

¿Cómo comprender y gestionar las conductas disruptivas?



Observar es básico para comprender qué está pasando y decidir como actuar.

Las conductas disruptivas pueden ser...

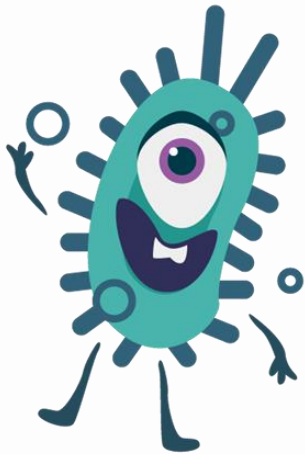
- Una forma de **comunicación**.
- Una manera de **descargar** las emociones (enojo, tristeza, frustración, miedo...).
- Una **expresión** de saturación de estímulos (hipersensibilidad).
- Una manera de **control** del entorno (buscar una respuesta previsible por parte del otro).
- Dificultades para **tolerar** cambios o cosas que son diferentes a lo que esperan.
- Una suma de varios.

¿Cómo podemos actuar?

- ✓ **Validar la emoción** que está sintiendo: “estás enfadado”, “da rabia”, “estás triste”, “te entiendo”.
- ✓ **No poner mucha palabra** en el momento (ya que ahora mismo no nos pueden escuchar ni razonar), se lo podremos explicar luego.
- ✓ Ayudarle a que la conducta vaya **hacia el causante del malestar**, en vez de desplazar la rabia hacia otra persona o hacia él/ella mismo/a.
- ✓ **Límite muy claro**: no permitir que haga daño ni a él/ella, ni a los otros ni al material. Poder contener antes de que suceda (“te ayudo a aguantarte”, “te ayudo a no hacerte daño”).
- ✓ Siempre **ayudarlo a reparar** si alguna cosa se ha dañado (curar a la persona, arreglar el material que se ha roto, guardar los trocitos de un material...).
- ✓ Mirar como la persona va encontrando la manera de **regularse** (estereotipias, sensorialidad, intereses restringidos...). Entender que en ocasiones estas conductas son las estrategias que han encontrado para calmarse y que, con moderación, tenemos que poder **tolerar y acompañar**.

Para prevenir...

- Será importante anticipar los cambios. Se pueden utilizar apoyos visuales.
- Podéis tener en casa un espacio, materiales, actividades, etc. que sabéis que le ayudan a calmarse y que podéis ofrecer ante una posible escalada de malestar.
- Tener presente que si siempre seguimos la misma dinámica esto les da sensación de causa-efecto. Podemos ayudarlos a desencallarse dando una respuesta diferente ante su malestar.



Pensemos en positivo...

A veces las rabietas y las agresiones pueden ser un avance: el/la niño/a sabe mejor qué quiere, tiene más identidad, quiere comunicar alguna cosa o se da más cuenta de lo que sucede a su alrededor.