

*Intervención
Educativa
en
Autismo
Infantil I*

TEMA ocho
habilidades
de autonomía



H/ 7961

CENTRO NACIONAL DE RECURSOS
PARA LA EDUCACIÓN ESPECIAL

H/ 7961

H/7961

INT.

Índice

OBJETIVOS GENERALES	5
CUESTIONES PREVIAS	6
INTRODUCCION	5
I. ELECCION DE LA HABILIDAD	7
II. ENSEÑANZA DE LA HABILIDAD	9
Establecimiento de los pasos	10
Adaptación en la rutina escolar	11
Instrucciones	11
Ayudas	12
Materiales	13
Coordinación con la familia	13
III. SISTEMAS MOTIVACIONALES	14
IV. SISTEMAS DE SEGUIMIENTO Y REGISTRO	17
V. CASO PRACTICO	20
VI. CONTROL DE ESPINTERES	22
RESUMEN	23
BIBLIOGRAFIA	28
ANEXO: PUNTOS DE DISCUSION, LISTA DE HABILIDADES	31

Tema Ocho

HABILIDADES DE AUTONOMIA

Juan Martos

R. 69435



CENTRO NACIONAL DE RECURSOS
PARA LA EDUCACIÓN ESPECIAL



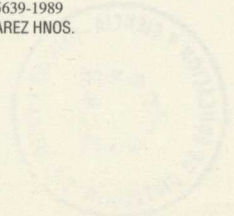
Serie: formación

1304/H
HW 7961

documentos

Tema Ocho
HABILIDADES DE AUTONOMIA

Edita: MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIA
CENTRO NACIONAL DE RECURSOS PARA LA EDUCACION ESPECIAL
Calle General Orúa, 55 Tel. (91) 261 52 51 28006 MADRID
N.I.P.O.: 176-89-027-X
I.S.B.N.: 84-369-1674-3
Depósito Legal: M- 25639-1989
Imprime: MARIN ALVAREZ HNOS.



CENTRO NACIONAL DE RECURSOS
PARA LA EDUCACION ESPECIAL





Índice

OBJETIVOS GENERALES	5
CUESTIONES PREVIAS	5
INTRODUCCION	5
<hr/>	
I. ELECCION DE LA HABILIDAD	7
<hr/>	
II. ENSEÑANZA DE LA HABILIDAD	9
Establecimiento de los pasos	10
Adecuación en la rutina escolar	11
Instrucciones	11
Ayudas	12
Materiales	13
Coordinación con la familia	13
<hr/>	
III. SISTEMAS MOTIVACIONES	14
<hr/>	
IV. SISTEMAS DE SEGUIMIENTO Y REGISTRO	17
<hr/>	
V. CASO PRACTICO	20
<hr/>	
VI. CONTROL DE ESFINTERES	22
<hr/>	
RESUMEN	27
BIBLIOGRAFIA	29
ANEXO: PUNTOS DE DISCUSION: LISTA DE HABILIDADES DE AUTONOMIA	31

Índice

OBJETIVOS GENERALES 2

CUESTIONES FRECUENTES 3

INTRODUCCIÓN 5

I. ELECCIÓN DE LA HABILIDAD 7

II. ENSEÑANZA DE LA HABILIDAD

Establecimiento de los pasos 10

Asesoración en la rutina escolar 11

Instrucciones 11

Ayudas 15

Materiales 13

Coordinación con la familia 13

III. SISTEMAS MOTIVACIONES 14

IV. SISTEMAS DE SEGUIMIENTO Y REGISTRO 17

V. CASO PRÁCTICO 20

VI. CONTROL DE ESPERTESES 22

RESUMEN 23

BIBLIOGRAFÍA 23

ANEXO: PUNTOS DE DISCUSIÓN. LISTA DE HABILIDADES 24

DE AUTONOMÍA 31

Ministerio de Educación y Ciencia
 CENTRO NACIONAL DE RECURSOS PARA LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA
 Calle Calles de la Libertad, 10 - 28014 MADRID
 Teléfono: 24 40 02 11
 Fax: 24 40 02 12
 Depósito Legal: M-2207-1999
 ISSN: 1136-1091



- Valorar la importancia y la necesidad de enseñar habilidades de autonomía.
- Aprender procedimientos concretos para la enseñanza de estas habilidades.
- Valorar la necesidad de establecer canales de colaboración con el hogar.
- Proporcionar instrumentos de evaluación del nivel de competencia de los niños en diferentes habilidades de autonomía.
- Proporcionar instrumentos para el seguimiento de los aprendizajes, así como para regular la colaboración familiar.

- ¿Qué importancia le concedes a todas las cuestiones relacionadas con autonomía e independencia personal?
- ¿En tu programación diaria, dedicas un tiempo especial a la enseñanza de habilidades de autonomía?
- ¿Piensas que es competencia únicamente de los padres el desarrollo de tales habilidades?

La enseñanza de habilidades relacionadas con la autonomía personal en niños que sufren autismo y/o alteraciones graves del desarrollo puede y debe constituir un elemento terapéutico más en su tratamiento. En algunos casos constituye prácticamente el único tratamiento con evidencias de progreso. Las habilidades de autonomía son importantes conductas que el niño debe aprender. La independencia personal se construye sobre la habilidad para el desarrollo de conductas de vestirse, asearse, ir al lavabo, comer, realizar tareas caseras, tareas de colaboración en el aula... Para lo cual contamos con el ambiente natural que nos proporciona el hogar del niño y también con la introducción de la enseñanza de estas habilidades en el aula, bien por medio de introducir rutinas específicas en el horario de actividades, bien preparando y formando a personal colaborador para llevar a cabo su enseñanza.

Objetivos

Cuestiones previas



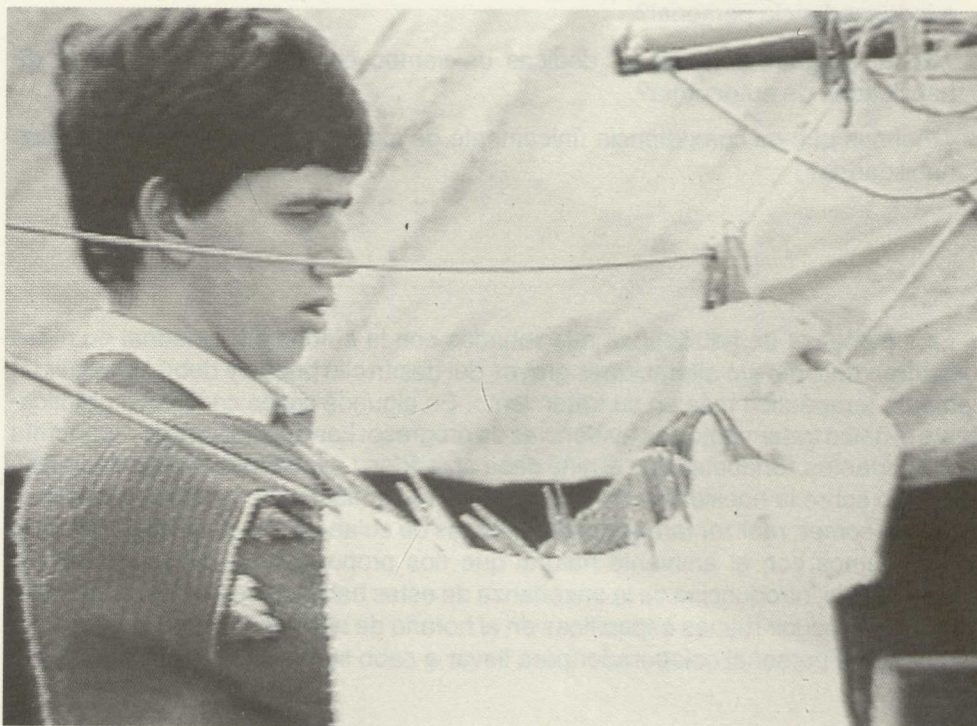
Introducción



El horario de actividades del aula debe contemplar la realización de programas de entrenamiento en habilidades de autonomía

Parece conveniente aunar todas las variables; es decir, enseñar al niño, con problemas severos de comunicación y relación, directamente las habilidades de autonomía pertinentes a su edad de desarrollo y habilidades previas. Para ello, el horario de actividades del aula debe contemplar la realización de programas de entrenamiento en habilidades de autonomía. Enseñar al personal colaborador las pautas para llevar a cabo el mantenimiento de una habilidad ya aprendida y enseñarles igualmente el adiestramiento de nuevas habilidades.

Por último, los padres pueden colaborar muy activamente en la enseñanza de habilidades, siendo el hogar un marco natural de realización de tareas en este sentido que debe ser aprovechado desde un punto de vista terapéutico. Conviene establecer lazos de cooperación con la familia y enseñarles a desarrollar programas de enseñanza de habilidades de autonomía, manteniendo un contacto regular e intercambiando información sobre el nivel de aprendizajes y adquisiciones del niño.





EL anexo adjunto contiene una relación de conductas en el campo de las habilidades de autonomía. Las conductas vienen agrupadas en torno a cinco apartados: alimentación, vestido, aseo personal, tareas caseras y tareas de colaboración en el aula. La relación no es exhaustiva y tan sólo pretende constituir un marco de referencia; marco de carácter abierto en el que tienen cabida nuevas conductas y/o adaptación de las ya escritas, según las necesidades del niño y las del entorno. En cualquier caso, la relación recoge el conjunto de tareas que, una vez adquiridas, proporcionarán al niño una mejor y mayor independencia.

La *lista de autonomía*, como a partir de ahora la denominaremos, constituye un instrumento de evaluación que puede ser usado de diferentes formas y en diferentes marcos. Al terapeuta, que se enfrenta día a día con el niño, le es muy importante conocer cual es el grado de ejecución que el niño tiene en el campo de las habilidades de autonomía, así que la lista de autonomía puede cumplir la doble función de ser *instrumento de evaluación*, usándose por ejemplo al principio y al final del curso, y ser *instrumento de programación*, usando la información obtenida para detectar los probables objetivos educativos en este campo.

Por otro lado, la lista de autonomía puede ser entregada a los padres con el fin de detectar el nivel de ejecución del niño en casa, así como el clima de sobreprotección o no; proporcionando, por lo tanto, elementos de valoración en cuanto al tipo de colaboración con los padres, posibilidades de práctica en el ambiente familiar, etc.

Desde la perspectiva del terapeuta y recogiendo la doble función de la lista, cuando se trate de evaluar cual es el nivel de ejecución del niño, debe procederse teniendo en cuenta las siguientes observaciones:

- Observar el comportamiento del niño en relación con las conductas de la lista durante algunos días, aprovechando, para ello, las numerosas ocasiones que se nos pueden brindar.
- Intervenir directamente elicitando la realización de conductas concretas, con el fin de detectar el nivel de ejecución, grado de ayuda y habilidad del niño.

De este modo, estaremos en condiciones de anotar en la lista el nivel de ejecución para cada conducta según las tres categorías que se han usado: "lo hace solo", "lo hace con ayuda" y "no lo hace".

I. Elección de la habilidad



II. Enseñanza de la habilidad

Cuando se trate de programar, es decir, de elegir una habilidad para su enseñanza, debe procederse teniendo en cuenta las siguientes observaciones:

- Elegir habilidades que el niño aún no tiene pero que con un determinado nivel de ayuda podrá realizar. Es decir, elegir habilidades para las cuales está preparado el niño porque de alguna manera manifieste conductas previas contenidas en la habilidad que se pretende enseñar.
- Mantener, mediante la práctica en escenarios naturales, habilidades ya adquiridas y/o previamente enseñadas.
- Preveer la realización de tareas complementarias a la habilidad elegida como objetivo, ya que constituyen un valioso elemento de consolidación del aprendizaje que se pretende enseñar.

Desde este punto de vista la columna de respuesta de: "lo hace con ayuda" nos proporciona el conjunto de habilidades que habrá que enseñar y que deben figurar en la programación del niño.

Desde la perspectiva de la familia, es conveniente, como sugiere Baker et al. (1980), aconsejar que se observe durante algunos días las rutinas habituales y que realicen una lista de todas las habilidades de autonomía que la familia les hace en lugar de que las haga el mismo niño.

La información obtenida desde ambas perspectivas constituye la base sobre la que se podrá decidir qué habilidad o conjunto de habilidades, elegimos para ser enseñadas. *Es importante*, para resumir, *que la elección de la habilidad* que se vaya a enseñar se haga teniendo en cuenta que: *sea apropiada para el niño*, es decir, que se hayan observado conductas previas contenidas en la habilidad que se pretende enseñar (por ejemplo, el niño presta atención y hace esfuerzo físico para abrir el grifo en la habilidad de lavarse las manos); que sea una habilidad que pueda ser practicada en marcos naturales, es decir, *que tenga valor ecológico*; *que pueda ser generalizada con facilidad* y *que asegure la colaboración de la familia y de otro personal colaborador*.



- Observa el comportamiento del niño en relación con las conductas de la lista durante algunos días.
- Enseña al niño habilidades que aún no tiene pero que con un determinado nivel de ayuda puede realizar.
- Implica de forma activa a la familia en la enseñanza.

Cuando realizamos una habilidad de autonomía estamos realizando una sucesión encadenada de conductas, que combinadas nos dan esa habilidad. Por lo tanto, si queremos enseñar una habilidad, tendremos que aislar los eslabones de la cadena, es decir, *tenemos que descomponer en pequeños pasos la habilidad*, pasos lo suficientemente bien establecidos como para garantizar que el niño domine gradualmente la habilidad. Pero, ¿cómo establecer los pasos? Para ello, lo indicado es ponerse a practicar la habilidad elegida, practicarla lentificando los movimientos y describiendo éstos y el orden en que los realiza.

Supongamos que la habilidad elegida es la de “hacer la cama” cuando se practica esta habilidad nos encontramos con los siguientes pasos:

1. Tirar de la sábana de encima hacia arriba hasta donde dé. Tirar de ella por los dos lados para quitar las arrugas.
2. Tirar de la manta hacia arriba y quitarle las arrugas.
3. Doblar juntas la manta y la sábana en la parte de la cabecera.
4. Tirar hasta arriba de la colcha y quitar las arrugas.
5. Hacer el doblez de la colcha en la parte de la cabecera.
6. Poner la almohada en su sitio.
7. Llevar a su sitio la parte superior de la colcha para que cubra la almohada.

Una vez que ya tenemos confeccionados los pasos estamos en disposición de enseñar la habilidad. Lo importante es enseñar de forma gradual avanzando al paso



II. Enseñanza de la habilidad

siguiente cuando el niño esté preparado, procurando no caer en el error de pedir demasiado al niño y/o forzarle inadecuadamente en la adquisición de algún componente de la cadena.



Vamos a considerar ahora las *variables* que pueden influir, en algunos casos de forma decisiva, en el aprendizaje o no de la habilidad elegida.

Establecimiento de los pasos

La descomposición de una habilidad en las diferentes conductas (pasos) que la forman garantiza que el aprendizaje avanza a pasos graduales. Sin embargo, el establecimiento de los pasos ha de realizarse teniendo en cuenta el punto de vista del



niño, esta es la garantía de una enseñanza llena de éxitos. La secuenciación, el tamaño de los pasos, el orden, etc., ha de tener en cuenta fundamentalmente las necesidades del niño y no debe sorprendernos si en algún momento determinado habremos de proceder a una secuenciación aún mayor, descomponiendo algún paso concreto en subpasos o al establecimiento de pasos más cortos en función de la capacidad de aprendizaje del niño.

Como se comentaba en la introducción, la enseñanza de habilidades de autonomía exige la previsión del tiempo necesario para entrenar al niño en los aprendizajes programados. Para ello, la rutina y horario escolar deben adecuarse y adaptarse de tal manera que posibiliten la enseñanza directa de estas habilidades (por ejemplo aprovechando los momentos de llegada y salida del colegio para practicar habilidades de vestido, aprovechando el WC para el establecimiento de programas de control de esfínteres y de habilidades de aseo e higiene personal, aprovechando el comedor para enseñar habilidades de alimentación, etc.)

Debe contemplarse la formación del personal colaborador, asegurándose que dicho personal conozca los programas de enseñanza y las técnicas y procedimientos para llevarlos a cabo. Es aconsejable, no obstante, que en una primera etapa, el personal colaborador actúe prioritariamente como “mantenedores” de habilidades ya aprendidas.

Evidentemente, la adecuación de la rutina escolar es efectiva si introduce como norma la regularidad. La hora y el lugar adecuados para enseñar habilidades de autonomía constituyen elementos importantes para evitar confusión en el aprendizaje. Por otro lado, cuando se inicia la enseñanza de una habilidad, la regularidad constituye la garantía del progreso.

El conjunto de alteraciones que presentan los trastornos graves del desarrollo, nos obligan a plantear las instrucciones que se dan al niño, de manera que reflejen con exactitud lo que queremos que haga. En primer lugar, las instrucciones deben contener palabras que sepamos con seguridad que el niño entenderá.

Deben evitarse conceptos sobre los cuales no haya seguridad de comprensión. En segundo lugar, las instrucciones deben ser *sencillas, claras y concisas*, de tal forma

La descomposición de una habilidad en las diferentes conductas que la forman garantiza el avance del aprendizaje

Adecuación en la rutina escolar



La regularidad constituye la garantía del progreso

Instrucciones



Ayudas

que sirvan para dirigir en lugar de distraer, es decir, que eliciten y controlen la conducta en cuestión. Y en tercer lugar, las instrucciones se deben dar con lentitud y garantizando previamente la atención del niño.

La enseñanza de habilidades nuevas a niños con alteraciones graves del desarrollo nos obliga a utilizar *sistemas de aprendizaje* basados en procedimientos *sin error*. Ello elimina los posibles problemas conductuales y de frustración tan frecuentes y perturbadores. Desde este punto de vista, la utilización de procedimientos para ayudar al niño a conseguir la habilidad constituye un elemento necesario en la programación.

El modelado es una técnica habitual que consiste en demostraciones sencillas y claras de aquello que quiere que aprenda el niño. Al mismo tiempo que se dan las instrucciones, se va haciendo la demostración. Debe insistirse en que el modelado es más efectivo cuando se realiza despacio y con movimientos cuidadosamente exagerados. En el caso de que el niño tenga una especial habilidad para aprender por medio de la imitación, el modelado debe realizarse con pasos más grandes. Lo habitual no es modelar la habilidad entera de una vez, sino modelar cada paso antes de pedirle al niño que lo haga.

La ayuda física puede ser necesaria, sobre todo al principio, y para algún tipo de habilidad puede ser imprescindible... Además, puede jugar un papel fundamental cuando se pretende enseñar habilidades en las que, las manos cumplen la función más importante, como por ejemplo, atarse los cordones de los zapatos. En esos casos, debe procederse poniendo las manos sobre las del niño y haciendo con él la tarea prevista.

La mayoría de las habilidades de autonomía conviene enseñarlas siguiendo una estrategia de *encadenamiento hacia atrás*. Esta estrategia contempla la enseñanza de una habilidad empezando a enseñarla por el último paso de los que hemos establecido. El mejor medio para garantizar el éxito en la enseñanza de una habilidad, es que el niño la complete por sí solo; pues bien, enseñando al niño las conductas que más cerca están de la terminación de la tarea, éste sólo tiene que recorrer distancias muy cortas para completar la habilidad con éxito. En la práctica se realiza con el niño casi toda la tarea, exigiéndole que haga solo un poquito para completarla. Gradual-



mente, el terapeuta va haciendo cada vez un poco menos y el niño un poco más, hasta que por sí solo realice todos los pasos de la secuencia.

Cada vez que el niño se enfrenta y supera un nuevo paso, avanza a continuación hacia una cadena de pasos que ya ha dominado y, de esta forma, va llegando con suavidad hasta el final y completa por sí solo la habilidad elegida.

En todos los procesos de ayuda son aplicables las observaciones generales sobre utilización de ayudas y los criterios para el desvanecimiento. Esas observaciones, descritas en otro lugar, han de ser tenidas muy presentes cuando se vaya retirando la ayuda.

Algunas habilidades no precisan cambios en los materiales. Sin embargo, hay muchas otras habilidades que, para facilitar el aprendizaje, exigen la adaptación o cambio en el material a fin de que sea manejable por el niño: cuando se trate de untar, por ejemplo, resultará más fácil si la mantequilla está blanda; si queremos que, desde pequeño, el niño se lave las manos por sí solo, habremos de prever que llegue adecuadamente al grifo mediante un taburete; el jabón le resbalará menos si es de menor tamaño y puede ser cogido completamente en su mano... Existen infinidad de ejemplos que demuestran la necesidad de adecuar el material y el entorno, con el fin de conseguir que las experiencias de aprendizaje del niño se traduzcan con facilidad en éxitos.

Como ya se ha señalado, la familia constituye un marco natural de aprendizaje de habilidades de autonomía. De ahí la importancia de establecer un buen sistema de coordinación que redundará en beneficio fundamentalmente del niño. Los padres deben conocer y aprender los procedimientos de enseñanza de habilidades de autonomía y debe establecerse con ellos diversas vías de colaboración, que pueden ir, desde el contacto personal en el aula o en el propio hogar, hasta el entrenamiento específico para el desarrollo de las habilidades programadas.

El mejor índice de colaboración viene dado, quizá, por el establecimiento de rutinas concretas en cada hogar, por las cuales se garantiza la práctica y la asiduidad diaria en un conjunto de habilidades de autonomía que tendrán como marco de realización el más natural posible.



Materiales

Coordinación con la familia

La familia constituye un marco natural de aprendizaje de habilidades de autonomía



- Para enseñar una habilidad de autonomía, proceda, en primer lugar, a descomponerla en pasos más pequeños.
- Introduzca la enseñanza de habilidades de autonomía, adaptando las rutinas y el horario escolar.
- Utilice órdenes sencillas, claras y concisas que sepamos con seguridad que el niño comprenderá.
- Elija las ayudas necesarias.
- Enseñe la habilidad elegida siguiendo una estrategia de encañamiento hacia atrás.
- Adapte, si es necesario, los materiales que precise.
- Establezca sistemas de coordinación con la familia.

III. Sistemas motivacionales

La conducta de un niño con necesidades especiales, al igual que la conducta del niño normal, está motivada por algún tipo de compensación o recompensa. Necesitaremos utilizar recompensas para conseguir que el niño comience a intentar hacer lo que le estamos pidiendo. Debemos recordar aquí, una regla muy importante en la educación especial: *“Las conductas a las que sigue una recompensa, tienen mayor probabilidad de ocurrencia en el futuro”*. Sin embargo, no siempre se aplica bien dicha regla. Es terriblemente frecuente el error de prestar *atención*, siendo ésta una de las más poderosas recompensas a comportamientos que implican negativismo y/o rechazo de la situación de enseñanza. Es importante utilizar la atención del adulto de una manera más efectiva, por ejemplo fijándose en los momentos positivos, en los momentos en que se están produciendo los buenos comportamientos.

Aunque la atención es uno de los más poderosos reforzadores, no es el único. Existen otros tan poderosos como ella y que, utilizados adecuadamente, proporcionarán el éxito esperado. Con frecuencia un niño trabajará durante toda la sesión de enseñanza para ganar una actividad u objeto favorito al final de la sesión. Cualquier actividad que le guste al niño puede ser una buena recompensa. En este caso, recurrimos a lo que en psicología del aprendizaje se denomina: *principio de Premack*,



por el cual sabemos que podremos utilizar una conducta de alta frecuencia como recompensa de una conducta de baja frecuencia. Dicho de otra manera: una actividad que le gusta mucho hacer a un niño es una buena recompensa para una actividad que le gusta menos. En algunos manuales (Baker et al, 1980; Kozloff, 1980) llaman a este principio, la ley de la abuela, nombre que recoge de alguna manera el sentido común, experiencia y sabiduría de algunas personas. Cuando le decimos a un niño: “cómete las espinacas y entonces te daré un poco de helado”, estamos utilizando una conducta de alta frecuencia (comer helados) como recompensa de otra conducta de baja frecuencia (comer las espinacas).

Un buen profesor planifica el día del niño de tal forma que muchas cosas que él no quiere hacer sean recompensadas por otras que le gustan. Ello es importante, pero igualmente lo es cumplir siempre lo que se promete evitando errores en la forma de suministrar actividades reforzadoras, “errores” como éste: “De acuerdo, puedes ver la televisión, pero después te tienes que poner a hacer tus deberes”.

Las *fichas* constituyen un sistema motivacional que permite mantener la motivación del niño a lo largo de un determinado período de tiempo. Puede utilizarse como ficha cualquier objeto y su importancia reside en el valor de cambio que pueda tener para el niño. Cuando nos decidamos a utilizarlas en nuestros programas de enseñanza, el niño debe poder cambiarlas por algo que de verdad sea gratificante para él.

Involucrar al niño con las recompensas por medio de fichas es un proceso sencillo pero gradual. En un primer momento, el intercambio de la ficha por aquello que gusta al niño, debe ser inmediato. Poco a poco debe irse aplazando el intercambio por una recompensa mayor al final del día o al final de la semana o simplemente cuando haya conseguido el número de fichas pactadas.

En cualquier caso, si se utilizan fichas, es conveniente, según Baker (et. al 1980) tener en cuenta las siguientes pautas:

- Especificar siempre de antemano y con toda claridad, tanto la conducta deseada como el número de fichas que ha de ganar para conseguir la recompensa. El niño no debe recibir nunca ni una sola ficha si no ha realizado la conducta sobre la que se ha establecido el acuerdo.
- Asegurarse de tener a mano un buen surtido de recompensas con objeto de que el niño pueda cambiarlas por sus fichas. Por ejemplo, se podría decidir que un

IV. Sistemas de seguimiento y registro

vasito de su refresco favorito le costará dos fichas, el ver un programa determinado de televisión le costará tres fichas y unos patines sesenta fichas. Cambiando las cosas y las actividades que puede comprar con las fichas, se tiene la certeza de que mantendrán para el niño su valor recompensante.

- Siempre que sea posible, implicar al niño, tanto en la selección de la habilidad que debe aprender, como de la recompensa que va a ganar.
- Debe cumplirse siempre lo prometido. Un programa de fichas sólo vale cuando se lleva a cabo según lo acordado. Debe asegurarse de antemano que la recompensa sobre la que se han puesto de acuerdo, la tendrá el niño a su disposición en cuanto la haya ganado.

Debe añadirse a las anteriores pautas, que no todos los niños están preparados ni presentan los prerequisites necesarios para entrar en un sistema de intercambio por medio de fichas.

El uso de las recompensas debe realizarse con arreglo a ciertas *precauciones*. Entre ellas, se encuentran las siguientes:

- Las recompensas se deben dar inmediatamente después de la conducta que queremos fortalecer y solamente por esa conducta determinada.
- El aprendizaje irá más rápido, si con el transcurso del tiempo se alarga poco a poco la sesión hasta que el niño llegue a realizar el paso en cuestión una serie de veces, de tal forma que su recompensa especial sólo se consigue al final de la sesión. Por ello es importante que gradualmente el niño realice los pasos varias veces antes de conseguir la recompensa.
- Asegurarse que las recompensas son recompensantes.
- En la medida en que un niño vaya dominando una habilidad se puede ir prescindiendo de recompensas extras y mantener la realización de la habilidad deseada con refuerzos sociales, como la aprobación. Así podremos reservar las recompensas extras para ayudarle en los distintos pasos del programa siguiente.

Por último, a modo de conclusión:

- Utilizar sistemas motivacionales para asegurar el éxito en la enseñanza.



- Recordar que la atención, aprobación y/o afecto del adulto es uno de los más poderosos reforzadores.
- Tener en cuenta los deseos del niño y las actividades que le gustan.
- Utilizar sistemas motivacionales que impliquen fichas, si el niño tiene nivel para ello.
- Usar adecuadamente las recompensas.

Si queremos demostrar de forma objetiva que los aprendizajes que realiza el niño se deben al programa de enseñanza elaborado y no dar cabida a interpretaciones subjetivas, tendremos que recurrir a algún sistema de seguimiento, evolución y/o registro de los progresos del niño. El hecho de llevar un registro con todo cuidado es tan importante como el propio desarrollo del programa. Si llevamos un registro diario del progreso, servirá para recordarnos que debemos cumplir el programa con regularidad, sobre todo al principio. Al mismo tiempo, los registros sirven para hacernos ver “como está funcionando la cosa”. Si los registros le demuestran que el niño ha estado haciendo muy pocos progresos recientemente, probablemente nos tendremos que replantear el diseño establecido en el programa de enseñanza.

La utilización de hojas de registro nos permiten introducir las anotaciones pertinentes en el desarrollo del programa de enseñanza de la habilidad elegida. Por ejemplo, podremos escribir los pasos de su programa de enseñanza en el orden en que se van a enseñar (es decir, utilizando la técnica del encadenamiento hacia atrás), las fechas en que se adquieren los pasos, las dificultades y/o razones que han motivado la introducción de un paso nuevo, cambio de recompensas, etc.

Existen diversos modelos que pueden ser extraídos de fuentes diferentes, de hojas de registro. La característica central de todos ellos es que proporcionan información objetiva sobre los progresos del niño. Sin embargo, deben ser adaptados a las necesidades tanto del entorno como del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Más adelante, cuando hablemos de programas de control de esfínteres, se proporcionarán igualmente modelos de seguimiento para esta actividad.

IV. Sistemas de seguimiento y registro

Un posible modelo de registro gráfico de los progresos del niño es el siguiente:

HABILIDAD:

PASO	FECHA	N.º DE INTENTOS	CON AYUDA	SIN AYUDA	OBSERV.

Los padres, dentro del sistema de coordinación y colaboración establecido, nos pueden aportar información muy valiosa sobre el desarrollo de hábitos en el propio hogar si les proporcionamos también hojas de anotación y les acostumbramos a realizar seguimientos gráficos. Un posible modelo para recoger esa información es el siguiente:



HABITOS	SEMANA DE	L	M	X	J	V	S	D	TOTAL
Lavarse las manos									
Lavarse los dientes									
Atarse los zapatos									
Peinarse									

- Utiliza hojas de seguimiento, evolución y registro de los progresos del niño.
- Anota en las hojas de registro los datos pertinentes.
- Adapta y diseña los modelos de hojas de registro a las necesidades de la tarea del niño y del adulto.
- Enseña a la familia a utilizar hojas de registro.



V. Caso práctico

Veamos con un ejemplo concreto la forma adecuada de elaborar y llevar a la práctica un programa de enseñanza. De forma esquemática, los pasos a seguir en la elaboración de un programa son:

1. Elección de la habilidad.
2. Descomposición de la habilidad en pasos más pequeños.
3. Elección de recompensas.
4. Elaboración de instrucciones, nivel de ayuda y materiales.
5. Realización de un seguimiento gráfico de la evolución.

Supongamos que la habilidad elegida es: "lavarse las manos". La habilidad elegida puede descomponerse en los siguientes pasos:

- a) Subirse las mangas
- b) Abrir el grifo
- c) Coger el jabón y enjabonarse
- d) Dejar el jabón
- e) Aclararse
- f) Cerrar el grifo

Las recompensas elegidas son consumibles ("palomitas", "sugus" y "gominolas"), sociales ("muy bien", "así me gusta") y de actividad ("montar en el balancín", "jugar con el triciclo").

Para garantizar un correcto aprendizaje disponemos que:

- Enseñaremos la conducta en momentos adecuados: antes de cada comida, después de levantarse, etc. conviene, no obstante, practicarla en algún otro momento del día.



- Cuando ocurra que el niño no llegue al grifo, tendremos preparado un taburete para facilitar la realización de la tarea.
- Utilizaremos un jabón pequeño o un trozo de pastilla cortado a fin de que se ajuste perfectamente a la palma de la mano del niño. De la misma manera utilizaremos una jabonera para evitar que el jabón resbale.
- Procederemos a enseñar la conducta objetivo por el último paso. (En nuestro caso por “cerrar el grifo”). Realizaremos todos los pasos, de pie y detrás del niño, y con nuestras manos guiando las suyas y, en el último paso, iremos retirando paulatinamente la ayuda o guía física que le prestemos. Cuando el último paso sea realizado de forma correcta por el niño sin necesidad de ayuda y durante algunos días, entonces pasaremos a retirar la ayuda del paso inmediatamente anterior. Así, procederemos con todos los pasos hasta conseguir una realización correcta de la conducta-objetivo elegida, sin ayuda física por nuestra parte.

Con el objeto de llevar un registro gráfico de los progresos del niño se ha diseñado el siguiente modelo de anotación.

HABILIDAD: “Lavarse las manos”

PASO	FECHA	N.º DE INTENTOS	CON AYUDA	SIN AYUDA	OBSERV.
f	27/1	3	3	0	
f	28/1	4	2	2	
f	29/1	3	0	3	Utilizando zumo como refuerzo
f	30/1	2	0	2	
e	31/1	3	2	1	

No se retira la ayuda de los pasos anteriores hasta que el paso inmediatamente posterior no se realiza con completa autonomía.



V. Caso práctico



VI. Control de esfínteres

Hablaremos del entrenamiento en el control de la micción diurna, ya que a partir de él es fácilmente generalizable al control de la micción nocturna y por supuesto al control de la defecación. También es válido empezar por el control de la defecación y posteriormente intentar el de la micción.

Para poder llevar adelante el programa de entrenamiento en control de esfínteres es indispensable que el niño reúna al menos los siguientes requisitos:

- Que sea capaz de seguir órdenes sencillas.
- Que pueda estar sentado en el mismo sitio al menos durante cinco minutos.



- Que pueda aguantar, al menos una hora entre cada dos “pises”.

Si estos requisitos no existen es conveniente capacitar previamente al niño para garantizar un resultado más satisfactorio del programa de entrenamiento en el control de esfínteres.

Vamos a observar ahora el siguiente modelo:

Horas	Lun.	Mar.	Mier.	Juev.	Vier.	Sab.	Dom.	Total
9	M	M						
10	S	M						
11	S							
12								
13								
14								
15								



Control de la micción diurna

Para conseguir el control de la micción diurna procederemos tal y como se explica a continuación:

Pautas de micción. En primer lugar establecemos una “*pauta de micción*” que no es ni más ni menos que averiguar las horas del día en las que es más probable que el niño haga pis, moje o manche. Para ello utilizaremos un modelo similar al descrito anteriormente y en el que durante dos semanas anotaremos el número de veces que el niño hace pis. Para realizar estas anotaciones, en nuestro modelo deben figurar períodos de una hora (no tienen porqué coincidir con las horas en punto) en las que miraremos si el niño está mojado o seco desde que se levanta por la mañana hasta que se acuesta. Bastará con anotar M si está mojado y S si está seco.

- Registro durante dos semanas donde se refleja el número de veces que hace pis.

- Períodos de una hora desde que se levanta hasta que se acuesta.
- Anotar S (seco) o M (mojado).

Horario para ir al W. C. Para realizar esto, teniendo en cuenta el registro de las dos semanas que hemos realizado, sumaremos para cada hora en la columna de total los M (mojados) y tendremos así la pauta de micción, es decir, las horas en que es más probable que el niño haga pis. En el establecimiento de nuestro horario, tendremos en cuenta esas horas y llevaremos al niño al W. C. diez minutos antes. Posteriormente bastará con llevar a la práctica esta programación: anotando lo que ocurre y evaluando los registros con cierta periodicidad.

Horario para ir al W. C.

- Para cada hora sumar los M y así obtendremos la pauta de micción.
- Llevar al niño al W. C. diez minutos antes de cada una de las horas en que hace pis.
- Llevar a la práctica esta programación de horario y evaluar el registro.

Entrenamiento en el control de la micción, que realizaremos de la siguiente manera:

- Durante el día suprimiremos gasas, pañales o braguitas de plástico.
- Habremos de estar atentos a cualquier señal que el niño de, como por ejemplo, ponerse colorado, llevar las manos a la bragueta, etc. (aunque estas señales no se den en las horas establecidas en la pauta de micción).
- Prepararemos el terreno de tal manera que se pueda garantizar una continuidad y consistencia en la rutina de ir al W. C. Evitaremos que en el cuarto de baño existan situaciones o personas que pudieran distraer al niño e incluso evitaremos distraer nosotros mismos al niño.
- Llevaremos al niño al baño a la hora prevista o cuando dé señales, le sentaremos de cinco a diez minutos en el W. C. y si hace pis le premiaremos con las recompensas que previamente estarán elegidas. Si no hace pis le sacamos del cuarto de baño y no le volveremos a llevar hasta su próxima hora o cuando emita una señal.



- Gradualmente debemos ir eliminando nuestra presencia en el cuarto de baño, retirándonos poco a poco, prestando atención a otras cosas en el W. C., quedándonos en la puerta y finalmente saliendo del cuarto de baño.
- Levaremos puntualmente los registros anotando incluso otras horas no previstas en las que se vaya al W. C. Respecto al registro, haremos las anotaciones en un modelo similar al que sigue:

Horas	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Total	M
	B R	B R	B R	B R	B R	B R	B R	B R	
9,15	S M	S M	S M	S M	S M	S M	S M	0	7
10,45	S M	S S	S M	S M	S M	S M	S M	0	6
12,00	M M	S M	S S	M M	S M	S M	S M	2	6
14,30	S M	S M	S M	S S	S M	S M	S M	0	6
16,55	M S	S S	S M	M M	S M	S M	S M	2	5
								4	30

En este modelo, B y R significan braguitas y retrete, respectivamente. De la misma forma M y S significan mojado y seco, respectivamente. Con esas anotaciones podemos ver cómo a las 9,15 del lunes hizo pis en el W. C. y no se mojó en las braguitas; como a las 12 del mismo día hizo pis en el retrete, pero también hizo pis en las braguitas e, incluso, como en el mismo día cinco minutos antes de las cinco de la tarde se hizo pis en las braguitas.

Cada semana anotaremos los M en la columna de total para las dos situaciones de B (braguitas) y de R (retrete), sumaremos, y estos datos, semana a semana, pueden aportarnos información gráfica de los progresos. Podemos llevar a gráfica el porcentaje de M en R; si este porcentaje aumenta, eso significa que progresivamente el niño hace cada vez más frecuentemente el pis en el W. C. y que está dejando de hacérselo en las braguitas. El porcentaje se obtiene dividiendo el número de M que figura en R de la columna total por el número de veces que se ha llevado al niño al cuarto de baño y multiplicando el resultado por cien. En nuestro caso:

$$\frac{30}{35} \times 100 = 85\%$$

Una vez estabilizada nuestra gráfica en el sentido de que el niño haga pis siempre o casi siempre que vaya al cuarto de baño, es decir, que los progresos se sitúen entre el 90 por 100 y el 100 por 100 durante varias semanas, podremos plantearnos las siguientes *tareas*:

- Ampliación del tiempo de retención del niño que debe hacerse lenta y pausadamente y en un primer momento sólo para una o dos de las horas habituales en que hace pis. Por ejemplo, si el niño viene aguantando períodos de 1,30 o de 2 horas, podemos intentar conseguir diez minutos más de retención en un





par de momentos, para después generalizar el mayor tiempo de aguante a todos los momentos en los que el niño va al cuarto de baño. Progresivamente podemos ir ampliando el tiempo de retención.

- Entrenar al niño a que dé una señal que sea usada posteriormente por él mismo como medio de comunicación para poder ir al cuarto de baño.

Esto puede hacerse ahora o bien realizarse desde el primer día que se ponga en práctica el procedimiento que estamos explicando acerca de como lograr el control de esfínteres. La señal puede ser una palabra, un gesto, etc. Cada vez que el niño tenga que ir al cuarto de baño a hacer pis, haremos nosotros en primer lugar la señal convenida, posteriormente y en sucesivas ocasiones el niño imitará la señal y finalmente se la exigiremos cuando vaya a hacer pis. De esta forma conseguiremos que la señal entrenada sea usada funcionalmente por el niño en las situaciones que así lo requieren.

- Es necesario y fundamental incluir la enseñanza de habilidades de autonomía en el currículum escolar.
- Hay que empezar siempre con la *elección adecuada* de la habilidad y/o conjunto de habilidades, que se vaya a enseñar.
- Los criterios que deben ser seguidos a la hora de elegir la habilidad son: que el niño la realice ya con un determinado nivel de ayuda, que tenga valor ecológico, que pueda ser generalizada con facilidad y que asegure la colaboración de la familia y de otro personal.
- Para enseñar una habilidad, hay que descomponerla en pequeños pasos, que deben estar bien establecidos para que el niño domine gradualmente la habilidad.

Resumen



AZRIN, N. y FOXX, R.: (1979) *El control de esfínteres*. Barcelona. Editorial Fontanella.

BAKER, B. L. et al.: (1980) *Cómo enseñar a mi hijo*. Madrid. Editorial Pablo del Río.

DE VORE, S. M.: (1982) *Programación individualizada de aprendizajes para retrasados mentales profundos*. Alicante. Editorial Marfil.

DISEÑO CURRICULAR DEL M. E. C.

MARTOS, J.: (1984) *Los padres también educan*. Guía práctica APNA.

Bibliografía específica



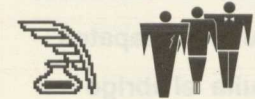
Lista de habilidades de autonomía

	Alimentación	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Bebe de un vaso o taza				
Come con cuchara				
Come con tenedor				
Usa la servilleta				
Usa el cuchillo para cortar				
Corta con tijeras				
Sirve bebida de otra jarra				
Prepara su bebida				
Pela fruta				
Se sirve comida				
Se hace alguna parte de la comida				



Una vez formados grupos de trabajo, se elegirá al azar, al menos una habilidad de cada uno de los campos de habilidades que se proponen en este anexo, y se procederá a establecer un programa de enseñanza de dicha habilidad teniendo en cuenta las observaciones que se recogen en el texto. A continuación puede hacerse la puesta en común y discusión en gran grupo.

Anexo: Puntos de discusión



Lista de habilidades de autonomía

Alimentación	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Bebe de un vaso o taza			
Come con cuchara			
Come con tenedor			
Usa la servilleta			
Usa el cuchillo para untar			
Corta con cuchillo			
Sirve bebida de una jarra			
Prepara su bocadillo			
Pela fruta			
Se sirve comida			
Se hace alguna parte de la comida			

Vestido	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Se quita los calcetines			
Se quita los zapatos			
Se quita el abrigo			
Suelta lazos			
Sube y baja bragas o calzoncillos			
Se pone los calcetines			
Se quita el pantalón			
Se quita la camisa			
Se quita el vestido o falda			
Abre cierres automáticos			
Suelta botones			
Se pone una blusa, camisa o chaqueta			
Abre cremalleras			
Abrocha botones			
Sube una cremallera			
Reconoce parte atrás/delante prendas			
Se pone los pantalones			
Se desnuda solo			
Se pone los zapatos			
Se pone el abrigo			
Abrocha una cremallera con separador			


Vestido (Continuación)

	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Mete el cinturón a través de trabillas			
Se abrocha la hebilla del cinturón			
Se pone un vestido o falda			
Mete los cordones en los zapatos			
Ata los cordones de los zapatos			
Se viste solo			
Limpia el calzado			
Cuelga el abrigo en la percha			
Cepilla la ropa			
Dobla y guarda la ropa			

Aseo Personal

	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Se seca las manos			
Se lava las manos			
Se lava la cara			
Se limpia la nariz			
Se cepilla el pelo			
Se limpia los dientes			
Se baña			

Aseo Personal (Continuación)

	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Se seca después del baño			
Se limpia las uñas			
Se lava la cabeza			
Se corta las uñas			
Se seca el pelo con secador			
Usa colonia, desodorante			
Se cambia la compresa			

Tareas Caseras

	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Guarda los juguetes			
Ordena su cuarto			
Pasa la aspiradora			
Barre el suelo			
Friega con fregona			
Limpia cristales			
Limpia azulejos			
Recoge la ropa tendida			
Tiende la ropa			
Dobla ropa			



Tareas Caseras (Continuación)

	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Lava a mano			
Utiliza la lavadora			
Plancha pañuelos			
Cambia la ropa de la cama			
Hace la cama			
Recoge la mesa			
Pone la mesa			
Seca cubiertos			
Friega cubiertos			
Abre la puerta cuando llaman al timbre			
Riega las plantas			
Conecta y desconecta aparatos			
Sube y baja persianas			
Abre y cierra ventanas			

Tareas de colaboración en el aula

	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Reconoce cuál es su aula			
Llama a la puerta			
Baja solo al recreo/comedor			
Recoge su material			
Realiza encargos en otro aula			
Va solo al W. C.			

Tareas de colaboración en el aula (Continuación)	Lo hace solo	Lo hace con ayuda	No lo hace
Recoge la clase			
Borra la pizarra			
Se sienta sólo en su sitio			
Vacía las papeleras			
Otras			



Ministerio de Educación y Ciencia
Dirección General de Renovación Pedagógica





Ministerio de Educación y Ciencia