

Los sistemas de recompensa

Hola, buenos días. Hoy, siguiendo con la línea de videos que habíamos empezado para proporcionar los recursos para trabajar con los niños en casa, vamos hablar de los sistemas de recompensa.

¿Qué es un sistema de recompensa? Un sistema de recompensa es una herramienta muy útil basada en el refuerzo positivo que yo puedo utilizar para incrementar conductas en casa, por ejemplo, o para instaurar una conducta nueva que el niño nunca ha llevado a cabo, por ejemplo, lavarse los dientes. Imaginemos que nuestro niño ya ha cumplido, no sé, tres años y queremos que empiece a lavarse los dientes. Pero es algo que nunca ha hecho nunca, que no está en su repertorio conductual y, por tanto, no es un hábito. Podemos utilizar el castigo, sino te lavas los dientes te quedas sin cenar, que es un recurso mucho menos eficaz, o un sistema de recompensa.

Sistema de recompensa de Leyre

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Hago todos los deberes					
Recojo todos mis juguetes					

Premio: ir el sábado a patinar con papá y mamá

En un sistema de recompensa, vamos a enseñar al niño que la conducta que yo quiero instaurar va a tener una gratificación. La gratificación o el reforzador positivo que yo voy a utilizar para premiar esta conducta no es recomendable que sea algo material. Es mucho mejor que sea pasar tiempo con ellos, acompañarles a hacer alguna actividad, por ejemplo, ir al parque, ir a patinar, ir al cine a ver la última película que van a estrenar, es lo que más valoran los niños.

Entonces, le tenemos que explicar, en primer lugar, lo que va a consistir el sistema de recompensa. ¿Vale? Aquí tenemos un ejemplo de un sistema de recompensa, se ponen los días de la semana y las conductas. Se recomienda que sea una, o como mucho dos, dependiendo de la edad del niño que queremos instaurar. Cada día haremos la revisión de si se ha cumplido ese objetivo y pondremos, podemos utilizar gomets, podemos utilizar caritas sonrientes, dibujitos que haga el nene, lo que

queramos. Es bueno que lo hagamos con él, y que previamente hayamos negociado cual va a ser el premio, ¿vale? En este caso el premio es ir el sábado a patinar con papá y mamá. Pues si esta niña consigue ponerse solita a hacer sola los deberes, en este caso, y recoger sus juguetes, consigue los puntitos. Tendrá ese premio.

Algunas cosas importantes a tener en cuenta para que sea efectivo, porque muchos papás me dicen: “es que no me funciona”. Bueno, pero hay que ver si se aplica bien o no se aplica bien la técnica. Por ejemplo, premiar las aproximaciones a la conducta final. ¿Qué significa esto? Si le pedimos a un niño de tres años algo que nunca ha hecho, empiece a hacerlo, pues probablemente algunos días lo consiga hacer, otros días se olvide, porque como decíamos no es un hábito aún.

Entonces, yo la primera semana con que lo haya hecho dos o tres veces ya voy a premiar eso. Porque estoy premiando el esfuerzo y estoy premiando el que él se sienta motivado para continuar haciendo eso. Si lo ha realizado dos o tres veces y yo no le doy ningún premio ni le reconozco el esfuerzo que ha hecho, probablemente deje de hacerlo, ¿eh? Yo lo que quiero es motivarle para que continúe haciéndolo. Así que durante la primera o segunda semana voy a premiar también aunque no se consiga el objetivo final, de cumplirlo los cinco días.

Luego, otra cosa importante, ser consistente y ser coherente, no olvidarme, no dejar de hacerlo tres días y, luego, retomarlo porque todo eso no sirve para nada. Vale la pena hacerlo poco, poco tiempo, y hacerlo bien. Dos o tres semanas para una conducta que se considera que es el tiempo que un nene puede tardar en llevarla a cabo con premios muy concretos, inmediatos, si puede ser, ¿eh? Cuando acabe la semana, el mismo viernes, o el sábado por la mañana para que el niño asocie bien que cuando se está comportando como queremos, cumpliendo el objetivo, tiene efectivamente su premio.

Es una técnica que funciona muy bien, si se hace bien. Porque ya normalmente los niños trabajan muy bien por objetivos y más si el objetivo es algo positivo para ellos. Es recomendable también que el premio lo elijáis conjuntamente. Porque yo puedo elegir un premio que creo que a mi hijo le puede motivar o le puede gustar, pero a lo mejor no le hace ninguna gracia, o no tiene interés para él. Así que es importante negociarlo. Yo creo que es una técnica efectiva y os vamos a dejar el descargable para que podáis usarla. Y si se hace bien, os va a dar buenos resultados. Espero que os haya servido, gracias.