



Escola d'Educació Especial Llevant

Institut Municipal Serveis Personals

Badalona



Benvolguts mares i pares,



Tots sabem que aquests dies de confinament són d'una excepcionalitat sense precedent.

Les famílies que teniu nens/nenes amb necessitats educatives especials és possible que la situació es faci difícil de gestionar, degut a les limitacions de comprensió i, en alguns casos, d'autoregulació dels vostres fills i filles.



En aquest document us vull compartir informacions dirigides a gestionar aspectes conductuals. Són estratègies de caràcter general que cal adaptar al vostre context i a les característiques de cada nen.

Durant aquest temps, els professionals de l'escola us continuarem acompanyant, unint forces i fent un bon equip de treball.





- Quan parlem de conductes problemàtiques ens referim a **conductes agressives, autolesives, estereotipades, disruptives, desafiants, no col·laboradores...**, de menor o major intensitat, que poden resultar **perilloses i/o incapacitants**.





ESTRATÈGIES PREVENTIVES DE LES CONDUCTES PROBLEMÀTIQUES.

PREVENIR SEMPRE ÉS MILLOR





1- CREAR UN ENTORN TRANQUIL



RUTINA DIÀRIA: horari visual que s'adapti millor al vostre fill o filla. (pictogrames, horari escrit, objectes...)

ACTIVITATS: programar activitats que els agradi amb d'altres que potser no són preferents, però que són necessàries.

ELECCIONS: deixar que facin eleccions de la joguina que volen, d'activitats, objectes i posar-les a l'horari. (després de... Podràs jugar amb...)





- **ORGANITZACIÓ ESPAIS:** Organitzar espais de casa segons diferents activitats , amb material ordenat i poc accessible. **Cada cosa al seu lloc i cada activitat en un espai.**



- **ATENCIÓ AL TEMPS.** És important fer visible l'estona que podran estar fent les activitats (temporitzadors, rellotges visuals, de cuina, mòbil...)





2-NORMES VISUALS, LÍMITS CLARS, EXPLICITANT ALLÒ QUE ES POT FER I A QUIN ESPAI DE LA CASA

- **Seqüències visuals** per fer-los autònoms.





• **Normes de casa**



TIRAR DEL PELO



PELLIZCAR



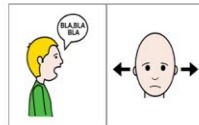
ACARICIAR



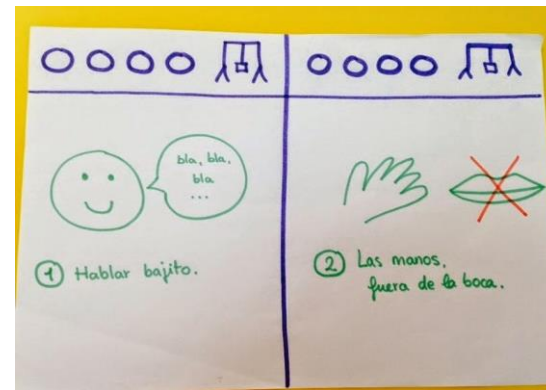
COGER DE LA MANO



EMPUJAR



DECIR NO

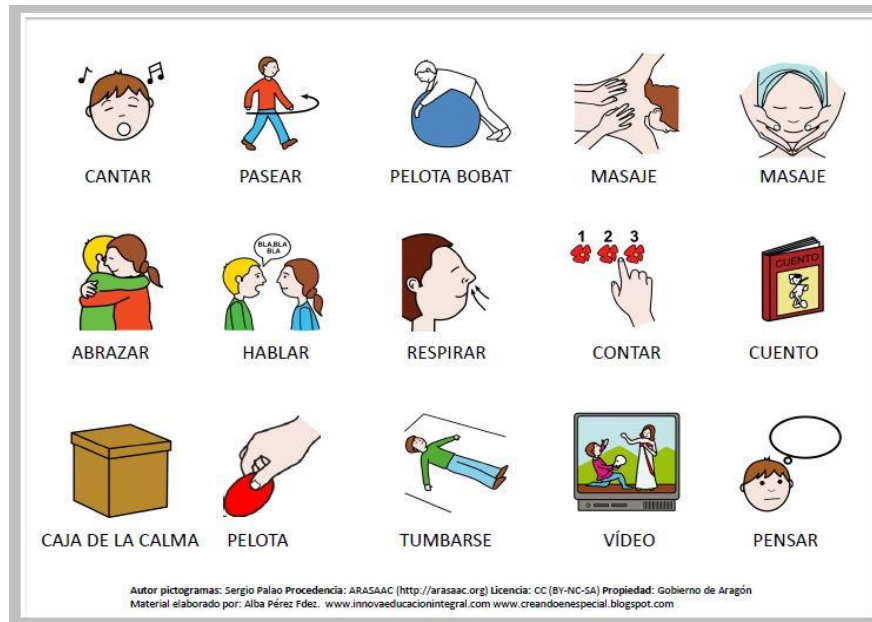




- **Regulació emocional.**

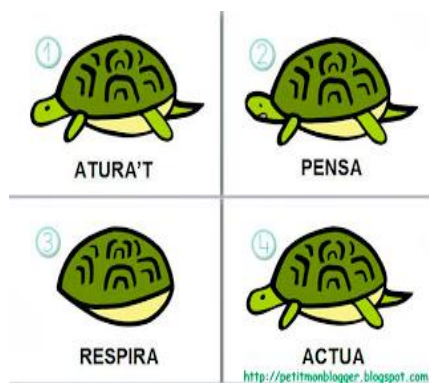
Permetre que facin activitats que ajudin a regular:

- Exercicis de mobilitat o moviments amb objectes o parts del cos.
- Activitats relaxants



- Regulació emocional.

- Relaxació



PIERNAS Y BRAZOS	Imaginemos que pisamos barro.	Pisamos fuerte en el barro.	Separamos los dedos.	Repetimos dos veces.
ESTÓMAGO	Imagina que te pisa un elefante.	Endurece el estómago.	Encoge el estómago.	Repite dos veces.
CARA Y NARIZ	Imagina una mosca en tu nariz.	Frunce la nariz.	Frunce la frente.	Repite dos veces.



3-COMUNICACIÓN

La conducta problemática comunica. **IMPORTANT** aplicar sistemas de suport.



PECS. Es un sistema de comunicación basado en el intercambio de imágenes





4- ACTUAR DAVANT LA CRISI





POSSIBLES MOTIUS CRISI



- Desregulació emocional. Sobrestimulació.
- Frustració.
- Malestar físic.
- Estar massa enfocats en els seus interessos./ obsessions.
- Haver après a aconseguir el que vol amb una rabieta.
- ...





MANTENIR LA CALMA



HEM D'AJUDAR als nostres fills a superar el seu descontrol.

ATENCIÓ: evitar l'ús del NO, cridar, castigar, no negociem en aquest moment, ni renyeu..





Una crisi té tres fases: **inici**, explosió i final.



INICI:

- Assegurar que la conducta no s'està manifestant per malestar físic, són, cansament, ansietat.. Oferir millorar els seu estat.
- Redirigir al nen /a una activitat relaxant, un entorn tranquil, activitat diferent.





Una crisi té tres fases: inici, **explosió** i final.



EXPLOSIÓ :

- EVITAR que es facin mal si hi ha conducta autolesiva.
- PROTEGIR davant l' AGRESSIÓ O DESTRUCCIÓ AMB RISC DE FER-SE MAL: Marxar de l'espai o portar-lo a un espai segur.





Una crisi te tres fases: inici, explosió i **final**.



FINAL:

- Millorar el seu estat físic.
- Redirigir cap una activitat o espai calmant.
- Tornar a la rutina, o oferir una activitat per millorar el seu estat d'ànim. Que no sigui el que demanava, però que li agrada.





Què he de fer si el meu fill o filla necessita assistència durant el confinament?

En cas de necessitar assistència durant el confinament per alteracions emocionals o de conducta del nen o nena es recomana que us poseu en contacte amb el vostre centre mèdic de referència, que us respondrà pels canals habilitats durant aquest període.

En el cas de no tenir seguiment especialitzat, poseu-vos en contacte amb l'escola que donarà avís a la psicòloga.





PER AMPLIAR INFORMACIÒ

https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/apoyo_conductual_positivo.pdf

https://criatures.ara.cat/Oferir-conductual-prevenir-conductes-problematicues_0_1509449045.html





Pilar Raja

