

# Time – out: Técnica del aislamiento

## ¿Qué hacer?..... PROCEDIMIENTO A SEGUIR:

Ejemplo: *Maria se dirige a un compañero y le da una patada.*

► Aplicar consigna / aviso a **XXX** POR PARTE DEL/LA MAESTRO/A RESPONSABLE DEL GRUPO-CLASE de manera inmediata a la aparición de la conducta agresiva:

- NO aplicar la consigna regañando o gritando, ni con actitud de enojo, utilizar un tono de voz lo más objetivo posible.

- EL/LA MAESTRO/A – COLABORADOR/A (encargado de llevar a cabo el aislamiento) llevará a **XXX** al aula de tiempo fuera SIN ESTABLECER INTERACCIÓN SOCIAL con él/ella y con una actitud neutra. A lo sumo si ésta pregunta se le dará una explicación concreta, y sin carga emocional, del motivo del aislamiento.

► El tiempo de aplicación será de aproximadamente 5 minutos y nunca excederá de 10.

► La “liberación” se llevará a cabo siempre y cuando su comportamiento en el último minuto haya sido el adecuado.

► NUNCA se “liberará” si se está manifestando comportamientos inadecuados tipo gritos, amenazas, golpes,...

► Una vez en clase de nuevo, NO JUZGAR lo sucedido.

**IMPORTANTE:** El/la maestro/a – colaborador/a NO debe intervenir en la marcha de la clase, ni reprender o intentar corregir la conducta de **XXX**. Su única función es la de llevar a cabo la técnica. El manejo de la clase es competencia únicamente del/la maestro/a que la imparte. NO UTILIZAR EL TIME – OUT COMO REGLA AMENAZANTE (Ej. “como sigas molestando te llevamos al aula de aislamiento”)

## **EXTINCIÓN Y REFUERZO POSITIVO**

El apareamiento de la extinción de conductas disruptivas con el refuerzo positivo de conductas adaptativas, produce una mayor eficacia en el control de la conducta deseada.

## ¿Qué hacer?..... PROCEDIMIENTO A SEGUIR:

► Retirar la consecuencia reforzante (atención) a la emisión de la conducta inadecuada (Ej. molestar a un/a compañero/a de clase).

► Reforzar o premiar a **XXX** cada vez que manifieste conductas adaptativas opuestas a la agresión (Ej. *pedir permiso para ir al servicio, acercarse adecuadamente a un/a compañero/a*). Éste refuerzo será de tipo social, elogio, sonrisa, aprobación, miradas, ayudarlo/a individualmente en lo que esté realizando, mostrar interés,...

### **CONSIDERACIONES GENERALES:**

- NO regañar continuamente, aplicando múltiples reglas que no se van a cumplir.

-No aplicar excesivas órdenes e instrucciones: “no te muevas”, “no molestes”, “no te levantes”....

- Evitar, ante la aparición de la conducta inadecuada, relatar extensamente todos los acontecimientos desadaptados que han tenido lugar hasta el momento.

- En el caso que **XXX** emita un comportamiento que interfiera la marcha de la clase (Ej. *Hacer ruido con algún objeto*) y la restricción verbal (“*No continúes haciendo ruido*”) no surta efecto, retirarle el objeto en cuestión sin ningún tipo de manifestación de atención (contacto ocular, regañar,...)

- Aplicar la extinción de manera sistemática.

- MUY IMPORTANTE: PREMIAR LOS COMPORTAMIENTOS ADECUADOS.

### **EJEMPLOS DE COMPORTAMIENTOS ESCOLARES DESEABLES**

1. Seguir las reglas de los juegos.
2. Estar alegre.
3. Hablar con respeto a los/as demás
4. Aceptar sugerencias de los/as compañeros/as
5. Asumir responsabilidades
6. Realizar cosas útiles para los/as compañeros/as
7. Plantear diálogos y discusiones normalizadas
8. Controlar los sentimientos de frustración
9. Aceptar las diferencias sociales
10. Tener autoconfianza
11. Ser optimista ante las tareas
12. Ser considerado con los/as demás
13. Ayudar a los/as compañeros/as en las dificultades
14. Interesarse por lo que les ocurre a los/as demás
15. Compartir las cosas
16. Reforzar a los/as compañeros/as
17. Tomar en cuenta críticas positivas para mejorar
18. Esforzarse por cumplir lo encomendado
19. Tener buena relación con los/as compañeros/as
20. Intentar convencer a los/as demás a través de razones y no de gritos o imposiciones

21. Terminar las tareas
22. Acatar las decisiones de la mayoría
23. Ser simpático/a
24. Prestar atención a comentarios y opiniones de los/as demás
25. Respetar las cosas de los/as compañeros/as
26. Contribuir a la limpieza de la clase
27. Aceptar sus posibilidades y limitaciones
28. Pedir la palabra y esperar su turno para intervenir
29. ...

### **REFORZADORES SOCIALES**

1. Alabanza
2. Comentario positivo
3. Reconocimiento de la labor o tarea
4. Sonrisa
5. Elogiar
6. Felicitar
7. Contacto físico: estrechar la mano, palmada en el hombro, caricias,...
8. Expresión de satisfacción
9. Reconocimiento individual (maestro/a)
10. Reconocimiento individual (otro/a alumno/a)
11. Reconocimiento colectivo (compañeros/as)
12. Comentarios favorables de un/a compañero/a
13. Constituirse como modelo de
14. Elegirlo para determinadas actividades
15. Recibir atención de los/as compañeros/as
16. ...

### **REFORZADORES DE SITUACIÓN**

1. Salir unos minutos al patio
2. Disfrutar de tiempo libre
3. Pintar, colorear,..
4. Sentarse junto a ...
5. Ser encargado/a de...
6. Repartir folios
7. Recoger los cuadernos
8. Borrar la pizarra
9. Ayudar al/la profesor/a en...
10. Hacer recados
11. Ser el primero/a en...
12. Reducción de la cantidad de la tarea
13. Tiempo de descanso
14. Realizar una tarea agradable
15. Compartir algo con un/a compañero/a
16. ...