
Supuesto Práctico:

PLAN DE ACTUACIÓN CONTRA LA INADAPTACIÓN ESCOLAR

En un aula de 1º de Primaria de un CEIP de Alcobendas (Madrid), el maestro ha detectado una serie de conductas “problemáticas” provenientes de Jacinto, alumno que tiene en la actualidad 6 años y que impiden el desarrollo normal del proceso educativo. Este niño ecuatoriano se ha incorporado a nuestro centro este año, y si bien al principio parecía haberse integrado plenamente, en la actualidad, tres meses después de iniciado el curso, presenta moderado rechazo a la escuela, falta de atención en clase y problemas de relación con sus iguales dada su irritabilidad.

El Equipo de Orientación, tras la consulta realizada por el tutor del grupo, ha determinado que estos problemas comportamentales son debidos básicamente a retrasos madurativos generales y al cuadro de ansiedad que presenta por la inadaptación escolar y que pueden ser abordados por el maestro en el aula con el asesoramiento del equipo de orientación, si así lo demanda.

Proponga usted como tutor del grupo-clase un plan de actuación para Jacinto, señalando previamente la estrategia general de intervención.

PLAN DE ACTUACIÓN: VOLVER A EMPEZAR: UN PLAN CONTRA LA ANSIEDAD.

JUSTIFICACIÓN:

El CEIP, microcosmos de una sociedad diversa y multicultural, debe conseguir desarrollar acciones de carácter preventivo y compensatorio, que garanticen las condiciones favorables para que todos los alumnos, sean cuales sean sus circunstancias, puedan conseguir los objetivos de la educación.

Este principio emana en primer lugar del mandato que la Constitución Española de 1978, en su artículo 27 enuncia: 27.1. Todos tienen derecho a la educación. 27.2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana en el respeto.... y así también lo desarrolla la LOE/LOMCE, en su Título II: De la equidad en la educación... la educación tendrá como finalidad la de formar y optimizar el desarrollo de todos los individuos y compensar las posibles desigualdades de origen social o individual.

La educación tiene como objetivo el desarrollo integral del individuo; esto conlleva el optimizar las *dimensiones personal y social*. La dimensión afectiva tiene una relevancia e influencia máxima, en nuestro caso los estados de ansiedad, impedirán un desarrollo armónico de Jacinto, y que queda reflejado en sus dificultades en la función cognitiva, falta de atención, en su falta de equilibrio emocional, problemas de relación debido a su irritabilidad,..., y fobia a la escuela, lo que pone de manifiesto también su falta de inserción social dentro del grupo.

El currículo de la etapa de Educación Primaria, establecido en el RD 126/2014, nos ofrece la posibilidad, dado su carácter integrador, flexible y globalizador, de intervenir desde todas las áreas de conocimiento incorporando contenidos relativos a la resolución pacífica de conflictos, como las habilidades de autonomía personal y social,

Por otra parte, la detección de dificultades o problemas de conducta ha de realizarse lo antes posible, a fin de que no se generen nuevas o mayores complicaciones que puedan afectar a la personalidad del niño y/o a la vida del grupo clase. Recordemos el dicho: "Más vale prevenir que curar". Además de ser uno de los principios de actuación en la Etapa.

La situación que nos describe el "supuesto" nos obliga a...

ESTRATEGIA GENERAL:

Antes de comenzar la resolución, señalamos que por **estrategia** entendemos el... "Camino o proceso que nos conduce hasta conseguir los objetivos que nos hemos propuesto", en nuestro caso entendemos que eliminar las conductas problema.

✓ **Primer paso: Evaluación inicial o diagnóstica.**

El maestro/a analizará a **Jacinto**, y por extensión el **grupo**, a través del informe del equipo de orientación realizado; de los expedientes personales; de la información personal del tutor del curso anterior, si fuera posible; de pruebas sociométricas realizadas al grupo este año; de la información obtenida de las familias,...

La información que se recogerá responde (*se ha recogido, véase los datos del supuesto*):

- Desarrollo físico y madurativo general.
- Personalidad: rasgos que, por ser extremos, puedan inducir la existencia de tensiones o dificultades en la conducta: introversión-extroversión; estabilidad-inestabilidad emocional; impulsivo-reflexivo; ansiedad;...
- Integración social: dificultades de relación social con los iguales y con los adultos.
- Rendimiento escolar: si es bajo o inferior a las posibilidades del alumno, contrastando con sus aptitudes, personalidad e integración.

Realizada la evaluación inicial o de diagnóstico, averiguando cuáles son las conductas inadecuadas o problemáticas y sus posibles causas y consecuencias (*véase los datos de supuesto*), **Línea Base Conductual**, el siguiente paso será...

✓ **Segundo paso: Diseño del plan de actuación.** Este proceso incluye:

- **Elección de una estrategia o técnica de intervención.**

La estrategia de intervención, conjunto de métodos y técnicas que, debidamente aplicados al sujeto/grupo consiguen su normalización definitiva. Nosotros elegimos técnicas derivadas de la *modificación de conducta junto a actividades educativas*.

Una vez resuelto el problema (conducta/s inadecuada/s), es conveniente prolongar durante un cierto tiempo la intervención mediante una estrategia de apoyo.

- **Adopción de una metodología.**

Ahora determinamos cómo desarrollaremos el plan de actuación. Precisamos:

- El grado de libertad: Se especifica el grado de libertad que damos a Jacinto para tomar decisiones en su “tratamiento”.

A mayor edad y nivel, menor directividad. En nuestro caso, será directivo, aunque en algunos casos como la elección del tipo de reforzadores podamos “consultarle”.

- La modalidad de las intervenciones/sesiones:

En Primaria, singularmente en primer curso, no es posible la modalidad de autoaplicable, por lo que se empleará en sesiones de clase y en casa, tanto individual como en grupo.

- La selección de técnicas:

Si se interviene con el grupo clase: podremos decidir entre Técnicas de Dinámica de Grupos (Juegos cooperativos, de presentación,...) y Técnicas cognitivo-conductuales aplicadas al grupo (Economía de fichas, Contratos de contingencias, R -).

Si se interviene sobre sujetos individuales: Las técnicas serán las del enfoque cognitivo-conductual (refuerzo +, refuerzo -, extinción, castigo, moldeamiento, modelamiento, desensibilización sistemática,... el autocontrol). Su elección dependerá de si queremos que aprenda conductas hábiles o deseamos eliminar primero conductas indeseables para posteriormente enseñar la adecuada.

- **Plan de actuación**: El plan de actuación particular o del grupo deberá incluir.
 - Identificación y caracterización del alumno / grupo.
 - Objetivos a conseguir.
 - Metodología. Prescripciones y normas.
 - Actividad/es a realizar.
 - Temporalización y duración.
 - Registro del control de la intervención.

La colaboración de la familia es precisa para llevar acabo el Plan. Así pues, determinaremos “actividades-acciones” destinadas a los padres para su información-formación. Si hubiera más de una conducta problema, en nuestro caso lo es, será necesario fijar la prioridad, con el fin de establecer la estrategia de intervención.

- **Control del plan de intervención.**

El maestro (y los padres,...) antes de iniciar el plan de actuación plasmará(n) en un documento todo el proceso a seguir, partiendo de los datos de la evaluación inicial y de su hipótesis previa. En este documento se anotarán los resultados que vayamos obteniendo. Igualmente se registrarán estimaciones personales. Todo ello permitirá enjuiciar la evolución del niño y del plan.

- ✓ **Tercer paso: La intervención.**

✓ **Cuarto paso: Evaluación de resultados obtenidos con el plan de actuación.**

EVALUACIÓN DEL ALUMNO/CLASE:

QUÉ: Los objetivos marcados en el plan de actuación.

CÓMO: Documento u hoja control; Lista de Control.

CUÁNDO: A lo largo del proceso: evaluación inicial o diagnóstica, procesual y final.

EVALUACIÓN DEL PLAN DE ACTUACIÓN:

QUÉ: Los distintos elementos que lo componen y coherencia. Indicadores para ello.

CÓMO: Discusión en grupo (maestro, maestros especialistas,...); cuestionario a familias;...

CUÁNDO: A lo largo de todo el proceso.

A la vista de los resultados y, tras analizarlos, podrá sugerir:

- Continuar el plan de actuación durante otro período de tiempo.
- Modificar las técnicas o la estrategia.
- Finalizar la intervención.

PLAN DE ACTUACIÓN: PLAN CONTRA LA ANSIEDAD Y CONDUCTAS PROBLEMÁTICAS

a) Identificación del alumno:

Jacinto, alumno del primer curso de Primaria. Edad actual 6 años. El exceso de tensión que sufre tiene una incidencia en su adaptación y estado personal: moderada fobia escolar, falta de relación e irritabilidad y falta de atención, lo que dificulta el proceso de E/A (enseñanza y aprendizaje).

b) Objetivos:

- Eliminar la ansiedad de Jacinto, haciendo que identifique las situaciones que la provocan y dotándola de estrategias que le permitan reducirla o eliminarla.
- Eliminar la irritabilidad, proporcionándole HHSS que le permita una mejora en el control emocional y motor y de sus relaciones interpersonales, tanto con iguales como con adultos.
- Mejorar progresivamente la "atención", a través de actividades que impliquen procesos de percepción y discriminación de semejanzas y diferencias.
- Aumentar el conocimiento de su esquema corporal y su autoestima.
- Identificar y hacer uso de los distintos espacios, personas y normas del CEIP.

c) Contenidos: Algunos de los contenidos a trabajar ...(optativo)

- Identificación de "situaciones" que le provocan ansiedad.
- Utilización de estrategias que reduzcan o eliminen la ansiedad.
- Manejo de HHSS relacionadas con la interacción social y autoestima.
- Discriminación de semejanzas y diferencias.
- El esquema corporal: partes del cuerpo, control movimientos,...
- La escuela: espacios, personas y normas.

d) **Metodología.** Orientaciones y normas

En este caso de ansiedad, me parece adecuado realizar actividades propias de lo que podríamos denominar **periodo de adaptación**, conocimiento del colegio, espacios y normas de funcionamiento, de los compañeros, de los maestros, y aplicar **la relajación**, como técnica adecuada para combatir la ansiedad. Se utilizará tanto la relajación muscular como la psíquica (mediante ésta se desconcentra su pensamiento de la situación que provoca la tensión por otra agradable hasta lograr la relajación). Por la edad de Jacinto no se aplicará la “autorrelajación”. Paralelamente se utilizarán **técnicas de dinámica de grupos**: de presentación, de juegos cooperativos, de resolución de conflictos, habilidades de interacción social... con objeto de mejorar las relaciones interpersonales.

Los ejercicios de **relajación** se realizarán **de forma grupal** (clase) e **individual** (clase y casa). La **técnica** a emplear es una adaptación de la de **JACOBSON Y SCHULTZ**. En la última semana se aplicarán ejercicios derivadas de la relajación psíquica. Las actividades se llevarán a cabo **diariamente**. Se ejecutarán dos sesiones al día, una por la mañana y otra por la tarde; más adelante, una vez que la familia conozca “las técnicas”, si esto es posible, se haría una antes de acudir al centro por la mañana y otra antes de la entrada por la tarde, eliminando las sesiones del aula, pudiéndose emplear **alguna técnica de apoyo** para momentos puntuales de la jornada en donde Jacinto manifieste ansiedad, como la Respiración profunda y lenta o Tensión-Distensión muscular.

Las **técnicas de dinámica de grupo** se realizarán integradas en el desarrollo de las distintas UDD. Un buen momento podría ser a la entrada o en el recreo,... en E. Física.

Las actividades de psicomotricidad cuyo objeto es aumentar el conocimiento del esquema corporal y así potenciar el desarrollo madurativo, se llevarán a cabo esencialmente en las clases de educación física.

Trabajar con los padres, informar y formar sobre el plan de actuación que vamos a llevar a cabo, en qué consisten las técnicas que vamos a utilizar y sobre cómo llevar a cabo el seguimiento y evaluación, todo ello a través de un **Taller de Padres**.

e) **Temporalización.**

La duración inicial del plan es de **un mes**. Al finalizar se valorarán (**evaluación**) los resultados y se decidirá sobre su continuidad, modificación o darlo por terminado.

El Taller de padres se realizará en la primera semana, durante tres días, en horario de tarde, siendo impartido por la escuela de Padres de la localidad.

f) **Actividades:** Nos centramos en desarrollar....

ACTIVIDADES DE RELAJACIÓN:

Los ejercicios se desarrollarán acostado en el suelo sobre una alfombra (también cuando se realice en grupo) o bien sentado en una silla, con la cabeza recostada, los brazos apoyados y las manos caídas sin apoyarse en ningún sitio, las piernas semiflexionadas y los pies apoyados en el suelo.

1. Cierra los ojos, cierra con fuerza los puños, haciendo tensión con los músculos del brazo: un minuto.
A continuación vuelve a la posición inicial, relajándote el máximo posible y descansando así durante dos minutos.

2. Relajación del brazo derecho. Concéntrate en tu brazo derecho. El brazo derecho está pesado, cada vez más pesado: uno o dos minutos.
A continuación descansa sintiendo tu propia respiración y concentrándote en el brazo derecho, abre los ojos y flexiona el brazo varias veces con energía.

Relajación del brazo izquierdo. Idem.

3. Relajación de la pierna derecha. Concéntrate en tu pierna derecha. La pierna derecha está pesada, cada vez más pesada: uno o dos minutos.
A continuación descansa sintiendo tu propia respiración y concentrándote en la pierna derecha, abre los ojos y flexiona la pierna varias veces con energía.

Relajación de la pierna izquierda. Idem.

4. Relajación de todo el cuerpo:

Tras relajar los brazos y piernas, toca ahora que los músculos del cuello y hombros se distiendan cada vez más. Lucia lo conseguirá haciendo tensión en esa musculatura: un minuto;

A continuación volver a la posición inicial, relajándose y descansando así durante dos minutos.

A continuación lo haremos con ojos y boca siguiendo el mismo procedimiento.

5. Ejercicio de respiración:

Concéntrate en tú respiración. Escúchala. Descansa. Así durante un minuto.

A continuación respira profundamente y descansa: dos minutos. Tras ellas se extienden y flexionan manos y piernas.

6. Ejercicios de tensión-distensión:

De manos y dedos: de forma natural o utilizando un medio como puede ser una pelotita de goma,...

7. Actividades de relajación psíquica:

Jacinto se concentrará con los ojos cerrados en algún lugar que para ella sea agradable y observará lo que ocurre a su alrededor, al tiempo que descansa y respira profundamente. Esto mismo puede hacerlo sobre una situación real.

La finalidad de esta actividad es sentir el ritmo de las cosas y acostumbrar a éste a vivirlas en un estado de relajación y tranquilidad.

ACTIVIDADES PARA LA ATENCIÓN:

1. Actividades de trazos o punteado: atención.

Estas actividades se realizarán de manera que Jacinto haga trazos, según un modelo, o puntee el interior de un dibujo, alternamente con fuerza y suavidad.

2. Actividades de búsqueda de semejanzas y diferencias: atención.

Estas actividades se realizarán de manera que Jacinto busque diferencias entre dos imágenes similares.

ACTIVIDADES PROPIAS DEL P. DE ADAPTACIÓN: Actividades relativas al...

1. Conocimiento de espacios, personas y normas de la escuela
2. A las habilidades de interacción social y de dinámica de grupos
3. Conocimiento del esquema corporal: psicomotricidad

g) Evaluación:

EVALUACIÓN DE JACINTO: Registro del control de la intervención

En la **Hoja Control**, y en la columna observaciones, la familia (y el maestro en la suya) deben anotar diariamente la evolución de su estado general; es decir, si se ha encontrado más tranquilo y sosegado (+) o si, por el contrario, ha estado tenso y nervioso (-).

HOJA DE CONTROL
 Nombre y apellidos: xxxxxxxxxxxxxxxx xxxxxxxxxxxx xxxxxxxxxxxxxxxx Edad: 6 años
 Etapa: E. Primaria Ciclo: 1º Nivel: 1º
 Objetivo:

Día	Fecha	Ejercicios I Sesión	Ejercicios II Sesión	Observaciones	
1	01-10-2015	1 y 2	1 y 2	=	+
2					
3					
4					
5					

Y ahora evaluar el grado de consecución de los objetivos propuestos y hacer el seguimiento a lo largo de la intervención.

Nota: Si el problema de conducta estuviera asociado a temores o miedos severos se lo comunicaría al equipo de orientación para sugerir y bajo su orientación aplicar “la desensibilización sistemática”. Técnica que por otra parte lo que hace es asociar a un estímulo que provoca ansiedad o miedo (puede ser la escuela, la maestra,...) con un estímulo incompatible con ésta (la relajación), haciendo disminuirla hasta llegar a desaparecer cuando aparezca aquél.

EVALUACIÓN DE LA PLANIFICACIÓN:

Qué: Diseño: los elementos de la planificación
Coherencia sistémica de los elementos

Esto nos permitirá analizar la adecuación de los objetivos, la estrategia de intervención, las actividades,... y nos podrá hacer modificar y en todo caso mejorar el programa.

Cómo: Podrá realizarse tanto por los padres como por el maestro, y si fuese necesario por el equipo de orientación. Son técnicas adecuadas la discusión en grupo, la utilización de cuestionarios y listas de estimación.

Cuándo: Los momentos adecuados son inicial (evaluación diagnóstica), a lo largo de la intervención (procesual) y finalmente (sumativa).