

Módulo 2: El ACC de los Comportamientos Desafiantes

Descripción general del módulo

Este resumen revisa los puntos clave discutidos en el Módulo 2. En este módulo se presentó a dos familias que hablaron sobre sus propias experiencias en el cuidado de personas con daño cerebral adquirido (DCA). Se aprendió qué es un Plan de apoyo conductual positivo y cómo ver lo que sucede antes y después del comportamiento desafiante para comprender qué lo desencadena o lo mantiene. También se vio los tipos de consecuencias del comportamiento: recompensas y castigos.

Contenido

1. La historia de Jenifer: Fran	2
2. La historia de Álvaro: Helena	2
3. El plan de apoyo de comportamiento positivo	2
a) Establecer objetivos alcanzables.....	4
b) Asegúrese de que termina con mensajes claros y consistentes	4
c) Desarrollar estructura, rutina y previsibilidad alrededor del comportamiento.	4
4. Definir comportamientos difíciles.....	4
a) ¿Quién, qué, dónde, por qué y cuándo?.....	4
b) ¿Es el comportamiento normal para la situación?	5
5. Qué sucede antes del comportamiento: antecedentes (A)	6
a) Comportamientos preventivos: antecedentes cambiantes	6
6. Qué sucede después del comportamiento: consecuencias (C)	7
a) Detener los comportamientos: lidiar con las consecuencias	7
b) Refuerzo positivo	7
c) Castigo.....	9
7. ¡Qué no hacer!	9
Resumen.....	9
Su lista de verificación.....	10

1. La historia de Jenifer: Fran

Fran tiene 49 años y tuvo lesión cerebral cuando se cayó de un andamio en un accidente de trabajo. Fran tiene dificultades significativas con la motivación y el impulso. A menudo dice que quiere hacer cosas, pero luego no las hace. Esto es muy frustrante para Jenifer, su cuidadora. A continuación, se muestra una lista de comportamientos desafiantes que Fran muestra, así como algunos otros. Marque las casillas con las que su familiar tiene dificultades:

- ✓ Decir que quiere hacer algo, pero no lo hace.
- ✓ Pasar mucho tiempo sentado.
- ✓ Quejarse de aburrimiento.
- ✓ No seguir adelante con los planes.
- ✓ Pérdida de interés en actividades que solía encontrar interesantes.
- ✓ Respuesta emocional reducida.

2. La historia de Álvaro: Helena

Helena tiene 35 años, vive con su esposo y sus tres hijos pequeños. Sufrió una lesión cerebral cuando fue atropellada por un automóvil al cruzar la calle cerca de su casa. La madre de Helena también ha venido a vivir con la familia para ayudar a Álvaro a cuidar de ella y de los niños. A continuación, se muestra una lista de comportamientos desafiantes que muestra Helena. Se han añadido alguno más. Marque las casillas de los comportamientos desafiantes con los que su familiar tiene dificultades:

- ✓ Cambios de personalidad.
- ✓ Decir o hacer cosas sin pensar en las consecuencias.
- ✓ Mayor gasto.
- ✓ Se comporta de manera temeraria o peligrosa.
- ✓ Exagerar las cosas cuando está enfadada.

3. El plan de apoyo de comportamiento positivo

Un plan de apoyo de comportamiento positivo es un documento integral y de colaboración que describe el enfoque detallado para apoyar a una persona con comportamientos desafiantes que surgen de una lesión cerebral. Para desarrollar un Plan de Apoyo para el Comportamiento Positivo efectivo, necesitamos comprender los **comportamientos** (C), lo que sucede antes de ellos, o

los **antecedentes** (A) y lo que sucede después de los comportamientos, o las **consecuencias** (C). Por lo tanto, ¡el modelo ACC!



El Plan de Apoyo para el Comportamiento Positivo puede ser un proceso largo: debe ser individualizado para la persona con lesión cerebral y a menudo adopta un enfoque de "prueba y error". También es importante pensar en los *objetivos* del miembro de la familia con lesión/daño cerebral, así como en el *entorno* en el que están ocurriendo los comportamientos.

Todas las estrategias involucradas se basan en fundamentos básicos de respeto por la persona involucrada; es posible que no nos guste un determinado comportamiento, pero mantendremos el respeto por la persona y buscaremos formas positivas de alentar un comportamiento apropiado en lugar de usar el castigo o la coerción:

- Desarrollar una relación positiva
- Establecer rutinas consistentes
- Mantenga la calma y responda positivamente durante un comportamiento
- Involucre a la persona en la discusión de problemas de comportamiento.

Las cosas que debemos tener en cuenta al desarrollar un plan de apoyo para comportamientos positivos individualizados son:

Establecer objetivos alcanzables

Eche un vistazo a la vida de la persona e identifique oportunidades para aumentar y mejorar la participación en actividades y roles con los que disfrute. También es importante ayudar a la persona a desarrollar las habilidades que necesitará para hacer esto. Reconstruir la independencia de una persona al participar en actividades y roles sociales es una de las formas más efectivas de apoyar un cambio de comportamiento positivo.

Asegúrese de que termina con mensajes claros y consistentes

Queremos asegurarnos de que estamos enviando mensajes claros y consistentes a la persona con la lesión cerebral. Necesitan saber qué sucederá si se produce el comportamiento desafiante e igualmente lo que sucederá al no actuar de esa manera. Es muy importante que TODOS los miembros de la familia (y amigos cercanos) estén de acuerdo con el plan.

Desarrollar estructura, rutina y previsibilidad alrededor del comportamiento.

Esto permite que la persona esté preparada para lo que viene después. Queremos evitar cambios repentinos o sorpresas, ya que esto puede ser abrumador y angustiante para la persona. Por ejemplo, realizar la mayoría de las actividades, como comidas, prepararse o ducharse a la misma hora todos los días.

4. Definir comportamientos difíciles

¿Quién, qué, dónde, por qué y cuándo?

Es importante reunir tanta información sobre un comportamiento desafiante como sea posible, para que pueda comprender y apoyar mejor a la persona para que cambie. Puede hacer las siguientes preguntas para ayudarlo a comprender:

- ✓ ¿Quién?
- ✓ ¿Qué?
- ✓ ¿Dónde?
- ✓ ¿Por qué?
- ✓ ¿Cuándo?

Analicemos un ejemplo de un comportamiento desafiante que hace Jorge: gritarles a sus hermanos

- ✓ *¿Quién?:* Jorge a sus hermanos.

- ✓ *¿Qué?:* Jorge grita repetidamente en voz muy alta a sus hermanos para que dejen de jugar al fútbol en el patio trasero.
- ✓ *¿Dónde?:* Jorge está adentro viendo televisión en el salón y sus hermanos están afuera en el patio trasero
- ✓ *¿Por qué?:* Jorge dice que no puede escuchar su programa de televisión cuando están jugando.
- ✓ *¿Cuándo?:* en la tarde cuando el programa de televisión que quiere lo están poniendo.

Es importante recordar que los comportamientos (ya sean desafiantes o no) son una forma de comunicación. Entonces, si sabemos lo que la persona está tratando de comunicar (por qué está ocurriendo el comportamiento), tenemos una mejor oportunidad de influir en cómo sucede o si vuelve a ocurrir.

¿Es el comportamiento normal para la situación?

A veces, después de una lesión cerebral comportamientos problemáticos pueden ser nuevos y, en ocasiones, pueden ser viejos comportamientos que empeoran y se vuelven “más difíciles”.

Por ejemplo, muchas personas gritan de vez en cuando, especialmente cuando se golpean el dedo gordo del pie o golpean la mesa con la mano. En esta situación, sería normal gritar o maldecir. Sin embargo, cuando sucede todo el tiempo, puede ser un desafío.

Podemos decir si un comportamiento es desafiante si hay un mal resultado para la persona con lesión cerebral. Por ejemplo, si sus amigos comienzan a evitarlo. El comportamiento **no se** considera *desafiante* solo porque otros lo desapruban.

Utilizando el ejemplo anterior de Jorge gritándole a sus hermanos cuando quiere ver televisión, es comprensible que alguien quiera escuchar la televisión, pero no es aceptable gritar y maldecir o esperar silencio de los demás mientras Jorge está dentro de la casa y sus hermanos están fuera.

Tres preguntas útiles que podemos hacer para identificar el resultado del comportamiento son:

1. ¿El comportamiento crea un riesgo de seguridad o lesión para la persona u otras personas?
2. ¿El comportamiento limita el acceso de la persona a las actividades o reduce la participación?
3. ¿El comportamiento hace que otras personas se vayan y resulte en aislamiento social?

5. Qué sucede antes del comportamiento: antecedentes (A)

Los antecedentes vienen antes del comportamiento e incluyen todas las cosas que pueden influir si un comportamiento ocurre o no. Estos se conocen como los "desencadenantes".

Comportamientos preventivos: antecedentes cambiantes

¡Prevenir es mejor que el tratamiento! El manejo de antecedentes o desencadenantes es mucho más fácil, más efectivo y menos dependiente de la persona con daño cerebral. Un Plan de Apoyo para el Comportamiento Positivo enfatizará las estrategias proactivas que pueden reducir la frecuencia de los comportamientos desafiantes, así como reducir la escalada y el impacto una vez que se desencadena el comportamiento.

Hay tres tipos de antecedentes:

1. **Factores ambientales:** tipo de entorno, ruido, temperatura, hora del día, espacio físico.
2. **Factores relacionados con la actividad:** naturaleza de la tarea, grado de elección, familiaridad de la tarea, tiempo permitido.
3. **Otras personas:** familia, personas significativas, cuidadores, vecinos, proveedores de servicios.

Es posible que un *pequeño* cambio en uno de estos haga un *gran* cambio en el comportamiento, la persona con lesión cerebral y toda la familia.

El uso de Jorge como un ejemplo, si le gusta ver un espectáculo en particular un momento determinado, podría ser registrado en lo que no tiene que ser vigilado, al mismo tiempo que sus hermanos juegan en el patio trasero (es decir, cuando vuelven a casa de la escuela).

Importante: Lo que no podemos cambiar son cosas relacionadas con la lesión cerebral. Estas son cosas como la memoria, el cansancio o el estado de ánimo. Pero, podemos compensarlas.

Usando Helena como ejemplo, al tener un esquema claro del presupuesto de la familia y una lista clara de lo que se necesita junto al ordenador, Helena puede ver cuánto dinero está disponible para gastar y lo que se necesita.

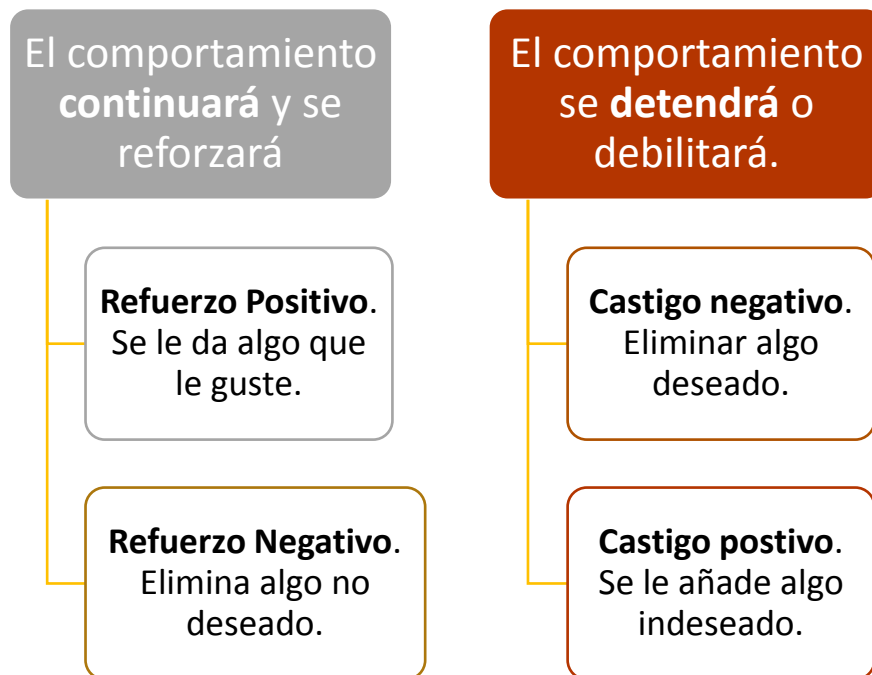
6. Qué sucede después del comportamiento: consecuencias (C)

Las consecuencias de la conducta incluyen en cosas que sucederán después del comportamiento. Las consecuencias pueden decirnos si es probable que el comportamiento vuelva a ocurrir. Una consecuencia puede reforzar el comportamiento (el comportamiento continuará o aumentará) o no reforzar el comportamiento (el comportamiento se detendrá o reducirá). La forma en que respondemos puede marcar una gran diferencia en si un comportamiento volverá a ocurrir.

Detener los comportamientos: lidiar con las consecuencias

Hay varias formas diferentes en que podemos detener el comportamiento desafiante de una persona y reducir la probabilidad de que vuelva a ocurrir. Una es recompensar los comportamientos que son buenos y apropiados. Otra es eliminar los refuerzos que mantienen el comportamiento desafiante. Otra es hacer un refuerzo negativo (eliminar algo deseado) o castigo por los comportamientos que son inapropiados o desafiantes.

Echemos un vistazo a estos con más detalle utilizando una cuadrícula de refuerzo:



Refuerzo positivo

Esta es generalmente la estrategia más efectiva. Se otorga un incentivo inmediatamente cuando se produce un comportamiento deseado. Por ejemplo, Jorge generalmente se queda callado cuando

está ansioso y de repente comienza a gritarle a todos. Está aprendiendo a decirle a los miembros de la familia cuándo se está poniendo ansioso y hacer sus ejercicios de respiración profunda. Cada vez que recuerda hacer esto, sus acciones son elogiadas.

El refuerzo positivo no es soborno: el refuerzo se produce después de completar una tarea, antes se ofrece el soborno. Intente asegurarse de que el reforzador sea práctico, ético y válido para el comportamiento al que se dirige. El momento es crítico: asegúrese de que el refuerzo positivo ocurra inmediatamente después del comportamiento deseado.

Echemos un vistazo a cómo podrían funcionar usando ejemplos de nuestras familias.

Fran: refuerzo positivo

Si Fran quiere ser más independiente y hacer sus comidas para sí mismo todos los días, Jenifer puede reforzar este comportamiento (Fran haciendo sus comidas) dándole una salida a un partido de fútbol el fin de semana (algo que desea). También podría preparar comidas que le gusten, lo que también sería gratificante.



Helena: refuerzo negativo

También puede ser útil eliminar los refuerzos que mantienen un comportamiento (p. Ej., Aburrimiento). Cuando Helena hace n o t tiene nada interesante que hacer, es más probable que gastar tiempo en las cosas compra por Internet o los juegos de azar. Al darle a Helena tareas útiles que son agradables y significativas para que se sienta útil, se dedica a actividades más estimulantes y apropiadas.

Castigo

Otra forma de responder a comportamientos desafiantes es el *castigo*. Los castigos tienden a funcionar menos bien que los refuerzos. A menudo, los castigos pueden ocurrir en el momento y cuando los miembros de la familia están cansados, molestos o frustrados. Cuando esto sucede, a veces el castigo en realidad termina reforzando más el comportamiento (aumenta la cantidad de comportamiento que está ocurriendo).

7. ¡Qué no hacer!

Hay algunas cosas que son útiles **no** hacer. Estas cosas se olvidan fácilmente, ¡pero marcan la diferencia!

1. No permitir cambios en el nivel de habilidad de la persona. Estos incluyen cambios tales como la pérdida de memoria y dificultades con la función ejecutiva, como los que discuten en el módulo.
2. No permite la falta de impulso o motivación causada por la lesión cerebral. Por ejemplo, decir "Es que solo está siendo flojo".
3. Hacer juicios de valor sobre el comportamiento de la persona. Por ejemplo, pensar "Es que es simplemente grosero".
4. Personalizar el comportamiento de la persona. Por ejemplo, "Solo lo está haciendo para molestarme".

Resumen

Felicitaciones por completar el segundo módulo del programa: Camino por delante. En este resumen, discutimos qué es un Plan de Apoyo de Comportamiento Positivo y cómo se usa en las familias. También discutimos cómo evaluar si un comportamiento es desafiante utilizando la estrategia "quién, qué, dónde, por qué, cuándo". Exploramos los antecedentes y las consecuencias de los comportamientos (modelo ABC) para ayudar a su familiar a realizar cambios.

Buen trabajo, ya ha completado el segundo módulo. Recuerde, puede regresar cuando lo desee y volver a leer el Módulo 2. De hecho, le recomendamos que lo vuelva a leer al menos una vez más esta semana.

Ahora que tiene completa d los dos primeros módulos de educación, se puede elegir qué comportamientos desafiantes que le gustaría centrarse. Puede hacer tanto o tan poco como desee según las necesidades de su familia.

Su lista de verificación

Sus tareas a realizar después de este módulo son:

- Revise el Módulo 2 nuevamente.
- Vuelva a leer e imprima este resumen del módulo (¡no tardará mucho tiempo!).
- Comprenda qué es un plan de apoyo de comportamiento positivo.
- Analice el comportamiento que su familiar está teniendo "quién, qué, dónde, por qué, cuándo".
 - ✓ ¿Es un comportamiento desafiante?
- Examine los antecedentes (antes) y las consecuencias (después) del comportamiento (modelo ACC).
- Hacer refuerzos y castigos de los comportamientos.
- ¡Felicidades, ha finalizado el Módulo 2!