

CAIXA D'EINES





TOT CADUCA



TÈCNIQUES COGNITIVO- CONDUCTUALS

ESTRATÈGIES COGNITIVO- CONDUCTUALS

- Temps-fora
- Cost de resposta
- Reparació del mal
- Contracte conductual
- Reforç positiu
- Tècnica del semàfor
- Rúbriques de conducta
- Aplicació de conseqüències

CONTRACTE CONDUCTUAL

OBJECTIU

- Motivar l'alumne perquè realitzi conductes desitjables.

METODOLOGIA

- Redactar un document senzill amb propòsits i recompenses a canvi del seu compliment.

IMPORTANT

- A partir de 3r cicle de Primària.
- Pocs objectius.
- La mateixa conducta no es pot premiar i castigar a la vegada.
- Durada concreta.
- No recomanem que es faci per faltes greus.

CONTRACTE PEDAGÒGIC

Data: 1 de novembre de 2017

Nom de l'alumne: Martí

Nom del professor: Miquel

Jo Martí

Em compromet a:

- DEMANAR PERMÍS PER SORTIR DE L'AULA
- EVITAR ELS COMENTARIS EN VEU ALTA DURANT LES CLASSES

Durada d'aquest contracte: DUES SETMANES

Persones que em poden ajudar: Miquel (tutor), Aina (PT)

Revisarem aquest contracte cada: DIMARTS I DIJOUS

Em compromet a complir els acords expressats en aquest contracte.

Si el complesc

PODRÉ TRIAR AMB QUI ASSEURE'M DURANT UNA SETMANA

Signatures:

CONTRACTE

Nom: Antonio

NIVELL: 2n ESO

Centre:

Curs 2016-2017

Jo, **Antonio** em compromet a:

1. Utilitzar l'agenda per apuntar els deures de classe. A més, faré els deures i estudiaré a casa.
2. Dur el material escolar i a treure'l quan comenci la classe: bolis, retoladors, quadern...
3. Respectar el torn de paraula i no fer comentaris poc apropiats dins l'aula, en veu alta. Per exemple: *el temps d'un examen demanar a la professora com li ha anat el dia*.
4. Demanar ajuda als professors, al meu tutor, a l'orientadora, a la directora, davant emocions negatives, quan estigui nerviós. Si necessit sortir de l'aula, **SEMPRE** serà amb el permís del professor. Si surt sense el seu consentiment se m'aplicarà la conseqüència (amonestació).

Joan, tutor de n'Antonio i com a representant de l'Equip Educatiu, es compromet a:

- Supervisar l'agenda (si s'apunten els deures, comunicacions amb la família ...).
- Ajudar i/o aclarir els dubtes.
- Seguiment pel que fa al compliment dels deures i de les tasques fetes a classe.

Sistema de control:

1. Agenda
2. Visita de seguiment de l'EAC i reunió amb l'orientadora i n'Antonio cada divendres a les 8.30h.

El compliment dels punts anteriors són avaluable i comptabilitzaran amb la nota de les assignatures.

Palma, quinze de setembre de 2016

Sig. de l'alumne

Sig. Equip Directiu

Sig. EAC

Sig. Tutor/a

Orientadora

REFORÇ POSITIU

OBJECTIUS

- Instaurar o mantenir conductes desitjables.

METODOLOGIA

- Oferir un estímul agradable que generi una **millora** en el repertori conductual i que augmenti les possibilitats que la conducta es torni a repetir.

IMPORTANT

- No confondre amb privilegis que els altres no puguin obtenir amb la mateixa conducta.
- Millor si és social que material.
- No extingeix conductes.

TÈCNICA DEL SEMÀFOR

OBJECTIUS:

- Detectar senyals d'alarma basades en sensacions, emocions.
- Identificar senyals externes que ens indiquin una possible escalada de conducta.
- Valoració personal dels diferents moments de l'escalada i de l'estat de calma.

QUÈ FAIG: estic content, no peg, no molest, no estic despistat, trec 9'25.

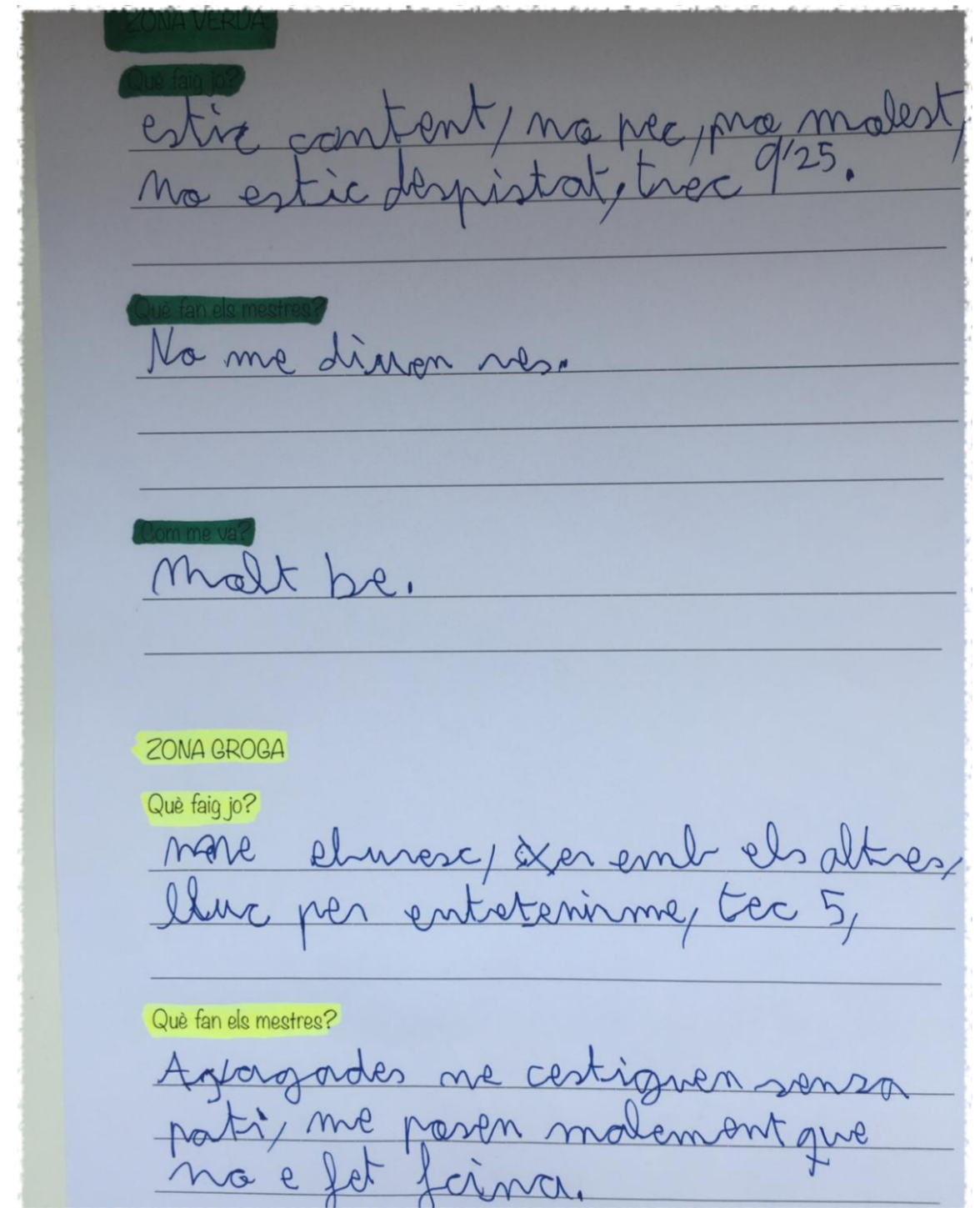
QUÈ FAN ELS MESTRES: no me diuen res.

COM ME VA: molt bé.

ZONA GROGA

QUÈ FAIG: m'avorresc, xerr amb els altres, jug per entretenir-me, trec 5.

QUÈ FAN ELS MESTRES: a vegades me castiguen sense pati, me posen malament, que no he fet feina.



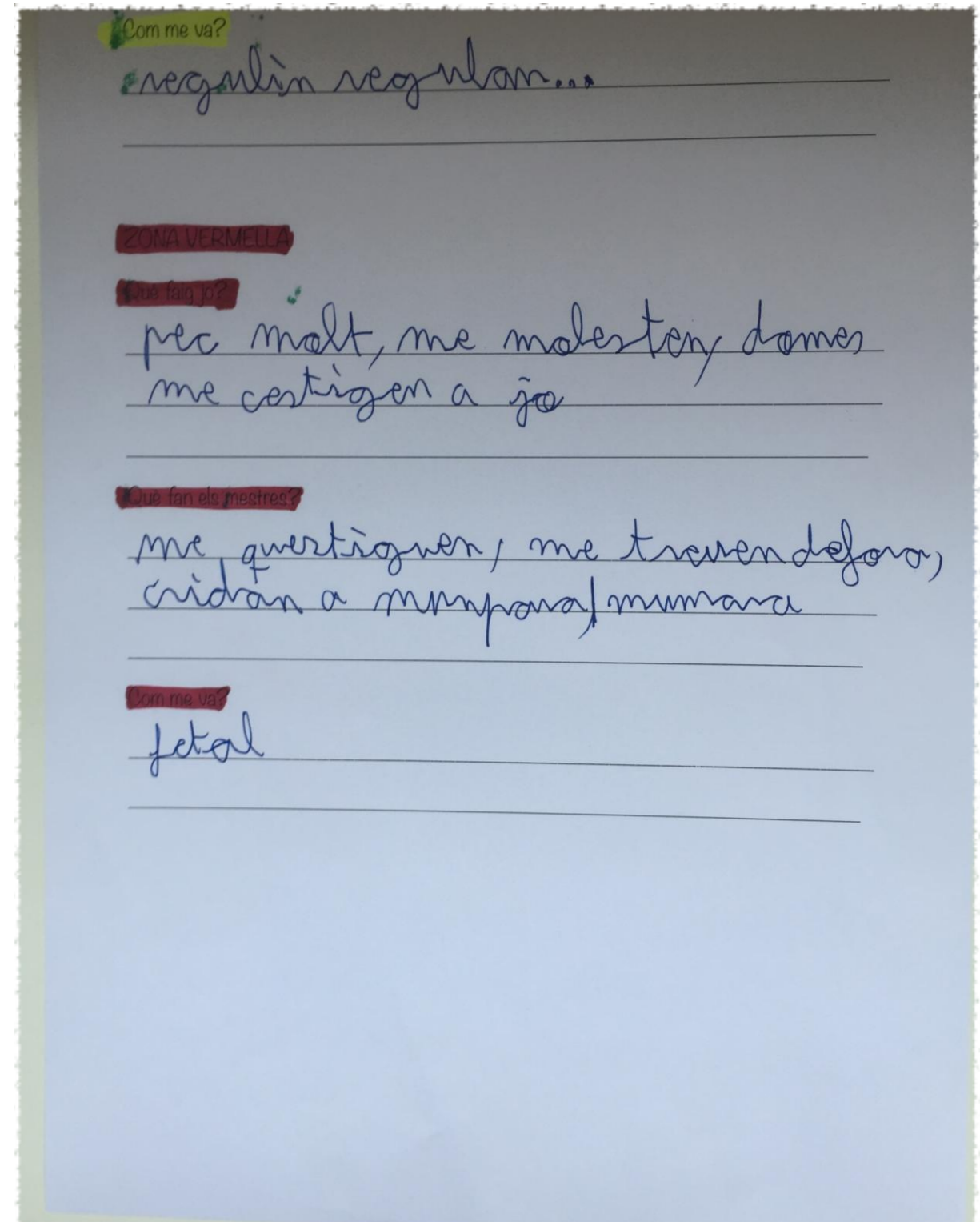
COM ME VA: regulin
regulan.

ZONA VERMELLA

QUÈ FAIG: peg
molt, me molesten,
només me castiguen
a jo.

QUÈ FAN ELS
MESTRES: me
castiguen, me treuen
defora, criden a mon
pare i mu mare.

COM ME VA: fatal.



RÚBRIQUES DE CONDUCTA

OBJECTIU

- Ajudar a reflexionar l'alumne sobre el comportament diari.

METODOLOGIA

















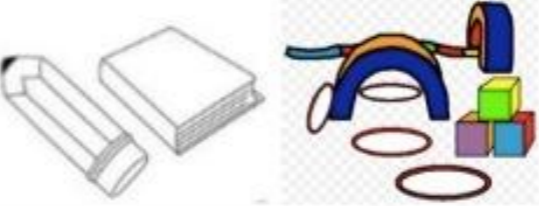



- Dissenyam un full en funció de la conducta a avaluar.
- Al final de cada sessió o del dematí, l'alumne emplenarà la rúbrica amb sense ajuda del mestre.
- Es poden revisar amb l'alumne per veure l'evolució.

AUTOAVALUACIÓ DEL DIA

DATA: _____

	No ho he intentat	He de millorar	Ho he fet bé
Segueix les normes del centre			
Acab les feines			
M'esforço			

El meu nom es: _____ Avui es: _____

Com ho he fet avui?			
CERCLE 			
FEINA 			
TALLER 			
PATI 			
FEINA / PSICO 			

ACTUACIONS DAVANT ESCALADES DE CONDUCTA

PRIMERES PASSES:

- Tenir identificats:
- Factors desencadenants de la conducta.
- Signes d'alarma.
- Recursos personals d'enfrontament.
- Informar l'alumne de les "regles del joc".

INICI DE L'ESCALADA:

Detectats els senyals d'alarma, intentarem reconduir la situació:

- Intentar activar els recursos que té el propi alumne per autocontrolar-se.
- Fer-lo veure que està un poc nerviós i convidar-lo a sortir de la classe per anar al bany o simplement quedar defora per tranquil·litzar-se.
- Li explicarem que el veïm nerviós i que segurament necessiti alguna cosa que no sabem. L'ajudam a identificar què necessita expressar.
- El deixam tranquil un moment tot sol i esperam que es tranquil·litzi.
- Simplificar o reduir la quantitat de feina proposada a classe per superar la possible frustració.
- Organitzar un racó o espai de relaxació i convidar-lo a anar-hi quan es comença a posar nerviós.

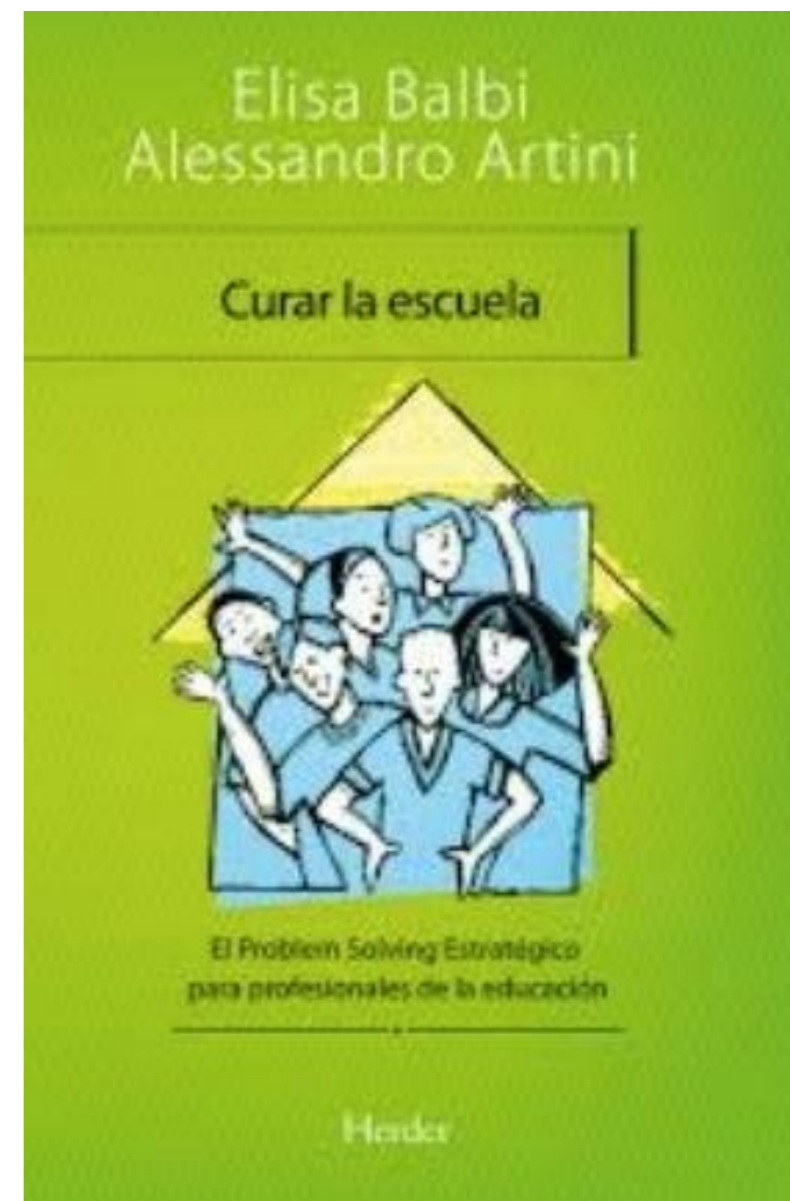
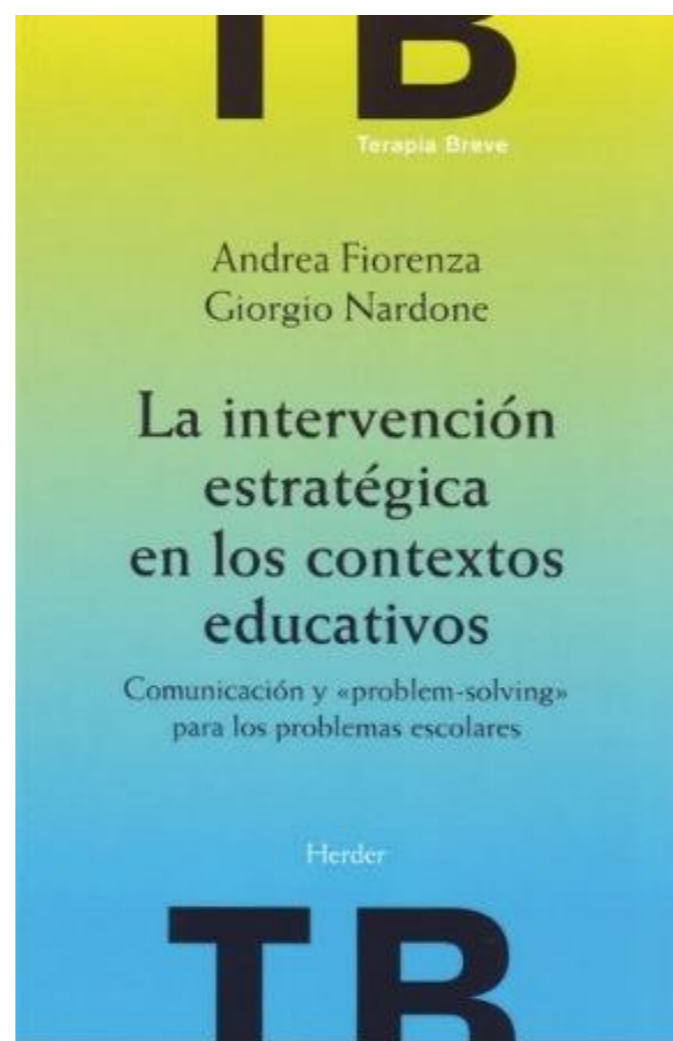
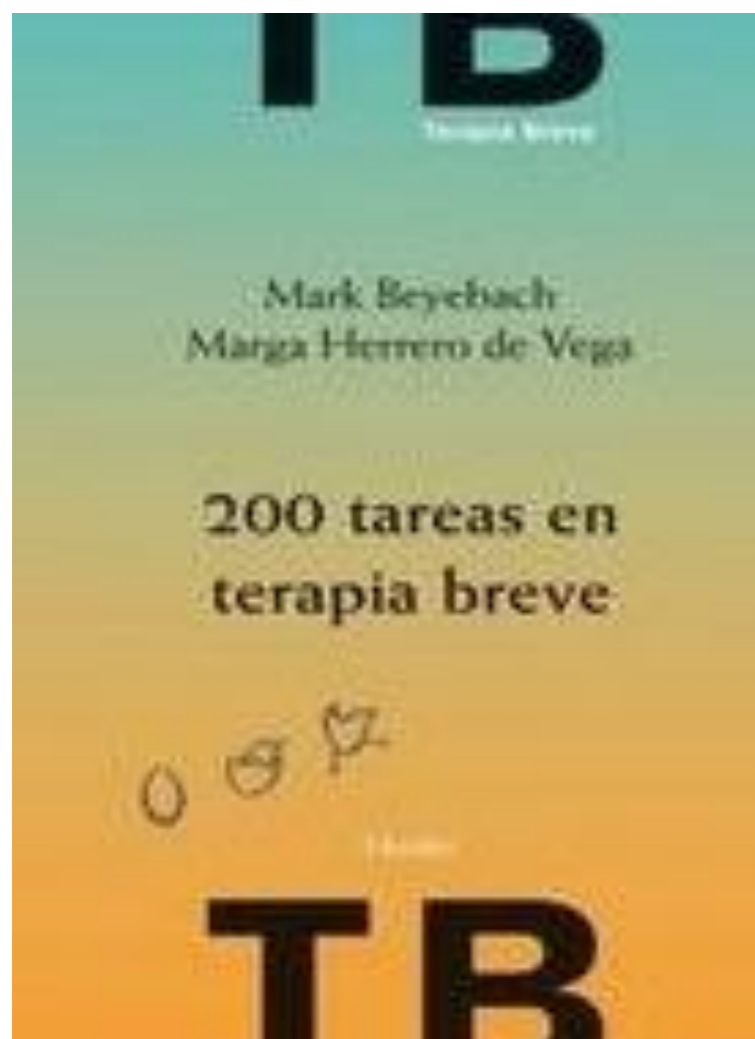
EXPLOSIÓ DE CONDUCTA

- L'avisarem de les conseqüències que tindrà i que depèn d'ell el fet que les apliquem.
- Si continua i es donen conductes inacceptables, el traurem i el durem a un lloc tranquil sense que el puguin veure.
- Esperarem a que es tranquil·litzi i que es pugui parlar amb ell.

DESPRÉS DE LA CRISI

- Recapitulació de la cadena conductual: conducta inadequada-conducta adequada-ajuda proporcionada.
- Aplicació de conseqüències.
- Reparació del mal.

TÈCNIQUES DE
TERÀPIA
ESTRATÈGICA BREU



TÈCNIQUES DE TERÀPIA ESTRATÈGICA BREU

- El regal ocult
- La tasca de predicció
- La carta experta
- La tècnica de l'escala
- Observador de conflictes
- Tots els alumnes surten de l'aula
- Paraules dolces
- La carta d'acomiadament

TÈCNICA DE L'ESCALA

OBJECTIUS:

- Ajudar a percebre l'evolució de la conducta.
- Prendre consciència dels avanços aconseguits, fins i tot abans de la intervenció.
- Establir nous objectius de millora.

METODOLOGIA:

- Feïm posar una nota de l'1 al 10 de la situació en què es troba a l'escola.
- Es demana a cada sessió individual.
- Intentam esbrinar perquè és aquesta puntuació i no menys.
- Demanam què podríem fer per augmentar un punt cada vegada.

OBSERVADOR DE CONFLICTES

OBJECTIUS:

- Dificultar l'alumne que generi conflictes entre iguals, topades amb les normes i/o cridades d'atenció.
- Fomentar la col·laboració mestre-alumne per trencar la simetria de l'enfrontament.

METODOLOGIA

- Fase 1: observar conflictes.
- Fase 2: resoldre conflictes.
- Fase 3: carta experta.

PARAULES DOLCES

OBJECTIU:

- Actuar de reforç positiu quan el comportament és adaptatiu sense que requereixi un esforç important per part del nin.
- Fomentar el vincle positiu mestre-alumne.

METODOLOGIA

- Post-it amb paraules o frases curtes agradables per l'infant.
- S'aplica a qualsevol alumne de l'aula en qualsevol moment.

ALTRES

- Mindfulness
- Mireille D'Allancé (2004). Quina rebequeria! Ed. Corimbo. Conte i material didàctic.
- Pautes de relaxació dins l'aula
- Dawn Huebner (2011). Qué hacer cuando estallo por cualquier cosa. TEA Ediciones.

