4. Escuchar.

Estas se fueron añadiendo paulatinamente teniendo en cuenta cómo había transcurrido la semana. Si en la semana se había obtenido lo acordado se añadiría a la semana siguiente otra conducta, en caso de no resultar así seguiríamos con la misma hasta conseguir extinguirla.

En los primeros días de la puesta en práctica de la técnica, se le explicó al niño en qué iba a consistir este “juego”. En ese momento se acordó que cuando realizara la conducta de forma correcta se pondría un sello azul, por lo contrario el sello sería rojo. Al igual que para conseguir el premio debería de tener mínimo veinte sellos azules. Conjuntamente al final del día se realizaba un recuento de los sellos que llevaba, con el fin de motivarle para conseguir el premio al final de la semana.

La metodología que se llevó a cabo a la hora de poner en práctica esta técnica fue la siguiente:

- La tabla de la economía de fichas estaba colocada en la pizarra de la clase, un lugar visible para el niño. De este modo el niño era quien podía participar a la hora de poner los sellos. Las tablas eran del tamaño de un folio A3, cada conducta iba acompañada de una imagen para que al niño le resultara más atractivo y pudiera entender de qué conducta se trataba, debido a que todavía no sabía leer.
- En el momento de cambiar de rutina se ponían los sellos, para que el niño tuviera presente si se había realizado correctamente o no dicha conducta. Se podía ganar un máximo de seis sellos, al día, ya fueran azules o rojos.
- La gestión de sellos no entorpecía el desarrollo general de la clase. Llegado el momento de poner los sellos, el niño acudía a la pizarra y cogía el sello que le correspondía. Este momento siempre iba asociado de un reforzador social, es decir, un comentario positivo hacia él, en el caso de que no hubiera cumplido dicha conducta se le hacía reflexionar sobre qué había pasado y por qué.
- Al final del día se realizaba un recuento de los sellos que había conseguido. El viernes, media hora antes de tener que irse a casa, se realizaba un recuento general para ver si había llegado a lo acordado y por tanto recibir el premio el cual se había acordado previamente con el niño. Dicho premio se encontraba junto con las tablas de conducta para que el niño lo pudiera ver a lo largo de la semana.

- A lo largo de la intervención se iba realizando un diario, en el que anoté los avances y dificultades que existieron durante las semanas. Este servía para ir observando si los objetivos se iban cumpliendo para llegar a lo que se había propuesto. En el apartado 6.1 aparece detallado el análisis de los resultados.
- Por último, se diseñó una evaluación final con una serie de ítems (Ver anexo 3). Esta evaluación se rellenó con ayuda de la maestra del aula.

5.2 LA TÉCNICA DE LA TORTUGA

La Técnica de la Tortuga fue creada por Schneider y Robin en el año 1990, el objetivo de dicha técnica es el “auto-control” del niño. Esta técnica es desarrollada en el POINT OF WOODS SCHOOL y se cree que el autocontrol es preferente al control externo por diferentes razones que nos explican los autores Schneider y Robin a continuación:

- Es más fácil de enseñar y administrar
- Tiene más efectos a largo plazo
- Es una habilidad que se precisa para vivir en la sociedad
- El niño está aprendiendo a coger responsabilidades por sí mismo y a ser independiente
- Se le enseña a expresar y ejecutar sus necesidades de una forma correcta.

Esta técnica se lleva a cabo mediante el recurso didáctico de un cuento (Ver anexo 4). Es apropiada para llevarla a la práctica con niños de Educación Infantil y ESO, y aunque la imagen es recomendable utilizarla para el desarrollo de la técnica no es importante en sí misma, sino lo es el procedimiento.

Consta de cuatro etapas:

- Primera etapa: el niño debe reconocer sus emociones
- Segunda etapa: pensar y “parar”
- Tercera etapa: meterse dentro de su caparazón y respirar tres veces para calmarse
- Cuarta etapa: salir del caparazón y pensar en una solución.

A continuación se explica con más detalle el procedimiento y los pasos a seguir para llevar a cabo la técnica de la tortuga:

- Concretar con claridad la conducta o las conductas que se quieran modificar.
- Realizar un registro observacional de la conducta o las conductas que se quieren modificar, apuntando cuántas veces aparece y en qué momento.

- Enseñar la técnica a través de un cuento sobre una tortuga: durante la primera semana se le cuenta al niño y se le enseña a realizar la “tortuga”.
- La maestra en esta primera semana deberá realizar demostraciones sobre en qué momentos se debe de utilizar adecuadamente la tortuga, al igual que realizar actividades donde los niños sean quienes propagan situaciones similares para que pongan en práctica la tortuga. Además se realizarán juegos como darse la vuelta y al volverse hacia la clase decir la palabra “tortuga”, con el objetivo que toda la clase lo haga y así se vayan acostumbrando a la ejecución de la misma.
- Recompensas: a los niños que realicen de forma correcta la tortuga recibirán pequeñas recompensa materiales, elogios, felicitaciones, etc. por parte de los compañeros y la maestra.
- El objetivo de la segunda semana de la puesta en práctica es solidificar las estrategias aprendidas en la primera semana. Se comienza a distinguir las situaciones dónde el uso de la tortuga es adecuado y dónde no lo es, mediante ejemplos que proporciona la maestra.
- Fase de relajación: cuando han pasado estas dos semanas y los pasos han salido correctamente, se seguirá con la historia de la tortuga. Esto conlleva a enseñar a los niños a relajarse mientras se encuentran dentro del “caparazón”. Este entrenamiento de relajación dura aproximadamente entre una o dos semanas.
- Generalización: el objetivo de esta fase es que el niño ponga en práctica la técnica en el momento adecuado. El refuerzo material va a ir desapareciendo poco a poco, por lo contrario el refuerzo social se sigue manteniendo.
- Solución de problemas: la maestra debe enseñar a los niños a buscar soluciones al problema que se le ha planteado, ya que por ello se ha convertido en tortuga. Debe de buscar alternativas para salir del caparazón habiendo solucionado el conflicto. Una forma de entrenar a los niños en esta etapa es mediante el juego de role-playing, la maestra propone historias donde haya un dilema que resolver y ellos deberán debatir y buscar posibles soluciones entre todos obteniendo la más válida.
- Mantenimiento: para que esta técnica se mantenga se recomienda que se siga empleando el registro de comportamientos. Al igual que la maestra deberá seguir utilizando refuerzos elogiadores hacia los niños que continúen realizando la técnica correctamente. Y por último, realizar una o dos sesiones semanales de prácticas en grupo.

5.3 TÉCNICA DE RELAJACIÓN KOEPPEN

La técnica de relajación Koeppen se basa en ejercicios muy completos. Su objetivo es perseguir la relajación para conseguir que los niños sean capaces de reconocer su propio cuerpo y las distintas emociones. Mediante esta técnica logramos que los niños sean capaces de reconocer la tensión o ansiedad cuando se enfadan o se ponen violentos, y aprendan a cómo responder ante ella.

Antes de comenzar la relajación debemos de tener en cuenta:

- Las técnicas de relajación implican práctica y una vigilancia durante todo el proceso, hasta que el niño lo realice por si solo.
- La actividad esta planteada como un juego.
- Se pretende conseguir que los niños relacionen tensión con incomodidad y relajación con comodidad. Para ello se precisa que estén en un lugar cómodo (como la alfombra) y con ropa adecuada.
- Se debe evitar el aburrimiento o el cansancio.
- Este tipo de relajación se puede llevar a cabo con niños que ya sean capaces de comprender y ejecutar las órdenes hasta los once años aproximadamente.
- Es recomendable poner de fondo una melodía que al niño le resulte agradable.

Según Koeppen, citado por López (2011) el tiempo dedicado a la sesión de relajación en clase no ha de exceder de los 10 o 15 minutos y resulta importante sistematizar la práctica (p. 93).

Si que debemos aclarar que la relajación no ha de ser algo puntual, es decir, si queremos conseguir resultados positivos, esta debe de llevarse a cabo de forma continuada.

Siguiendo el pensamiento de Koeppen antes de comenzar con la relajación en el aula es importante que los niños conozcan los beneficios de estos ejercicios. La explicación se realiza a través de emociones y estados de ánimo como por ejemplo: cuando estás nervioso, cuando te enfadas, cuando no puedes dormir, etc. notas como tus músculos se ponen más duros y esto hace que estés incomodo. Si consigues aprender a relajarte, cuando estés enfadado podrás controlarlo y te sentirás mejor. Una vez que el niño lo haya comprendido podremos comenzar con el ejercicio.

Reiterando a Koeppen se detallan cómo se deben realizar los ejercicios y qué partes del cuerpo se trabajan:

- a) **El juego del limón: manos y brazos.** Imagínate que tienes un limón en la mano izquierda, tu objetivo es poner la atención suficiente para lograr exprimirle todo el jugo.

Para ello debes concentrarte en tu mano y brazo para lograr sacarle todo el zumo posible al limón. Ahora debes de dejar caer el limón y notar cómo tus músculos se relajan. Este proceso se repite tres veces con cada mano, haciendo que el niño vaya apretando cada vez más fuerte.

- b) **El gato perezoso: brazos y hombros.** Tenemos que imaginarnos que somos gatos y que queremos estirarnos. El niño debe estirar los brazos como si quisiera tocar lo que tiene enfrente de él, seguidamente levantarlos por encima de su cabeza y con mucha fuerza intentar llevarlos hacia atrás; por último dejarlos caer hacia los lados para que descansen. El ejercicio se repite cinco veces.
- c) **La tortuga que se esconde: hombros y cuello.** Nos hemos convertido en tortugas. Comienzas a contar una historia de una tortuga que está sentada encima de una roca al sol, muy tranquila, pero de pronto tienes miedo y te quieres esconder. Los niños tienen que levantar sus hombros hacia sus orejas, como si se las quisieran tocar. Y de pronto se pasa el peligro y puedes salir de tu caparazón para seguir relajada tomando el sol, notando como tus hombros y cuello están relajados. El ejercicio se repite tres veces.
Se puede ver cierta similitud con la técnica de la tortuga mencionada anteriormente, pues en ambas el niño debe de posicionarse como si fuera una tortuga, por lo que se trata de movimientos muy similares, aunque el objetivo de cada una sea diferente. En la técnica de la tortuga se está trabajando el auto - control y en esta última se está trabajando la relajación de alumno.
- d) **Jugando con un chicle: mandíbula.** Tenemos un chicle enorme dentro de nuestra boca y queremos masticarlo. El niño debe mover la mandíbula haciendo que los músculos de su cuello se muevan. Ahora tiene que relajarse, el chicle ha desaparecido. Relaja tu mandíbula, siente cómo se relaja al igual que tu cuello. El ejercicio se repite tres veces con diferentes chicles.
- e) **La mosca pesada: cara, nariz y frente.** Estás sentando, entretenido, y de repente una mosca ha venido a molestarte. Se ha posado en tu nariz y debes de espantarla sin embargo no puedes usar las manos. Para ello debes de arrugar la nariz, todo lo que puedas para conseguir espantarla. Y por fin se ha ido la mosca, ahora puedes relajar toda la cara y notar como tu cara se ha quedado tranquila. Repetimos el proceso tres veces.
- f) **Jugamos con nuestro estómago.** Cambiamos de posición, nos encontramos tumbados boca arriba sobre la hierba. Tenemos una posición relajada y cómoda, pero de repente oyes como se van acercando unos elefantes hacia a ti. Están muy cerca de ti y apenas tienes tiempo para huir. ¡Debes protegerte, corre! Ahora pon muy duro el estómago, como si de una piedra se tratase; así cuando el elefante se ponga encima de ti estés protegido. Cuando el elefante se haya ido podrás descansar y relajarte, dejando tu

estómago blandito. Lo más blandito y relajado que puedas. Esto mismo se puede realizar haciendo que el niño meta la tripa (poniéndola tensa) y sacando tripa (relajándose). Podemos repetir cada ejercicio tres veces.

- g) Caminamos por el barrio: pies y piernas.** Nos hemos ido del bosque y ahora estamos en la jungla. Es una jungla peligrosa y debemos ser buenos exploradores para poder salir de ella. Vamos caminando cuando, de repente, sin darnos cuenta nos hemos encontrado un barrizal ¿nos metemos? Para ello debes empujar tus piernas con mucha fuerza, sintiendo el barrizal como se mete entre tus pies. Ahora sal fuera, deja de hacer fuerza. Suelta tus piernas y pies. Nota cómo éstos están relajados. El ejercicio se repite dos veces.

Mi intervención:

Las sesiones han sido programadas y realizadas para el segundo curso de Educación Infantil, formado por 6 niñas y 10 niños entre 4 y 5 años. La temporalización prevista era de dos semanas, con un total de 10 sesiones con una duración máxima de 15 minutos cada una de ellas. Pero debido al escaso tiempo con el que contaba tan solo he podido realizar cuatro dejando a la maestra el resto de sesiones programadas para que ella las pudiera realizar y así poder llegar a ver resultados positivos.

El objetivo que se persigue con estas sesiones es que el niño identifique los diferentes momentos de tensión y relajación que se producen en su cuerpo y que los llegue a controlar.

El primer día de la puesta en práctica de la técnica de relajación, se les explicó a los niños en que iba a consistir este “juego” que haríamos todos los días a la hora de entrar a clase después del recreo. Una vez entendido por todos los niños se estableció entre todos la siguiente norma: durante el momento de relajación deberían estar atentos, escuchar la música relajante y las indicaciones que daba la maestra en prácticas.

La metodología es dirigida con tareas cerradas, pues el niño tiene que ir ejecutando las ordenes que les manda la maestra, en este caso son movimientos que deben hacer e imaginarse situaciones que se les proponen. Un aspecto a tener en cuenta, es que cada niño tiene un ritmo de evolución diferentes. Esto va a influir a la hora del desarrollo de las sesiones, ya que algunos niños irán más rápido al realizarlo y otros por lo contrario, les costará un poco más.

Las sesiones, como hemos dicho anteriormente se basarán en el juego, donde el niño va a aprender jugando. Considero que esta es la mejor forma para que los niños aprendan y por ello es cómo lo voy a llevar a la práctica.

Las sesiones que se van a llevar a cabo son las mencionadas anteriormente, de todas ellas he seleccionado cuatro que son las siguientes:

- El juego del limón: manos y brazos.
- La tortuga que se esconde: hombros y cuello.
- Jugando con un chicle: mandíbula.
- Jugamos con nuestro cuerpo.

6. EXPOSICIÓN DE RESULTADOS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

A continuación voy a analizar detalladamente por un lado la evolución y resultados que ha dado la economía de fichas y por otro los resultados obtenidos de las diferentes actividades de La técnica de relajación de Koeppen.

6.1 EXPOSICIÓN DE RESULTADOS DE LA ECONOMÍA DE FICHAS

Antes de comenzar con los resultados de dicha técnica me gustaría destacar que cuando a la tutora le propuse dicha intervención de modificación de conducta utilizando la economía de fichas la pareció buena idea, pues no la había puesto en práctica en esta clase. Las tablas de modificación de conducta solo iban dirigidas hacia un alumno, pero todos los compañeros intervinieron de tal forma que los que estaban sentados en su equipo siempre le recordaban que si se “portaba mal” tendría un sello rojo. Destacar, como principal resultado, que no se ha podido apreciar un gran cambio de actitud por parte del niño; al principio el niño estaba muy motivado pero en el momento que se fueron añadiendo más conductas dejó de mostrar interés. Aunque sí que se notaba cierto interés a la hora de recibir el premio al final de la semana.

A continuación voy a hablar sobre las cuatro conductas que se propusieron para modificar y la evolución del niño durante las cinco semanas de intervención:

La primera semana (del 20 al 24 de marzo) la conducta número 1 a mejorar: respetar a los compañeros: no pegar. Era la más importante y la primera que había que conseguir extinguir, ya que el niño debía de respetar a sus compañeros como ellos lo hacían con él. En determinados momentos del día el niño se enfadaba y lo pagaba con el resto de compañeros, pude apreciar que estos momentos se producían cuando salían del aula, a realizar otra actividad o simplemente a la clase de psicomotricidad.

La evolución ha ido mejorando desde que se propuso el “juego” de los sellos, esto hizo que el niño estuviera entusiasmado con la recompensa que recibiría y provocó que controlara sus impulsos.

En el momento que no cumplía dicha conducta, pegaba a un compañero, se ponía el sello rojo inmediatamente para que observara que lo había hecho mal y que esto tendría consecuencias. Por lo contrario cuando cumplía la conducta en el momento de cambio de actividad se ponía el sello azul.

La segunda semana (del 27 al 31 marzo) se añadió otra conducta nueva debido a que la anterior había tenido resultados favorables. Esta era no tener que salir fuera del aula, se centraba sobre todo en el trabajo individual pero también se tenía presente a lo largo de toda la mañana. Era necesario que el niño aprendiera a trabajar dentro del aula, como el resto de sus compañeros. Numerosas veces el niño no quería trabajar y se podía pasar toda la hora del trabajo individual sin hacer nada, y esto no podía seguir así. La mayoría de las veces lo único que funcionaba era salirse del aula para realizar las actividades.

Con la economía de fichas esta segunda semana se consiguió notar un gran cambio hacia las dos conductas establecidas, pues el niño había comprendido lo que debía cumplir. En el momento que había realizado favorablemente la conducta y se había ganado el sello azul él mismo decía lo bien que lo estaba haciendo, estos comentarios te hacían ver que se estaba esforzando por conseguir extinguir estas conductas.

En el momento de ir añadiendo conductas nuevas había que hacerle ver que no solo estábamos trabajando con una, sino que a medida que pasaran las semanas se iban a ir añadiendo más.

La tercera semana (del 3 al 5 de abril) fue un poco “extraña”, era la semana antes de las vacaciones de semana santa y solo tenían tres días de clase en los cuales las horas de después del recreo se juntarían todos los alumnos del colegio para realizar juegos tradicionales. La siguiente conducta a modificar fue escuchar, en la asamblea, momento de explicación de actividades, cuento, etc. El niño mostraba un desinterés por lo que le estaban contando.

La evolución de esta semana fue negativa, las tres conductas a mejorar fueron empeorando. Tras comparar los resultados con las semanas anteriores pude notar como el salir fuera del aula a realizar los juegos le afectó considerablemente repercutiendo en todos sus comportamientos. El niño no mostraba interés por lo que se estaba haciendo, no atendía a las explicaciones de ninguna maestra, en definitiva en esta no se estaban obteniendo los resultados que se esperaban.

Debido a los resultados alcanzados en la semana anterior y que había estado 10 días de vacaciones, la cuarta semana (17 al 21 de abril) decidí no añadir ninguna conducta nueva y reforzar las tres anteriores con el fin de obtener resultados positivos. Gracias a los pictogramas el niño podía ver con claridad las conductas que se querían modificar y esto facilitó que antes de poner los sellos miraba todas las tablas para ver las conductas.

A lo largo de la semana la conducta número 1 fue mejorando salvo en determinados momentos que no lo cumplió; un cambio radical se produjo en la conducta número 2, excepto en una ocasión el niño permaneció dentro del aula como el resto de los compañeros durante los diferentes momentos del día; por último la conducta número 3 se fue modificando poco a poco (era la que más le costaba) consiguiendo que esta fuera extinguiéndose. Antes de poner el sello azul en esta conducta se le preguntaba al niño qué se había hablado durante la asamblea, el cuento, las actividades, etc. para poder comprobar si era cierto que había estado atento, pues aunque estuviera callado y mirando no quería decir que estuviera prestando atención. Después de que la semana estaba yendo favorablemente, cuando recibió la recompensa (una pulsera que debía colorear) se la tuve que quitar en el momento en el que ya estaban en la fila para irse a casa porque pegó a un niño con su mochila.

Un dato que me llamó considerablemente la atención es que durante estas semanas había interiorizado perfectamente que el sello rojo estaba mal y por lo contrario el azul bien, y en el momento de tener que poner los sellos rojos él se mostraba enfadado y no quería hacerlo. Para ello había que obligarle y al ponérselo, él mismo, decía que no quería mirar porque sabía que estaba mal.

La quinta semana (del 25 al 28 de abril) debido a los resultados de la semana anterior se añadió la conducta número 4: no hago ruidos. En los momentos que no estaba concentrado, que quería llamar la atención, etc. hacía ruidos provocando un alboroto dentro del aula y esto repercutía en el resto de niños, pues la mayoría de estos se distraían.

La evolución de esta semana fue peor que la anterior, la conducta número 1 la respetaba, en cambio las conductas número 2, 3 y 4 no. En numerosas ocasiones tuvo que salir del aula debido a que su comportamiento no mejoraba, normalmente las tres últimas conductas coincidían, en el momento que la dos no la cumplía, la tres y la cuatro tampoco.

También quiero destacar que a lo largo de las cinco semanas de la puesta en práctica de la economía de fichas, solo tres de ellas obtuvo el premio y en la última se le tuvo que quitar por no respetar a un compañero a la hora de irse a casa.

Para finalizar decir que mi objetivo en un principio era mejorar cuatro conductas en cuatro semanas, pero esto no pudo ser así ya que el niño no siempre cumplió lo acordado y consideré que era mejor añadir más semanas y que las conductas fueran extinguiéndose. Con ello me di cuenta que a medida que iba añadiendo más conductas a modificar resultaba más complejo para él, por ello es mejor emplear más tiempo en cada una de ellas.

Otro aspecto importante que he apreciado durante estas semanas es que para una modificación de conducta en el aula es necesario la intervención de los padres desde sus casas, es decir, si en su casa no tiene una serie de normas que cumplir es difícil que el niño dentro del aula consiga extinguirlas, que no mejorarlas, pues como hemos visto según han ido pasando las semanas han ido mejorando paulatinamente.

6.2 EXPOSICIÓN DE RESULTADOS DE LA TÉCNICA DE RELAJACIÓN: KOEPPEN

Para poder comprobar si la técnica ha tenido beneficios positivos, lo primero que se va a hacer es ver si se ha cumplido el objetivo que se tenía previsto. Este era que los niños identificarán los diferentes momentos de tensión y relajación y que los llegarán a controlar. Pues bien, se podría decir que prácticamente todos los niños han realizado las sesiones sin problema.

A continuación se va a detallar cada sesión explicando cómo han transcurrido estas y cómo los niños han ido evolucionando:

La primera sesión: el juego del limón. Al principio, les costó el tumbarse en la alfombra y prestar atención pues siempre que llegan del patio están alterados, por ello decidí utilizar este tiempo para llevar a cabo la relajación. Mientras se les daba las instrucciones a los niños fui fijándome en todos ellos para poder comprobar si todos estaban prestando atención. Por lo general lo realizaron de forma correcta, entendiendo lo que se estaba haciendo en cada momento.

La segunda sesión: la tortuga se esconde. Esta se ha realizado sin ningún problema y con normalidad. Los niños se sentaron alrededor de la alfombra mientras se les contaba la historia de la tortuga, enseguida entendieron lo que tenían que hacer. Muchos de ellos recordaron lo realizado en la sesiones anterior e hicieron comentarios como por ejemplo - ¡Ah es como la relajación del otro día! Este comentario me hizo ver que muchos de ellos lo habían entendido y no se lo habían tomando como un mero juego.

La tercera sesión: jugando con un chicle. Los niños se tumbaron en la alfombra boca arriba con el fin de que estuvieran más relajados y pudieran concentrarse mejor. Cuando comencé a contarles lo que tenían que hacer empezaron a ponerse nerviosos y muchos de ellos no prestaron atención. Después de unos minutos conseguí que todos los niños intervinieran en el desarrollo de la sesión y esta salió como se esperaba, que todos los niños consiguieran relajarse.

La cuarta sesión: jugamos con nuestro estómago. Esta sesión tuvo una gran acogida por parte de todos los niños, en el momento que se empezó a contar la historia prestaron mucha atención. Cuando les dije que venían elefantes y qué es lo que tenían que hacer pude comprobar como todos lo hacían correctamente, incluso en sus caras se notaba como se ponían en tensión y seguidamente se relajaban.

Para concluir, como he dicho anteriormente, mi objetivo se ha cumplido. Los niños entendieron el fin de las diferentes sesiones y pude comprobar como después de realizarlas apenas durante 15 minutos al día se iban viendo los resultados. Me hubiera gustado poder seguir con las sesiones durante un largo periodo de tiempo para así poder comprobar con total seguridad que los resultado que se consiguen con esta técnica son positivos.

6.3 ANÁLISIS DEL ALCANCE DEL TRABAJO: LAS OPORTUNIDADES O LIMITACIONES

En el momento de realizar la intervención del Trabajo de Fin de Grado en el aula me encontré con muchas oportunidades. Una de las principales fue gracias a la maestra, desde el primer momento me abrió las puertas de su clase para poder realizar todo tipo de actividades que quisiera llevar a cabo en el aula. Mi relación con ella es buena y eso ha favorecido a que pudiera realizar la intervención sintiéndome cómoda. Aprendí una gran variedad de recursos didácticos y estrategias para poder poner en práctica con los niños. Antes de comenzar las prácticas hablé con ella sobre cual era mi idea y cómo la quería poner en práctica. Al igual que otra de las profesoras que acudían al aula que me asesoró de cómo podrían ser las tablas de modificación de conducta para que el niño las comprendiera.

Antes de empezar con la intervención le mostré cómo había diseñado la tabla, dividiéndola esta en seis momentos del día para poder analizar en qué momentos se producían esos comportamientos disruptivos. Cuando recibí su aprobación sobre la tabla y las conductas a modificar comencé con la intervención.

Por otro lado sí que me encontré con una limitación, y esta fue el tiempo. No contaba con mucho tiempo para poder realizar diversas actividades que había propuesto. Al igual que me hubiera gustado poner en práctica la economía de fichas para toda la clase, pero la maestra y yo decidimos centrarnos en concreto en un niño debido a que era él quien mostraba los comportamientos disruptivos. Aunque no pude ponerlo en práctica, diseñé junto a la maestra una tabla con todos los nombres de los niños de la clase que iba a poner en práctica durante lo que quedaba de curso escolar.

Al igual que me paso con la técnica de relajación Koeppen que me hubiera gustado poder llevarla a la práctica hasta el final. Pero debido al tiempo tan solo pude poder cuatro sesiones en práctica y el resto dejárselas preparadas a la maestra para poder ver los resultados finales que se obtenían con dicha técnica.

Por último, la técnica de la tortuga, no la pude llevar a la práctica, pues se necesitan varias semanas para que se pueda apreciar su utilidad y a mi me fue imposible compaginarla con las actividades que ya se tenían programadas en el aula. De tal forma que la he plasmado en mi trabajo como una propuesta de intervención con la intención de poder ponerla en práctica en un

futuro, pues me parece que dedicándola el tiempo que requiere puede tener resultados favorables.

7. CONCLUSIONES

Para finalizar este Trabajo de Fin de Grado, recordamos que el principal objetivo era obtener información acerca de la modificación de conducta y qué técnicas se pueden emplear dentro de un aula de Educación Infantil. Hemos podido comprobar que este se ha cumplido a través de las diferentes propuestas de intervención, al igual que se ha podido evidenciar que gracias a estas se pueden disminuir los comportamientos disruptivos que se dan dentro del aula.

Otro de los objetivos fue mejorar las conductas disruptivas que tenía un alumno, a través de la técnica de la economía de fichas. Respecto a esto, sí he podido apreciar un cambio en el niño en algunas de las conductas que se propusieron para mejorar, como por ejemplo el respetar a los compañeros: no pegar.

Por otro lado teniendo en cuenta el objetivo referido a ser conscientes de la existencia de diferentes técnicas y saber cómo aplicarlas, gracias a este trabajo he podido comprobar que no siempre se pueden utilizar las mismas técnicas para la modificación de comportamientos disruptivos, sino que se debe de realizar una observación previamente y después valorar cuál de ellas es la más adecuada.

Respecto al último objetivo del trabajo, que se refiere a conocer sobre los aspectos de la relajación y llevarla a la práctica en el aula. Después de haber leído acerca de ello, y de haberlo puesto en práctica, me he dado cuenta como la relajación puede ayudar al funcionamiento del aula en diversos momentos de la jornada escolar; pues ayuda a que los niños se calmen, se relajen, y a estas edades es igual de importante que numerosas cosas.

Para concluir me gustaría comentar que cuando comencé con ello me parecía complejo el poder modificar comportamientos disruptivos utilizando diferentes técnicas, pero meses después me he dado cuenta de que lo único que necesita un maestro es tener información sobre el tema y llevarlo a la práctica, no importa si la primera vez sale mal, hay que seguir intentándolo.

“Siempre parece imposible hasta que lo haces” Nelson Mandela.

8. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

- Anguita García, J. M. (2010). Modificación de conducta. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 35, 1-12. http://www.csic.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_35/JOSE_MANUEL_ANGUITA_1.pdf (Consulta: 5 Febrero de 2017).
- Asociación cántabra de Padres de Ayuda al Déficit de Atención y/o hiperactividad. (2010). *Cuento utilizado para la presentación de la técnica de la tortuga*. http://www.acanpadah.org/documents/escuela_padres/historia.de.Tortuguita.pdf (Consulta: 19 de febrero de 2017).
- Barros de Oliveira, V. (2001). *Evaluación psicopedagógica de 0 a 6 años. Observar, analizar e interpretar el comportamiento infantil*. Madrid: Narcea.
- Bonet Camañes, T., Guiserías Colas, M. (2009). Aplicación de la técnica de autocontrol la tortuga de m. Schneider y a. Robin, en un aula de E.G.B. <http://www.aprendiendocondah.com/> (Consultado: 10 de Marzo de 2017).
- Ciudad, E. (1993). *Modificación de conducta en el aula e integración escolar*. Madrid: Cuadernos de la Uned.
- Escalera, A.M. (2009). *La Relajación en Educación Infantil* [versión electrónica]. Revista digital y Experiencias Educativas. Innovación y experiencias educativas, (16): 1-
http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/37225816/larelajacionenlaeducacioninfantil-150125193924-conversion-gate02.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1497379305&Signature=PHQ9W%2FmleOm%2B%2FIM2AsD8KcU60Bg%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DLA_RELAJACION_EN_EDUCACION_INFANTIL.pdf.
- Fontana, D. (2000). *El control del comportamiento en el aula*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Jurado López, R. (2009). Técnicas para la instauración y/o disminución de conductas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 16, 1-10. http://www.csic.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_16/ROSA%20LUZ_JURADO_1.pdf (Consulta: 4 de febrero de 2017).
- Labrador (s.f). *Modificación de conducta*. Recuperado de:

<http://www.psicopedagogia.com/modificacion-de-conducta>.

López, L. (2011). *Relajación en el aula*. Madrid: Wolters Kluwer España, S.A.

Martin, G & Pear, J. (2008). *Modificación de conducta: qué es y cómo aplicarla*. Madrid: Pearson Educación.

Moreno, F. (2005). *Los problemas de comportamiento en el contexto escolar*. Barcelona: Universitat Autònoma de Barcelona.

Música relajante (s.f) *Relajación para niños: técnica koeppen*. Recuperado de: <http://www.musicareljante.es/videos/relajacion-para-ninos-tecnica-koeppen/>

ORDEN ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Infantil. En Boletín Oficial del Estado, núm. 312 de 209 de diciembre de 2007.

Porcel Carreño, A. M^a. (2010). Conductas disruptivas en el aula. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas 34, 1-10. http://www.csic.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_34/ANA MARIA PORCEL 1.pdf (Consulta: 20 de Marzo de 2017).

Real Academia Española de la lengua. Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=AChkdr3> (Consulta: 6 de Febrero de 2017).

9. ANEXOS

ANEXO 1: REGISTRO OBSERVACIONAL

Semana del 6 al 10

Día de la semana	Comportamiento
Lunes 6	A lo largo de la mañana he podido apreciar como el niño en el momento de la asamblea y el trabajo individual no ha prestado atención, se muestra distraído y alborota al resto de compañeros.
Martes 7	El niño ha estado atento en la asamblea y su comportamiento ha sido el adecuado, pero en el momento de ir a inglés y apoyo se ha alterado y su comportamiento ha empeorado.
Miércoles 8	La maestra le ha mandado a su sitio en el momento de la asamblea por molestar y pegar a la compañera que tenía a su lado. En el momento de reposo, después del patio no se ha comportado de forma adecuada y se ha tumbado en la alfombra sin obedecer las normas de la maestra.
Jueves 9	Ha acudido al aula la profesora de apoyo (AL) y el niño no ha querido trabajar y se le ha tenido que llevar a su aula. Al llegar al aula el niño se ha mostrado más tranquilo y con un comportamiento adecuado. Pero al finalizar el día ha pegado a un compañero con la mochila.
Viernes 10	Ha llegado al aula enfadado y no quería entrar, pasados 10 minutos se ha sentado en la asamblea pero no ha mostrado interés por lo que se estaba haciendo. No ha querido trabajar y se ha salido fuera del aula para realizar las tareas. En la hora de psicomotricidad no ha realizado las actividades que la maestra ha pedido. En el recreo ha tenido una pequeña discusión con un compañero y ha estado sentando el resto del tiempo pensando en lo que había hecho.

Semana del 13 al 17

Día de la semana	Comportamiento
Lunes 13	En la asamblea ha dicho que no se quería sentar en la alfombra, se ha sentado en su sitio prestando atención al desarrollo de esta. El resto de la mañana ha tenido un comportamiento normal.
Martes 14	Desde el momento de la asamblea ha venido alborotado y no ha querido hacer nada. En la clase de inglés su comportamiento ha sido negativo.
Miércoles 15	No se ha apreciado ningún comportamiento disruptivo a lo largo de la jornada escolar.
Jueves 16	Durante la asamblea se ha tenido que ir a sentar a su sitio porque no estaba prestando atención y estaba interrumpiendo el desarrollo de esta. A la hora de realizar el trabajo individual se negaba a hacer y se ha tenido que salir fuera del aula a darse un paseo acompañada de la maestra y después retomar la actividad.
Viernes 17	Hoy era el responsable de la clase y apenas ha querido participar en la asamblea, ha necesitado ayuda de la maestra todo el tiempo. A la hora de ir a la clase de psicomotricidad se ha puesto en la fila y ha empujado a una compañera y a la maestra en prácticas.

ANEXO 2: TABLA DE CONDUCTAS

Conducta número 1:

	Respetar a los compañeros: no pegar 					
LUNES	Asamblea	Religión	Trabajo individual	Rincones	Recreo	Proyecto
MARTES	Asamblea	Trabajo individual	Inglés	Apoyo	Recreo	Proyecto
MIÉRCOLES	Asamblea	Trabajo individual	Rincones	Recreo	Cuento	Proyecto
JUEVES	Asamblea	Trabajo individual	Apoyo	Inglés	Recreo	Proyecto
VIERNES	Asamblea	Trabajo individual	Rincones	Psicomotricidad	Recreo	Proyecto

Conducta número 2:

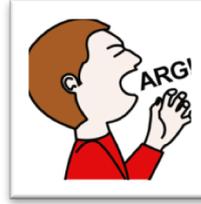
<p>No tener que salir fuera del aula</p> 					
Asamblea	Religión	Trabajo individual	Rincones	Recreo	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Inglés	Apoyo	Recreo	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Rincones	Recreo	Cuento	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Apoyo	Inglés	Recreo	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Rincones	Psicomotricidad	Recreo	Proyecto

Conducta número 3:

Escucho 					
Asamblea	Religión	Trabajo individual	Rincones	Recreo	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Inglés	Apoyo	Recreo	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Rincones	Recreo	Cuento	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Apoyo	Inglés	Recreo	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Rincones	Psicomotricidad	Recreo	Proyecto

Conducta número 4:

No hago ruidos



Asamblea	Religión	Trabajo individual	Rincones	Recreo	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Inglés	Apoyo	Recreo	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Rincones	Recreo	Cuento	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Apoyo	Inglés	Recreo	Proyecto
Asamblea	Trabajo individual	Rincones	Psicomotricidad	Recreo	Proyecto

ANEXO 3: EVALUACIÓN FINAL DE LA ECONOMIA DE FICHAS

	SI	NO	A VECES
1. Muestra interés en realizar las conductas que se han propuesto.			
2. Ha conseguido el premio final alguna semana.			
3. Participa en el momento de reflexión.			
4. Se han podido añadir conductas nuevas todas las semanas.			
5. Se ha notado un progreso positivo en la modificación de las conductas.			
6. El niño ha entendido el por qué de realizar este “juego”.			
Observaciones:			

ANEXO 4: CUENTO E IMÁGENES DE LA TÉCNICA DE LA TORTUGA

Ejemplo de cuento para llevar a la práctica la técnica e la tortuga consultada de la siguiente referencia bibliográfica: Asociación cántabra de Padres de Ayuda al Déficit de Atención y/o hiperactividad. (2010). *Cuento utilizado para la presentación de la técnica de la tortuga*. http://www.acanpadah.org/documents/escuela_padres/historia.de.Tortuguita.pdf _(Consulta: 19 de febrero de 2017).

Hace mucho tiempo, vivía una tortuga que tenía 4 años. Se llamaba Elenita. A Elenita no le gustaba ir a la escuela. Prefería quedarse en casa. Sólo quería jugar con sus amigos. En clase no escuchaba a la profesora y cuando se aburría chillaba o decía tonterías. A veces, intentaba trabajar, pero lo hacía rápido para acabar enseguida y se enfadaba cuando la decían que lo había hecho mal. Entonces arrugaba las hojas y las rompía.

No quería que le castigasen, pero siempre se metía en problemas. Cuando se enfadaba con sus amiguitos, o alguien la hacía algo que la molestaba, enseguida insultaba y pegaba...

Pero luego se arrepentía y se sentía muy mal consigo misma. Se ponía muy triste y decía - soy una tortuga mala-. Un día se encontró con la tortuga más grande, vieja y sabia de la ciudad. La vieja tortuga se acercó a Elenita y le dijo: “¡Hola! Te diré un secreto que no sabes que llevas encima de ti la solución a tus problemas. - ¡Tu caparazón! Dijo la tortuga”. Puedes esconderte dentro de ti siempre que estés enfadada. Es una postura mágica. La próxima vez que te enfades, escóndete rápido -.

A Elenita le encantó la idea. Llegó el día siguiente y se equivocó en una suma. Empezó a sentir rabia, y cuando estaba a punto de romper la ficha, recordó lo que le dijo la sabia tortuga. Rápidamente encogió los bracitos, las piernas y la cabeza y los apretó contra su cuerpo, poniéndose dentro del caparazón. Estuvo un ratito así hasta que se le pasó el enfado.

Cuando salió, se quedó sorprendida de ver a la maestra sonriendo y contenta porque supo controlar su rabia. Elenita siguió haciendo su secreto mágico cada vez que tenía problemas. Pronto, todos los niños de clase vieron que Elenita no se enfadaba, ni pegaba y podían jugar con ella. Al final del curso, sacó muy buenas notas y nunca más le faltaron amiguitos.

Imágenes:

