



Universidad
Católica
de Valencia
San Vicente Mártir

Facultad de Psicología
Grado en Psicología

Trabajo de Fin de Grado

**“DESAFIANDO LO NEGATIVO”: UNA
PROPUESTA DE PROGRAMA DE
INTERVENCIÓN SOBRE LA INTELIGENCIA
EMOCIONAL EN NIÑOS CON TRASTORNO
NEGATIVISTA DESAFIANTE ENTRE 8-11
AÑOS.**

Presentado por: Aitor Patiño Martínez

Tutor/a: María Dolores Grau Sevilla

Valencia, a 31 de mayo de 2023



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	6
2. MARCO TEÓRICO.....	8
a) El Trastorno Negativista Desafiante.....	8
b) El Modelo Rusell-Barkley.....	9
c) Dificultades emocionales y conductuales asociadas al TND.....	11
d) Influencia de la relación padres-hijo en el curso de la intervención en TND.....	12
e) La Inteligencia Emocional.....	13
f) Implicaciones de la IE en la intervención con TND.....	15
g) La influencia de la IE de los padres sobre el TND.....	16
h) Programas de intervención/prevención en TND.....	18
i) Justificación del programa y necesidad actual.....	24
3. OBJETIVOS.....	25
4. METODOLOGÍA.....	26
a. Destinatarios.....	26
b. Temporalización.....	26
c. Evaluación.....	27
d. Sesiones.....	27
5. CONCLUSIONES Y LIMITACIONES.....	33
6. BIBLIOGRAFÍA.....	34
7. ANEXOS.....	39



Resumen.

El presente programa propone una intervención sobre niños diagnosticados de trastorno negativista desafiante en la edad de 8-11 años. El componente principal de trabajo del programa es la Inteligencia emocional, la cual se define como la capacidad de percibir y reconocer los sentimientos propios y ajenos, la capacidad de motivarnos y motivar a otros, y regular adecuadamente nuestras emociones. Un nivel adecuado de inteligencia emocional ayuda al individuo a controlar mejor sus reacciones emocionales, así como responder y controlar de manera adecuada las emociones de los demás durante las interacciones sociales. Además, el programa realiza un trabajo conjunto en niños y padres, enseñando técnicas conductuales para el manejo del trastorno y prácticas parentales adecuadas que mejoran la sintomatología de los trastornos de la conducta y el control de impulsos. El programa está basado en el modelo de la inteligencia emocional de Mayer y Salovey, y consta de 9 sesiones de trabajo con un diseño de investigación test-retest con seguimiento a los 3 meses.

Palabras clave: Inteligencia Emocional, TND, Educación primaria, Modelo de las 4 ramas.

Abstract.

This program proposes an intervention on children diagnosed with oppositional defiant disorder at the age of 8-11 years. The main working component of the program is emotional intelligence, which is defined as the ability to perceive and recognize one's own and others feelings, the ability to motivate oneself and others, and to regulate one's emotions appropriately. An adequate level of emotional intelligence helps the individual to better control his or her emotional reactions, as well as to adequately respond to and control the emotions of others during social interactions. In addition, the program works together with children and parents, teaching behavioral techniques for the management of the disorder and appropriate parenting practices that enhance the symptomatology of conduct disorders and impulse control. The program is based on the emotional intelligence model of Mayer and Salovey and consists of 9 work sessions with a test-retest research design with a 3-month follow-up.

Key Words: Emotional Intelligence, ODD, Primary Education, Four Branch Model.



1. INTRODUCCIÓN.

El presente trabajo se basa en la creación de un programa de intervención a modo de propuesta. Dicho programa tiene como eje central el trabajo sobre la Inteligencia Emocional de los niños diagnosticados con un Trastorno Negativista Desafiante (TND), comprendidos en las edades de 8 a 11 años.

Salovey y Mayer de la Universidad de Yale (1990), patentaron el término “EI” (Emotional Intelligence) conceptualizaron el término IE como “un conjunto de habilidades hipotetizadas para contribuir al adecuado aprendizaje y expresión de la emoción en uno mismo y en otros, a una efectiva regulación emocional en uno mismo y otros, y para el uso de sentimientos para motivarse, planear y conseguir logros en la vida” (p. 185). Otro de los grandes investigadores y gran impulsor de la investigación e interés en el campo de la inteligencia emocional fue Daniel Goleman (1996) conceptualizó la IE como la capacidad de reconocer nuestros sentimientos y los de otros, para motivarnos y manejarlos de forma correcta con nosotros mismos y en nuestras relaciones. En su modelo explicativo de la IE, muestra que esta está dividida en dos ámbitos, las habilidades personales y las sociales. En las personales se encuentran habilidades como el reconocimiento emocional personal, el manejo emocional personal y la motivación. Mientras que las habilidades sociales se dividen en empatía y habilidades interpersonales (Goleman, 1998).

El TND se caracteriza principalmente por ser un patrón frecuente y persistente de enfado o irritabilidad y discusiones o actitudes desafiantes y/o vengativas (APA, 2014). Dichas características producen un deterioro significativo en uno o más ámbitos del entorno del niño. Los primeros síntomas del TND suelen aparecer en la etapa escolar, abarcando como aparición más temprana los años preescolares y como aparición más tardía la adolescencia, y suelen ser la antesala del desarrollo de un Trastorno de Conducta (TC) y Trastornos de personalidad Antisocial en la adultez (APA, 2014).



La IE juega un papel muy importante dentro de la intervención y tratamiento del TND. Por ejemplo, la regulación emocional, la cual se define como los procesos intrínsecos y extrínsecos responsables de la evaluación, monitorización y modificación de respuestas emocionales (Thompson, 1994); está íntimamente relacionada con el desarrollo de sintomatología de Trastorno negativista desafiante (TND). Más específicamente, la regulación emocional es un factor determinante que influye en la aparición de problemas de conducta en los niños (Eisenberg y Fabes, 2006). Además, esto está apoyado y se observa en estudios longitudinales que demuestran que las dificultades en la regulación emocional son un predictor de una consecuente internalización y externalización de síntomas conductuales (Kim y Cicchetti, 2010).

Según Goleman (1996), la IE puede ser entrenada y mejorada, lo que conlleva una gran cantidad de beneficios en ámbitos como el social, emocional o académico. Por ello, este trabajo es importante ya que mejora de la IE en los niños a modo de prevención de una gran cantidad de trastornos mentales, así como la aparición de una opción más para aplicar más específicamente a aquellos niños que sufren TND o problemas de conducta asociados. Además, el presente trabajo se centra no sólo en la intervención con el niño, sino que otorga conocimiento y herramientas a los padres para ayudar a controlar la sintomatología del trastorno y que el niño se vea reforzado emocionalmente en el entorno familiar. Por tanto, trabajamos dos factores de riesgo, por un lado el factor temperamental en el niño; y por el otro el factor ambiental del entorno familiar, ya que las pautas de crianza inconsistentes, hostiles o negligentes juegan un papel muy importante en el transcurso del trastorno (APA,2014). Por último, destacar la importancia de la creación de más programas de atención temprana sobre el TND, ya que una falta de actuación sobre este puede evolucionar en un futuro sobre el desarrollo de un TC o un trastorno de personalidad antisocial en la adultez.



2. MARCO TEÓRICO

a) *El Trastorno Negativista Desafiante.*

La característica principal del trastorno negativista desafiante es un patrón frecuente y persistente de enfado/irritabilidad y discusiones /actitudes desafiantes o vengativas (APA, 2014). Los sujetos que cumplen con la sintomatología específica del TND, presentan estos en uno o, si presentan una mayor gravedad en el trastorno, en varios contextos; provocando un deterioro significativo en el entorno social del niño. Esto se debe a que frecuentemente se ven envueltos en una red de interacciones negativas con los iguales. Sin embargo, estos niños que presentan actitudes desafiantes o patrones de irritabilidad mantienen una percepción de sí mismos alterada, considerando que no suelen enfadarse con facilidad sino que dichas conductas con consecuencias de propuestas o órdenes injustas (APA, 2014) (véase Anexo 1).

La prevalencia del TND en la población infantil se sitúa entre un 1%-15%, y llega a observarse en un 65% de las muestras clínicas (Boylan et al., 2007), conceptualizándola como uno de los trastornos más comunes en edad infantil. El trastorno es más frecuente en niños que en niñas, con una proporción de 4:1.

Según la APA, la sintomatología del TND en algunos casos se basaba en una antesala de un Trastorno de Conducta en la adolescencia. Sin embargo, diversos estudios han demostrado que el TND también es un predictor de diversos problemas psicopatológicos, como trastornos de ansiedad, depresivos y de abuso de sustancias (Mikolajewski et. al., 2017). No existe un consenso claro sobre las dimensiones exactas del TND, pero la mayoría de modelos concuerdan en que el trastorno distingue un componente emocional/afectivo (enfado/irritabilidad) y dos componentes conductuales (actitud desafiante y vengativo/rencoroso). La investigación ha puesto de manifiesto que la dimensión de irritabilidad predice la aparición de trastorno de depresión infantil y trastorno de ansiedad generalizada; la dimensión desafiante es un predictor del trastorno de déficit de atención e hiperactividad; y la dimensión rencorosa o vengativa a los 11 años de edad era un fuerte predictor de problemas externalizados como abuso de sustancias (especialmente cannabis y alcohol), trastorno de conducta, trastorno de personalidad antisocial en la edad adulta y otros problemas conductuales a lo largo del desarrollo adolescente (Mikolajewski et. al., 2017).



Uno de los términos que adquieren importancia a la hora de hablar de los factores de riesgo en el desarrollo de los trastornos mentales según el modelo de vulnerabilidad, es el concepto de temperamento. El temperamento se utiliza para describir las diferencias actitudinales, emocionales, atencionales y la habilidad para regular estas de forma innata, es decir, que estas diferencias se dan por factores genéticos. Un estudio realizado por Stringaris et. al. (2010), encontraron dos dimensiones distintas del temperamento de los niños predictoras del desarrollo del TND. La dimensión de emocionabilidad es un fuerte predictor de TND y de su comorbilidad con trastornos internalizantes, niños que mantienen altos niveles de emocionabilidad pueden manifestar comportamientos oposicionistas ante situaciones de estrés lo que esto aumenta el riesgo de los niños con desregulación emocional de desarrollar trastornos de ansiedad/depresivos. Por otro lado, la dimensión de actividad es un fuerte predictor del TND y su comorbilidad con trastornos externalizantes como el TDAH, niños con altos niveles temperamentales de actividad en la infancia temprana muestran comportamientos disruptivos, los cuales pueden servir de criterio para el diagnóstico del TND debido a la naturaleza impulsiva e hiperactiva y también actúan como factor de riesgo ante la aparición de un TC o un TDAH.

b) El Modelo Rusell-Barkley.

Uno de los modelos que goza de mayor prestigio a la hora de explicar la aparición y desarrollo del trastorno negativista desafiante es el modelo de Russell-Barkley, el cual explica que el TND se desarrolla por la interacción mutua de cuatro factores: las prácticas de crianza, las características del niño, las características de los padres y los factores contextuales (Portugal y Araúxo, 2004).

- 1. Las prácticas de crianza.* En las familias con niños con TND se observa que existe una calidad del apego bastante pobre, inconsistencia a la hora de aplicar las recompensas y castigos que provoca la reiteración de las conductas desviadas del niño. En ocasiones los padres utilizan la falta de atención a las pataletas del niño como castigo, pero esto en ocasiones sirve de reforzador a dichas conductas e incluso, pueden llegar a prestar atención únicamente a los berrinches del niño, provocando de forma inconsciente un reforzador a la conducta negativista.



Además, los padres de niños con problemas de conducta suelen prestar muy poca atención a las conductas prosociales del niño, evitando que estas se vean reforzadas.

2. *Características del niño.* Existen ciertas características temperamentales y cognitivas del niño que pueden hacer que sea más propenso al desarrollo del TND que otros niños. Entre estas características tenemos una alta emotividad, alta irritabilidad, dificultades de regulación emocional, alta actividad e impulsividad. Estas características temperamentales son un potente factor de riesgo para el TND y pueden explicar por sí solas la aparición del mismo.
3. *Características de los padres.* Al igual que en los niños, existen ciertas características propias de los padres que aumenten el riesgo de aparición de un trastorno de la conducta. Entre estas características están padres desatentos, deprimidos, hostiles, impulsivos o rechazantes. Estas características pueden interactuar entre sí provocando prácticas inconsistentes, irritabilidad y un bajo refuerzo de las conductas prosociales.
4. *Factores contextuales.* Por último, el contexto puede influir a la hora de que el niño aprenda o interiorice las conductas desafiantes o coercitivas propias de los trastornos de conducta. Algunos ejemplos comunes de factores contextuales son: la crianza monoparental, la discordia matrimonial, las desventajas sociales o el estrés ambiental.

En este modelo explicativo de la aparición del TND podemos observar que muchos factores de riesgo de los trastornos de la conducta, surgen de la prácticas parentales inadecuadas (provocadas en interacción por las características de los progenitores) y los factores temperamentales del niño. Algunos de estos factores temperamentales, como por ejemplo la irritabilidad, la regulación emocional o la emotividad; pueden ser trabajados mediante técnicas y herramientas que influyan en el grado de inteligencia emocional del niño, disminuyendo el factor de riesgo que provoca la dimensión temperamental.



c) Dificultades emocionales y conductuales asociadas al TND.

Los niños con TND, exhiben dificultades sintomáticas en su funcionamiento emocional. Estas incluyen dificultad de autorregulación de las emociones negativas, un rango limitado de expresión facial de las emociones y dificultades para percibir y responder a las emociones de los demás (APA, 2014).

Existen teorías que explican que esta sintomatología emocional reflejan los déficits en competencias psicológicas en los niños, las cuales degradan la capacidad de responder a las experiencias emocionales y de entender el hecho de la existencia de las emociones privadas en los demás. Los problemas relacionados con estas características, se relacionan fuertemente con el desarrollo de interacciones sociales disruptivas, incluyendo el desarrollo de trastorno de la conducta y TND (Blair, 2005).

Sin embargo, la habilidad de reconocer de forma precisa las emociones contribuye al desarrollo de capacidades emocionales más avanzadas, que incluyen las capacidades de reconocer y predecir las reacciones emocionales de los demás, y respetar las experiencias emocionales privadas de los demás. Dichas habilidades se van desarrollando de forma típica durante los años de la etapa preescolar temprana y continúa durante la etapa escolar aumentando la complejidad de los procesos emocionales. Consecuentemente, los niños desarrollan un conocimiento subjetivos y experienciales sobre los estados emocionales y sobre el rol que tienen los estados internos, como pueden ser los deseos o creencias sobre las emociones (Pons et. al., 2004).

Las competencias que reflejan dichos estados internos son: reconocimiento de emociones, empatía, causalidad de la emoción y valorar emociones más complejas, mixtas y ambivalentes. Conforme se van desarrollando los niños, dichas competencias apoyan sus experiencias y conocimiento reflejo sobre sus propias emociones y las de los demás en un contexto social cada vez más complejo, y serán estas competencias las que guíen a los niños en el aprendizaje y ejecución de las respuestas más acordes a cada contexto (Denham et al., 2003).



El conocimiento reflejo de las emociones es también un prerequisite para el conocimiento de emociones sociales como el orgullo, la vergüenza o la culpa; emociones las cuales los niños aprenden durante la mitad de la etapa escolar (8 años de forma típica) y que aparecen en función de si la respuesta del niño a una situación social específica es apropiada o inapropiada. Estas emociones son las que fundamentan las bases de las conductas prosociales en los niños, por lo que los niños con TND que muestran un déficit en las conductas y emociones prosociales, desarrollarán en el futuro un déficit en las competencias emocionales más avanzadas (Lewis, 2008).

Por tanto, las habilidades de reconocimiento emocional contribuyen al desarrollo de habilidades emocionales más avanzadas, las cuales el niño debe utilizar para responder de forma adecuada a su contexto social y a sus propias emociones. Cuando los niños entran en la etapa escolar, aumentan las oportunidades de aprendizaje contextual con conocimiento emocional y la toma de perspectiva del otro. La evidencia científica nos muestra que los niños tienen en cuenta este tipo de información cuando hacen uso de los juicios empáticos y las respuestas prosociales (Vaish et. al., 2009). Sin embargo, los niños con TND muestran un déficit en la atribución de causas sobre sus experiencias emocionales, además, si dichos niños con TND muestran rasgos de insensibilidad o frialdad también mostrarán déficits en la toma de perspectiva del otro (empatía) y la valoración de que dos emociones conflictivas pueden ocurrir al mismo tiempo (O’Kearney, 2017).

d) Influencia de la relación padres-hijo en el curso de la intervención en TND.

Uno de los factores que se encuentran en investigación actualmente y que apunta a ser un determinante en el progreso y mejoría de los tratamientos sobre el TND es la sincronía familiar padres-hijo. Por lo que se ha propuesto que la incompatibilidad en la relación entre padres e hijos, es un factor de riesgo en el desarrollo del TND, es decir, el desarrollo del TND aparece por una incompatibilidad entre las características intrínsecas del niño y las características intrínsecas de los padres (Greene, 2011).



La sincronía padres-hijo se define como la habilidad en la relación padres-hijo para compartir perspectivas y significados sobre eventos; y refleja el grado en el que los progenitores y el niño se implican de forma activa en la resolución de problemas (Laible and Song, 2006). Existen diversas ventajas producidas por una buena sincronía padres-hijo (Miller-Slough, et. al., 2016). Intercambios de información cooperativos y responsivos entre padres e hijos pueden ayudar a desarrollar habilidades autorregulatorias y reducir el afecto negativo excesivo. A través del trabajo conjunto en la co-construcción de significados y detalles de los eventos desafiantes del pasado, pueden ayudar al niño a la percepción e identificación de sus propias emociones. Además, un ambiente familiar con afectividad positiva se relaciona con un mayor número de acciones prosociales y, si además el ambiente familiar se percibe como cooperativo y cálido por el niño, se traduce en un menor número de conductas agresivas y un mejor ajuste emocional. Por esto, muchos de los programas de intervención con TND, aplican un componente de trabajo en las relaciones padres-hijo debido a sus múltiples beneficios.

Esto también se pudo observar en un estudio realizado por Miller-Slough et. al. (2016), en el que se evidenció que cuanto mayor era la sincronía entre los padres y el hijo, aumentó la mejora y la respuesta del niño a la intervención. Dicha mejora tuvo repercusiones en la diferencia entre los niveles pre y post intervención en las dimensiones de emociabilidad, agresión y mejora del funcionamiento general; siendo las familias con mayor sincronía padres-hijo aquellas que obtenían una mayor disminución de la emociabilidad y agresión, y una mayor mejora del funcionamiento global del comportamiento del niño, independientemente del nivel de dichas dimensiones en las medidas pre-intervención.

e) La Inteligencia Emocional.

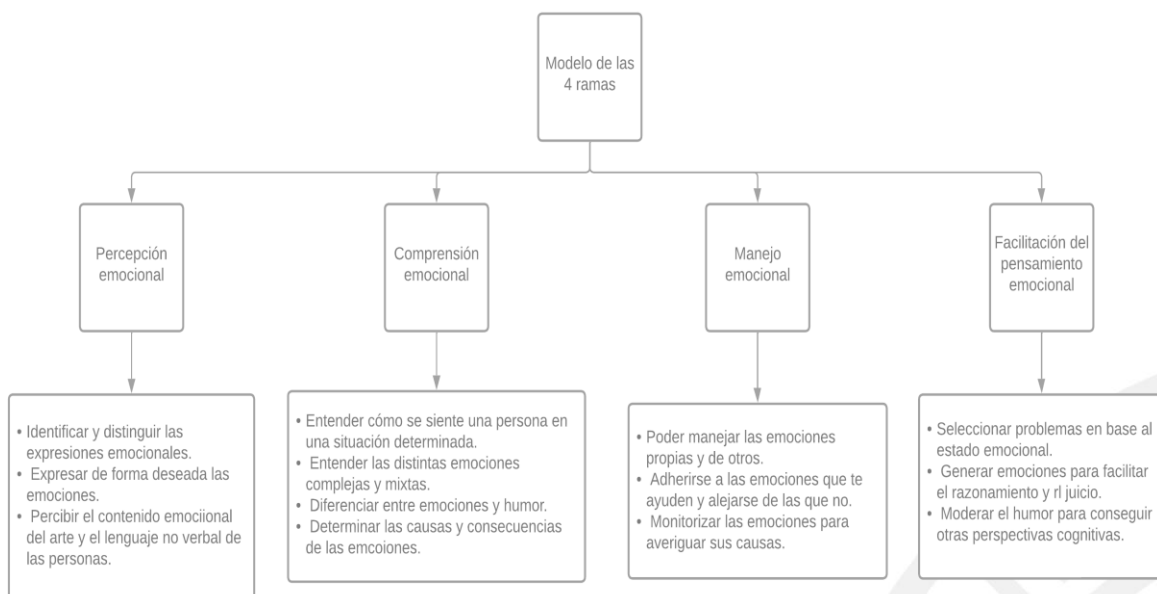
Los inicios de la inteligencia emocional (IE) se remontan a los estudios de Gardner (1983), ya que fue el primero en desarrollar una teoría sobre distintos tipos de inteligencia, separando las inteligencias intrapersonales y las interpersonales, dando así importancia tanto al conocimiento de uno mismo como de otros.



La IE fue conceptualizada inicialmente por Salovey y Mayer (1990) como la habilidad para percibir, manejar y utilizar las emociones en uno mismo y en otros. Los adultos que tienen una mayor IE comprenden mejor los contextos emocionales que los rodean, que aquellos que tienen un menor nivel de IE. Desarrollando aún más su conceptualización de la IE, Salovey y Mayer (1997) refinaron su modelo de las cuatro ramas de habilidades, donde definieron la IE como: "...la habilidad de percibir de forma precisa, valorar y expresar emociones; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos para facilitar el pensamiento; la habilidad de entender las emociones; y la habilidad de regular emociones para promover el crecimiento emocional e intelectual." (pp. 3-4).

Según el modelo de la inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1997), la IE aborda una serie de procesos cognitivos que contienen información emocional, estos procesos son: a) la habilidad de evaluar y expresar las emociones en uno mismo y otros, b) la capacidad de regular las emociones en uno mismo y en otros, c) el uso de las emociones para facilitar el procesamiento de la información y d) comprensión de las emociones. Esto se puede observar en la figura 1.

Figura 1.



Nota: Fuente: Mayer, Caruso, & y Salovey. The ability model of emotional intelligence: principles and updates, 2016.



La habilidad de evaluar y expresar las emociones permite a personas emocionalmente inteligentes identificar de forma más exacta sus sentimientos y expresarlos a otros a través del lenguaje no verbal y los comportamientos empáticos.

La regulación emocional es otro de los procesos de la inteligencia emocional, y se divide a su vez en la regulación de emociones en uno mismo y en otros. La regulación de emociones en uno mismo implica el balance automático de los estados de ánimo; la regulación emocional en otros implica que el sujeto emocionalmente inteligente conoce las claves para enlazar sus propias emociones con las de los demás.

Por último, las emociones pueden ser utilizadas para mejorar la eficacia de los procesos de pensamiento debido a que las emociones positivas pueden alterar la memoria, mejorando así la integración de la información permitiendo que las distintas ideas estén más conectadas entre sí y, además, pueden servir como “interruptores” que facilitan la focalización de los sistemas en base a las necesidades, por ejemplo, la depresión y la ansiedad puede aumentar la atención en uno mismo.

Inciendo más en la estructura de la IE, esta se puede dividir en dos tipos: la IE rasgo y capacidades emocionales. El rasgo de IE se define como un conjunto de autopercepciones y de disposiciones conductuales que constituyen la habilidad de uno mismo para reconocer, procesar y utilizar la información emocional (Petrides, 2011). Las capacidades o habilidades emocionales de las personas para percibir y expresar las emociones, assimilarlas en el pensamiento, entender y razonar las emociones, y regularlas en uno mismo y en otros (Mayer, 1997). Estas capacidades serían las que mejorarían y serían trabajadas a lo largo de la intervención, ya que el rasgo de IE no podría producir grandes cambios.

f) Implicaciones de la IE en la intervención con TND.

La regulación emocional se define como los procesos intrínsecos y extrínsecos responsables de la evaluación, monitorización y modificación de respuestas emocionales (Thompson, 1994), y está íntimamente relacionada con el desarrollo de sintomatología de Trastorno negativista desafiante (TND). Más específicamente, la regulación emocional es un factor determinante que influye en la aparición de problemas de conducta en los niños



(Eisenberg y Fabes, 2006). Además, esto se apoya en estudios longitudinales que demuestran que las dificultades en la regulación emocional son un predictor de una consecuente internalización y externalización de síntomas conductuales (Kim y Cicchetti, 2010).

Según un estudio realizado por Mavroveli et. al. (2008) sobre la influencia del rasgo de IE en niños entre 8 y 12 años se mostró que este correlacionaba negativamente con las variables de dificultades generales, síntomas emocionales, problemas conductuales, hiperactividad, problemas con los iguales, interferencia con las relaciones con los iguales, interferencia con el aprendizaje en clase y ser una carga para el profesor y la clase en general. También se mostró que el rasgo IE correlacionaba positivamente con conductas prosociales.

Además, en un meta-análisis realizado por Villanueva-Bonilla y Ríos-Gallardo (2018) sobre los factores de riesgo y protección de los trastornos de conducta y el TDAH, expusieron que dentro de los factores de protección individuales se encontraban la empatía, la madurez del carácter y la competencia social; ambos tres están íntimamente relacionados con un buen desarrollo de la IE. Además, como factor de protección familiar se encuentra la calidez paternal, una característica propia de padres emocionalmente competentes, lo que demuestra la importancia de formar y crear padres emocionalmente inteligentes. Por otro lado, algunos de los factores de riesgo que encontraron de tipo cognitivo y emocional estaban relacionados con los rasgos psicopatológicos, angustia psicológica, estrés y labilidad emocional; relacionados íntimamente con características de sujetos emocionalmente poco inteligentes.

g) La influencia de la IE de los padres sobre el TND.

El entorno familiar tiene una gran influencia en el desarrollo de problemas de conducta y conductas desafiantes en los niños (Agbaria, 2020), siendo una faceta de este entorno los llamados “estilos parentales”. Los estilos parentales fueron descritos por primera vez por Baumrind (1991) en un modelo multidimensional que describía cuatro estilos: autoritativo, autoritario, permisivo y desapegado; basados en cómo los padres cumplimentan las necesidades de sus hijos. Los estilos parentales están muy relacionados con el nivel de IE de los padres (Balean y Natasa, 2017). Cuanto más alto sea el nivel de IE en los padres, más resultados positivos se obtendrán de la conducta de los niños, como por ejemplo, menos comportamientos agresivos.



Un estudio realizado por Agbaria (2020) en una muestra de padres de niños de preescolar en guarderías de Israel, examinó la relación existente entre los comportamientos desafiantes de los niños y los niveles de IE y estilos parentales de los padres. Los resultados mostraron que los estilos autoritarios y desapegado, junto con un bajo nivel de IE, estaban relacionados con un mayor número de comportamientos opositoristas en los niños de preescolar. Por otro lado, los resultados también muestran que el estilo autoritativo, que incluye apoyo, guía, supervisión y consistencia (Dekovic et al., 2003); estaba relacionado con un menor número de conductas desafiantes.

Además, un estudio realizado por Walton y Hibbard (2017) examinó la relación entre el nivel de IE en adultos y su conocimiento sobre las competencias socio-emocionales (CSE) de los niños. Las CSE de los niños están formados por 3 componentes principales: conocimiento emocional, regulación emocional y expresión emocional (Denham et. al., 2003). Los resultados del estudio mostraron una relación significativa entre los aspectos de la IE y la puntuación obtenida en conocimiento de CSE independientemente de su nivel educativo y experiencia laboral.

Otro estudio realizado sobre los factores familiares que intervienen en el curso de niños con TND en población china, mostró que la cohesión familiar se relaciona también con el desarrollo de síntomas de TND a través de las variables de la relación padres-hijo o, con la relación padres-hijo y la regulación emocional del niño de forma simultánea. Por tanto, el estudio muestra que la relaciones padres-hijo actúa de dos formas distintas en el funcionamiento familiar. La primera, esta directa o indirectamente relacionada con el bienestar de los padres y los hijos, ya que unos mayores niveles de calidad en la relación entre los padres y los hijos estaban relacionados con menores niveles de disfuncionalidad padres-hijo, disminuyendo los síntomas del TND. En segundo lugar, la relación padres-hijo emergió como un factor mediador entre las relaciones del entorno familiar y las conductas individuales, lo que implica que dicha relación es un factor importante para el comportamiento emocional y conductual del niño (Xiuyun et al., 2016).



Estos datos nos revelan la importancia de trabajar de forma simultánea con padres e hijos, ya que el ambiente familiar y el nivel de IE de los padres tienen una gran influencia tanto en el desarrollo como el mantenimiento de la sintomatología del TND y el posterior diagnóstico de problemas de conducta más graves.

h) Programas de intervención/prevencción en TND.

En este apartado se mostrarán programas que gozan de una eficacia testada y suelen ser utilizados para las intervenciones con niños con TND. Tras la exposición y explicación de los distintos programas se realizará un análisis sobre los componentes más importantes que comparten dichas intervenciones y su aplicabilidad al presente trabajo.

1. Programas específicos de intervención sobre TND.

a. “Qué puedo hacer cuando refunfuño demasiado: Un libro para ayudar a los niños a superar el negativismo”. Dawn Huebner (2008).

Este programa fue diseñado para ayudar tanto a padres como niños con sintomatología negativista a obtener herramientas para controlar los pensamientos negativistas y reconducir mejor su comportamiento y emociones. La población diana del programa son niños de entre 6 y 13 años con estilo de pensamiento negativista, el cual tiene como principal característica centrar su foco de atención en los aspectos negativos de las situaciones.

El programa utiliza un enfoque cognitivo-conductual con el que trabaja 3 módulos distintos. El primer módulo engloba la parte psicoeducativa sobre el pensamiento negativista, aclarando el término y sus características; así como la importancia de la flexibilidad cognitiva. El segundo módulo engloba el aprendizaje de estrategias cognitivas para combatir el pensamiento negativista, entre estas herramientas se incluyen: la resolución de problemas, la reconstrucción cognitiva y la toma de perspectiva positiva de la situación. Por último, también aborda una parte conductual sobre el control de la ira a través del alejamiento conductual y técnicas de respiración.



Este programa resulta de mucha utilidad a la hora de explicar las distorsiones cognitivas negativistas, sesgos y trampas de pensamiento propias del TND; por lo que ayuda al presente trabajo conocer formas de explicar tanto a niños y padres dichas distorsiones y cómo cambiarlas por pensamientos más adaptativos.

b. “El Protocolo Unificado para el Tratamiento Transdiagnóstico de los Trastornos Emocionales”. Barlow et. al. (2011).

El Protocolo Unificado para el Tratamiento Transdiagnóstico de los Trastornos Emocionales (PU) es un protocolo de intervención basado en los modelos dimensionales de la psicopatología, los cuales indican que muchos de los trastornos emocionales comparte características de vulnerabilidad y comportamiento que mantienen dicho trastorno. En relación al TND, el protocolo enseña estrategias de regulación y comprensión emocional que ayudan a los niños a detectar las emociones y sus comportamientos desadaptativos y sustituirlos por otros más adecuados.

Tal como señalan Fabio et. al. (2019), el PU trabaja tanto a nivel de educación de los niños desde una perspectiva cognitivo-conductual, como con los padres mediante la psicoeducación y el aprendizaje de técnicas de modificación de conducta para formar padres capaces de responder a las demandas psicoemocionales del niño y ayudarlo a mejorar su sintomatología. El PU contiene ocho módulos de trabajo a desarrollar en una cronología de 12 a 18 sesiones de una hora de duración cada una aproximadamente:

Módulo 1: Aumentar la motivación y establecer objetivos. En este módulo se debe pactar con el paciente los objetivos terapéuticos a lograr, así como el aumento de conciencia sobre la importancia de la motivación durante el tratamiento y un análisis de los costes/beneficios de un cambio de conducta.

Módulo 2: Comprender las emociones. Durante este módulo se trabajará una comprensión flexible sobre las emociones y el papel de cada una en nuestro día a día, así como una comprensión del esquema Antecedente-Emoción-Respuesta. Este módulo psicoeducativo es clave para el posterior trabajo sobre los cambios emocionales y sus consecuencias.



Módulo 3. Conciencia plena de la emoción. Este módulo está diseñado para que el niño aumente la conciencia sobre sus emociones y observe las ventajas de monitorizarlas, así como la aplicación de dicha vigilancia en su día a día. Este módulo ayuda a poner en práctica las interacciones entre emociones y respuestas aprendidas en el módulo anterior. El objetivo de este módulo es que el paciente utilice las técnicas que se le ha enseñado para observar los momentos de malestar emocional y juzgarlos de una manera no crítica y que permita cambiar su comportamiento por otro más adaptativo.

Módulo 4: Flexibilidad cognitiva. En este módulo se trabajará la relación entre pensamientos y emociones, las distorsiones de pensamiento y el pensamiento flexible en el día a día. Al paciente se le entrena para identificar dichos sesgos y reemplazarlos por pensamientos más adaptativos.

Módulo 5: Contrarrestar las conductas disfuncionales de regulación de las emociones perturbadoras. Este módulo adquiere una gran importancia, ya que se enseña que las conductas disfuncionales aumentan la intensidad y la duración de las emociones desagradables; además, también se enseña cuáles son las conductas desadaptativas que utiliza el paciente y cómo reemplazarlas por otras más adaptativas. También se propone al paciente a poner en práctica dichas conductas en su día a día en situaciones de dificultad moderada.

Módulo 6: Comprender y confrontar las sensaciones físicas. Aquí se trabajarán sobre cómo las sensaciones físicas actúan sobre la experiencia emocional, así como las sensaciones físicas asociadas a las emociones desagradables y una serie de ejercicios para aumentar la tolerancia a dichas sensaciones.

Módulo 7. Exposición a la emoción. A través de una exposición gradual, el paciente observa los distintos beneficios de la exposición, como por ejemplo el aumento de tolerancia a las mismas.

Módulo 8. Reconocer los logros y mirar al futuro. Se repasan los conceptos aprendidos durante las sesiones y se observan los logros o por el contrario, las causas de la falta de mejora del paciente.



Algunos estudios han probado la eficacia del PU (Farchione et al., 2012), donde 37 participantes con asignación al azar a PU o lista de espera, donde el PU resultó ser un tratamiento eficaz.

Este protocolo resulta de sumo interés para el desarrollo de este trabajo por enfocarse en los distintos componentes de la inteligencia emocional y trabajar en las consecuencias de la emoción y el desarrollo técnicas para manejarlas de forma adaptativa tanto en los pacientes como en los padres.

c. “Protocolo de manejo del trastorno negativista desafiante (tnd) en niños, niñas y adolescentes”. Morillo et. al. (2018).

Desde el Ministerio de Salud Pública de la República Dominicana, se utiliza un protocolo creado por Morillo et. al. (2018) basado principalmente en el trabajo sobre 5 módulos que influyen en el desarrollo del TND según las intervenciones psicológicas más eficaces. Estos módulos son:

Módulo 1. Psicoterapia individual y personalizada con un enfoque cognitivo-conductual centrada en la resolución de problemas.

Módulo 2. Psicoeducación a la familia y el paciente sobre las características del trastorno.

Módulo 3. Terapia familiar para el entrenamiento de los padres y maestros como coterapeutas.

Módulo 4. Técnicas conductuales de modificación de conducta.

Módulo 5. Entrenamiento en habilidades sociales y conflictos interpersonales.

En este protocolo el trabajo con el paciente se basa principalmente en el abordaje del manejo del contexto social y las relaciones interpersonales, ya que es en dicho ámbito en el que los niños con TND suelen presentar mayores dificultades a la hora de lidiar con las demandas impuestas por su entorno social en relación a las figuras de autoridad. También se aborda el trabajo con las habilidades sociales, y dentro de estas se incluye el trabajo sobre la regulación emocional y el reconocimiento de emociones en los demás.



Por último, destacar la importancia que se le otorga al trabajo con las figuras de autoridad (tanto padres como maestros) para que desarrollen estrategias y herramientas para poder manejar con mayor eficacia las dificultades que se observan en los niños con TND.

Como se ha podido observar en los programas expuestos, todos ellos comparten dos módulos de trabajo comunes. Por un lado, todos ellos trabajan de forma individual con el niño, donde le enseñan los sesgos de pensamiento propios del TND, las características de las distintas emociones, regulación emocional, habilidades sociales y resolución de problemas interpersonales. Por otro lado, también existe un trabajo sobre las figuras de autoridad (padres y en algunas ocasiones profesores), trabajando con estos las características y dificultades del niño con TND y mejorando las prácticas parentales y estrategias de crianza para ayudarlos a conseguir herramientas para poder ayudar y manejar los arranques emocionales del niño. Por tanto, a partir del análisis de estos programas, se implementarán estos dos módulos de trabajo comunes a la presente propuesta de intervención con la finalidad de cubrir las dos partes más implicadas en el contexto familiar y social.

2. Programas de entrenamiento a padres para niños con problemas de conducta.

a. Programa “Niños Desafiantes”. Russell A. Barkley (1997).

El programa “Niños Desafiantes” es un manual clínico el cual tiene como objetivo principal la instrucción de los padres en técnicas de modificación de conducta y refuerzos conductuales que ayuden a manejar y disminuir los comportamientos oposicionistas de niños con TND.

El programa contiene diversos módulos:

Módulo 1. Creación de confianza y vínculo. El primer módulo consiste en cambiar el patrón de relación negativo entre los padres y el hijo para que este esté más dispuesto a colaborar con las demandas que se le pidan. Para ello, los padres deben, en primer lugar, pasar más tiempo de calidad con su hijo como forma de fortalecer el vínculo, y en segundo lugar, conseguir una actitud colaborativa del niño en base al elogio sobre las conductas positivas.



Módulo 2. Entrenamiento en dispensar recompensas y castigos. Este módulo enseña a los padres cómo aumentar el ratio de conductas deseadas a través de la entrega de recompensas en situaciones donde el elogio no es efectivo. Además, también instruye en castigos eficaces que disminuyen la intensidad de los problemas de conducta con técnicas como el “tiempo fuera” o la retirada de puntos en la técnica de “economía de fichas”.

Módulo 3. Extrapolar las recompensas y castigos fuera del entorno familiar. Este módulo explica a los padres cómo aplicar las contingencias que se han estado utilizando a lo largo del programa cuando se encuentran fuera de casa. Por ejemplo, pedir que los maestros apliquen los mismos refuerzos y castigos o cómo utilizar castigos como el “tiempo fuera” durante viajes en coche o cuando nos encontramos fuera de casa.

Módulo 4. Continuar aplicando las contingencias en el futuro. Este módulo expone cómo llevar todo lo aprendido en el programa a lo largo del tiempo, qué hacer si desaparecen las conductas oposicionistas y cómo revisar y modificar los refuerzos y castigos para que no pierdan su eficacia por habituación.

Como se ha observado, este programa se centra únicamente en la formación de los padres en prácticas parentales adecuadas como principal intervención sobre el TND. Más allá de la explicación de causas y consecuencias a la hora de aplicar las recompensas/castigos, el programa no trabaja de manera individual con el niño, sino que mantiene un enfoque prácticamente conductual sobre la intervención. El programa “Niños Desafiantes” es uno de los más eficaces y utilizados en las intervenciones con TND, y puede servir de guía para conocer el cómo actuar con los padres en el presente trabajo.

b. “Parent Manegement Training” (PMT). Barkley (1997).

El “*Parent Manegement Training*” (PMT) entrena a los padres para monitorizar el comportamiento de su hijo, promover las acciones deseadas (como el comportamiento prosocial) y eliminar los comportamientos desafiantes a través del control de contingencias. Aunque la intervención se centra principalmente en cambiar las prácticas parentales, ha mostrado resultados favorables en el cambio de dinámica y entorno familiar.



c. “Collaborative and Proactive Solutions” (CPS). Greene y Doyle (1999).

El “*Collaborative and Proactive Solutions*” (CPS) trabaja la intervención en niños con TND haciendo énfasis en el trabajo de las dinámicas parentales y familiares. A través del trabajo familiar y mediante un enfoque cognitivo-conductual, el CPS trabaja para enseñar a padres e hijos a resolver los problemas de forma conjunta, mejorando así la sincronía padres-hijo y disminuyendo los conflictos a través del trabajo en solución de problemas cooperativos. Este programa demostró ser tan efectivo como los programas de entrenamiento de padres en la disminución de problemas de conducta al finalizar la intervención y en un seguimiento de 4 meses (Green et al., 2004).

i) *Justificación del programa y necesidad actual.*

Desde la literatura científica revisada durante las búsquedas realizadas en el presente trabajo, se ha visto como muchos autores coincidían en que existe una necesidad creciente de actuación entorno a los síntomas tempranos del TND, ya que estos comportamientos oposicionistas pueden crecer con el tiempo y acabar desarrollando trastornos psiquiátricos más graves como el trastorno de conducta o trastornos de personalidad antisociales en la adultez (APA, 2014).

Respecto a los programas de intervención actuales, el número de programas creados son en su mayoría de un carácter multidisciplinar, centrándose muchos de ellos más en las prácticas parentales y los estilos de crianza, que en la propia regulación y conciencia emocional del menor. Aunque esto ha resultado ser eficaz, no realizar suficiente carga de trabajo individual con el niño sobre su gestión emocional puede resultar en deficiencias y peores interacciones sociales conforme el niño vaya madurando (Monsalve et. al, 2016).

Por esto mismo, el programa actual se ha centrado en proporcionar herramientas por un lado a los niños, para que puedan por su propia mano manejar los arranques emocionales propios del trastorno y cambiar su estilo de pensamiento negativista por otro más positivo que mejore la sintomatología del trastorno; y por el otro lado a los padres, para que entreguen los refuerzos correctos a las conductas prosociales deseadas para que estas se cronifiquen en el tiempo y



para que puedan servir de apoyo y guía al niño en situaciones en las que no pueda manejar por sí solo el malestar emocional.

3. OBJETIVOS.

En base al análisis de las teorías existentes sobre los factores influyentes en el TND y la importancia de la IE en el curso del trastorno, y teniendo en cuenta los distintos módulos de trabajo que se han visto en las distintas intervenciones eficaces sobre el TND; se han propuesto los siguientes objetivos del presente programa.

El objetivo principal del programa es dotar a padres e hijos de estrategias conductuales/emocionales que reduzcan la sintomatología negativista. Para cumplir dicho objetivo, el programa trabajará en distintos objetivos específicos:

Objetivo específico 1. Psicoeducación: Enseñar al niño y las características, funciones y ventajas de las distintas emociones.

Objetivo específico 2. Psicoeducación: Enseñar a los padres las características del TND y cómo se trabaja en las intervenciones con TND.

Objetivo específico 3. Entrenar al niño en el reconocimiento de emociones y la conciencia emocional.

Objetivo específico 4. Instruir al niño y a los padres en técnicas conductuales de control del enfado y la ira.

Objetivo específico 5. Entrenar al niño en flexibilidad cognitiva y la relación pensamientos-emociones.

Objetivo específico 6. Enseñar a los padres técnicas de modificación de conducta y dispensación de refuerzos.



4. METODOLOGÍA.

a. Destinatarios.

El presente programa ha sido diseñado específicamente para niños (y sus padres) que se encuentren en la edad de entre 8 y 11 años y tengan un diagnóstico de TND. Puede aplicarse tanto en el entorno clínico como en el entorno escolar a niños que cumplan dichas condiciones. Se ha elegido esta franja de edad debido a diversos factores. Primero, porque esta franja de edad es la de mayor prevalencia de aparición del TND y donde mayor interferencia con el entorno familiar y escolar se refiere (APA, 2014). En segundo lugar, porque los problemas de conducta y un mayor nivel de labilidad emocional, impulsividad y comportamientos negativistas a la edad de 11 años, eran un fuerte predictor de problemas de conducta más graves en la adolescencia y la adultez (Mikolajewski, 2017), por lo que la atención temprana del trastorno antes de esa edad es crucial. Y por último, porque en esta franja de edad acontece la aparición de las emociones sociales más complejas como el orgullo, la vergüenza, la culpa, etc (Lewis, 2008).

b. Temporalización.

Las sesiones tendrán una duración aproximada de entre 45-60 minutos y de una frecuencia quincenal. Esto ayudará a poner en práctica lo aprendido durante las sesiones, tanto de los adultos como las de los niños, a lo largo de la quincena; así como la oportunidad de plantear dudas conforme vayan surgiendo y pulir las técnicas antes de que se pase a un concepto nuevo.

Tanto las sesiones de los niños como las de los padres se realizarán el mismo día y de a continuación una de otra si hay dos el mismo día. En primer lugar se impartirá la sesión con los niños, en la cual estará presente al menos una figura paterna junto con el menor. Tras acabar la sesión, se habilitará una sala de juegos con un supervisor para que los niños puedan entretenerse mientras los progenitores realizan el taller. Por último, al acabar ambas sesiones, se darán una serie de pautas y recomendaciones sobre cómo poner en práctica lo aprendido durante ese mismo taller.



c. Evaluación.

Para comprobar la efectividad y los progresos del programa, se realizará un diseño de investigación test-retest, obteniendo las puntuaciones de dos dimensiones más significativas para el programa (IE habilidad y problemas de conducta).

La dimensión de *IE habilidad* se medirá mediante el *Trait Meta-Mood Scale 24* (TMMS-24), es la versión traducida al castellano (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005) del Instrumento TMMS de Mayer et. al. (1995). Este instrumento está compuesto por 24 ítems valorados en una escala Likert 1-5, donde uno es “nada de acuerdo” y 5 “completamente de acuerdo”. Las dimensiones que mide el instrumento están basadas en el modelo de Inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997), y son: atención emocional, comprensión emocional y regulación emocional. El TMMS-24 tiene una fiabilidad de $\alpha = 0.871$ y es apto para la evaluación infantil a partir de primaria (Godoy y Sánchez, 2021).

La dimensión de problemas conductuales se medirá mediante un registro de conducta donde se operativizarán las conductas del niño y se anotarán la conducta, el antecedente, la respuesta parental, la intensidad y la duración en un periodo de tiempo de una semana.

d. Sesiones.

MÓDULO 0. PRESENTACIÓN Y EVALUACIÓN.

Este módulo inicia el programa con una presentación sobre las distintas habilidades y competencias que se desarrollarán durante el transcurso del mismo. Tras dicha presentación, se repartirán las hojas de consentimiento informado y las pruebas de evaluación mencionadas en el apartado anterior para poder delimitar una línea base de cada sujeto.

Sesión 0. Presentación, consentimiento informado y delimitación de línea base.

Descripción. Se expone la presentación PowerPoint a los padres sobre las características del TND, la descripción del programa y sus fases; se firma el consentimiento informado y se procede a pasar el TMMS-24 y el registro semanal.



Materiales necesarios. Aula habilitada para la sesión (incluye mesas y sillas para todos los participantes, ordenador y proyector para presentar los PowerPoint), Aula de juegos habilitada para los niños (mientras los adultos se encuentran en la sesión), uno o dos cuidadores de los niños, presentación PowerPoint 1 (ver anexo 2), una copia por tutor legal del consentimiento informado (ver anexo 3) y una copia por participante de TMMS-24 (ver anexo 19) y un registro de conducta semanal (ver anexo 4).

Participantes. Padres e hijos.

MÓDULO 1. PERCEPCIÓN Y COMPRENSIÓN EMOCIONAL.

En este módulo se abordarán dos de las habilidades principales de la Inteligencia emocional según el modelo de Salovey y Mayer (1997). La percepción emocional abarca toda percepción y vigilancia tanto de las emociones propias como ajenas, por lo que esta habilidad se trabajará a través de la observación de rasgos y comunicación no verbal propias de cada emoción.

Sesión 1. Teatro de las emociones.

Descripción. Primero se realiza psicoeducación a los niños sobre las distintas emociones, sus características, rasgos y funciones en forma de relatos cortos. Una vez realizado esto, se les entrega una hoja de resumen sobre lo aprendido en la sesión. Utilizando esta hoja se pasa a la actividad principal. Esta consiste en que los niños deben contar una experiencia que les causase una emoción intensa, y a partir de la explicación de la situación y la expresión no verbal del niño al contarla, los demás deben tratar de saber qué emoción sintió y qué la causó.

Materiales utilizados. Aula habilitada para la sesión, presentación sobre las emociones (ver anexo 5) y hoja de resumen de las emociones (ver anexo 6).

Participantes. Niños.



MÓDULO 2. MANEJO EMOCIONAL.

Sesión 2. Cambiar los pensamientos negativos.

Descripción. En esta sesión se enseñará a los niños sobre la relación pensamientos-emoción y los beneficios de tener un pensamiento más optimista en vez del pensamiento negativo propio del TND. Tras la presentación se otorgará una ficha de trabajo sobre lo aprendido y se pedirá como tarea que lo apliquen en su día a día con ayuda de los padres y lo apunten para compartirlo el próximo día.

Materiales utilizados. Aula habilitada para la sesión, presentación sobre la relación pensamientos-emoción (ver anexo 7) y hoja de trabajo sobre los pensamientos (ver anexo 8).

Participantes. Niños y padres.

Sesión 3. Regular el enfado.

Descripción. Primero se les enseña a los niños cómo las distracciones y el entretenimiento ayudan a eliminar el enfado. Tras la presentación se les entrega la tarea que consiste en hacer una lista de las actividades agradables que más les gustan.

Materiales utilizados para la sesión. Aula habilitada para la sesión, aula habilitada para juegos, presentación sobre la regulación del enfado (ver anexo 9) y ficha de actividades agradables (ver anexo 10).

Participantes. Niños.

Sesión 4. Resolución de problemas.

Descripción. En esta sesión se trabajará como resolver problemas interpersonales de forma adecuada en entornos sociales y con figuras de autoridad, el cuál aborda uno de los síntomas más característicos del TND, el desafío a la autoridad. Para ello se expondrá la presentación sobre los conflictos y, al terminar, se procederá a hacer juegos role-playing con los padres y otros niños mediante unas tarjetas donde les exponen que deben decir o en qué situación se encuentran.



Materiales utilizados. Aula habilitada para la sesión, presentación PowerPoint sobre resolución de conflictos (véase anexo 11) y tarjetas sobre problemas interpersonales (véase anexo 12).

Participantes. Padres y niños.

MÓDULO 3. REFUERZOS Y CASTIGOS.

En este módulo se les instruirá a los padres sobre los distintos tipos de refuerzos y castigos y su importancia a la hora de modelar la conducta. Además, se explicará cómo realizar una economía de fichas y la importancia de la consistencia en las normas y consecuencias en el entorno familiar.

Sesión 5. Refuerzos y castigos.

Descripción. En esta sesión se describirá los distintos tipos de refuerzos y castigos, así como la importancia de premiar los comportamientos que deseamos que se repitan y castigar aquellos que se desean eliminar.

Materiales utilizados. Aula habilitada para la sesión, aula de juegos para niños, supervisor de los niños, presentación de refuerzos y castigos (véase anexo 13) y ficha de refuerzos (ver anexo 14).

Participantes. Padres.

Sesión 6. Comportamientos prosociales y dinámica familiar.

Descripción. En esta sesión se explicará a los padres qué comportamientos se desean reforzar y cómo aplicar los castigos, así como la importancia de las normas claras en casa en la convivencia con niños con TND.

Materiales utilizados. Aula habilitada para la sesión, aula de juegos para niños, supervisor de los niños y presentación de conductas prosociales y dinámica familiar (véase anexo 15).

Participantes. Padres.



MÓDULO 4. ESTRATEGIAS CONDUCTUALES.

Este módulo está compuesto por una sesión donde se les enseña a los padres cómo crear y utilizar un sistema de economía de fichas y la técnica del “tiempo fuera” para explosiones emocionales oposicionistas.

Sesión 7. Economía de fichas y tiempo fuera.

Descripción. Primero se les expondrá a los padres el funcionamiento de la economía de fichas como media de modelado de conducta y el uso del “tiempo fuera”. Después se les pedirá que junto con sus hijos creen un cartel visible con una cartulina donde se puedan ver claramente las normas, las fichas y los premios canjeables.

Materiales utilizados. Aula habilitada para la sesión, aula de juegos para los niños, supervisor de los niños, presentación sobre la economía de fichas (ver anexo 17), contrato conductual (ver anexo 18) y una cartulina grande.

Participantes. Padres y niños.

MÓDULO 5. EVALUACIÓN POST-TRATAMIENTO.

En este módulo se realizará una última sesión tras dos o tres semanas de la sesión sobre la economía de fichas para observar los cambios o el mantenimiento en las conductas y síntomas del TND.

Sesión 8. Evaluación y modificación de la economía de fichas.

Descripción. En esta sesión se volverán a pasar los instrumentos de evaluación del pretratamiento para observar si ha habido cambios en las conductas del niño. También se resolverán dudas y se ayudará a modificar la economía de fichas en caso de que no esté siendo eficaz.

Materiales utilizados. Aula habilitada para la sesión, TMMS-24 y registro de conducta.

Participantes. Padres e hijos.



MÓDULO 6. SEGUIMIENTO.

Este módulo evalúa cual es el progreso pasado un mes de la aplicación del programa. Este seguimiento se realizará de forma presencial citando a los padres a los 3 meses, y consistirá en una sesión en grupo donde se comentarán como se están aplicando las estrategias y si existe algún cambio significativo en la dinámica familiar y el comportamiento del niño.

Sesión 9. Seguimiento.

Descripción. Primero se comentará en grupo la aplicación de las estrategias y posibles dudas o problemas. Después, se entregarán los registros de conducta entregados en la última sesión para observar de forma cualitativa la evolución y se entrarán los niños para volver a rellenar los cuestionarios TMMS-24 para observar si ha habido cambios en las puntuaciones a corto-medio plazo desde la finalización del programa. Por último, se pedirá opinión a los niños sobre los cambios y qué opinan o qué cambiarían.

Materiales necesarios. Aula habilitada para la sesión, aula de juegos para los niños, supervisor de los niños y una copia de TMMS-24 por participante.

Participantes. Padres y niños.

Tabla 2. Módulos y sesiones del programa.

Módulo 0. Presentación y evaluación.	<i>Sesión 0. Presentación, consentimiento informado y delimitación de línea base.</i>
Módulo 1. Percepción y comprensión emocional.	<i>Sesión 1. Teatro de las emociones.</i>
Módulo 2. Manejo emocional.	<i>Sesión 2. Cambiar los pensamientos negativos.</i> <i>Sesión 3. Regular el enfado.</i> <i>Sesión 4. Resolución de problemas.</i>
Módulo 3. Refuerzos y castigos.	<i>Sesión 5. Refuerzos y castigos.</i> <i>Sesión 6. Comportamientos prosociales y dinámica familiar.</i>
Módulo 4. Estrategias conductuales.	<i>Sesión 7. Economía de fichas y tiempo fuera.</i>
Módulo 5. Evaluación post-tratamiento.	<i>Sesión 8. Evaluación y modificación de la economía de fichas.</i>
Módulo 6. Seguimiento.	<i>Sesión 9. Seguimiento.</i>

Fuente. Elaboración propia.



5. CONCLUSIONES Y LIMITACIONES

El programa “Desafiando lo negativo” ofrece una nueva perspectiva sobre los programas de intervención del TND. En una corriente de intervención donde priman las estrategias cognitivas y conductuales por su demostrada eficacia, el presente programa trabaja desde la mejora de la inteligencia emocional y la mejora de la dinámica familiar, siendo estos dos factores de gran importancia en el curso del TND. Sin embargo, se ha mantenido un componente conductual dentro del programa; como bien pueden ser el entrenamiento en refuerzos y castigos, y la economía de fichas; ya que el componente conductual también es otro factor de importancia en cualquier intervención infanto-juvenil.

Además, también se ha optado por realizar las sesiones conjuntamente padres e hijos. Esto es novedoso y poco usual en los programas de intervención, pero se ha visto importante que los adultos estén presentes en la psicoeducación de los niños, ya que de esta forma puede haber un aprendizaje vicario por parte de los padres sobre cómo explicar y hablar a los niños sobre las emociones de forma asertiva y educativa. Esto resulta de importancia ya que en las familias con niños con TND, la comunicación y dinámica familiar suele ser deficiente; por lo que esta exposición a la forma de tratar con niños con TND puede servir a los padres para que reproduzcan dicho lenguaje.

Dentro de las limitaciones del programa podemos observar que es una propuesta de intervención, por lo que no ha sido puesto a prueba y por ende, evaluado su eficacia. Este programa compone la base de un proyecto que puede construirse más adelante en el tiempo para observar si se trata de una intervención eficaz o si por el contrario hay que realizar cambios en el programa. Otra limitación del programa puede ser la importancia que se le da al trabajo en casa para que exista una verdadera mejora en la sintomatología del TND. Es decir, una familia que realice el programa y practique las habilidades enseñadas en el a diario puede observar más mejoría que otra que sólo la practica dos o tres días a la semana.

Este programa puede ser una buena base para realizar más investigaciones sobre el papel de la inteligencia emocional en los distintos trastornos de conducta y emocionales en la población infantil, ya que existen pocos programas de intervención que trabajen las emociones y la inteligencia emocional (habilidad) de una forma directa.



6. BIBLIOGRAFÍA.

- Achenbach, T. M. (1978). The child behavior Profile. *Journal of Consulting Clinical Psychology*.
- Agbaria, Q. (2020). Parental Styles and Parental Emotional Intelligence as Predictors of Challenging Behavior Problems Among Children in Israel. *Topics in Early Childhood Special Education*.
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. DSM-5*. Madrid: Panamericana.
- Antonio-Agirre, I., Esnaola Echániz, I., & Rodríguez-Fernández, A. (2017). La medida de la inteligencia emocional en el ámbito psicoeducativo. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 53-64.
- Barkley, R. A. (1997). *Defiant children: A clinician's manual for parent training*. Nueva York: Guilford.
- Barlow, D. H., Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., & Bilek, E. L. (2021). *El Protocolo Unificado para el Tratamiento Transdiagnóstico de los Trastornos Emocionales*. Madrid: Pirámide.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 56–95.
- Belean, R. D., & Natasa, L. (2017). The relationship between parental style, parental competence and emotional intelligence. *Bulletin of the Transilvania University of Brasov, Series VII: Social Sciences and Law*, 181–190.
- Blair, R. (2005). Responding to the emotions of others: dissociating forms of empathy through the study of typical and psychiatric populations. *Conscious Cognition*, 698–718.
- Boylan, K. V. (2007). Comorbidity of internalizing disorders in children with oppositional defiant disorder. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 484–494.



- Deković, M., Janssens, J. M., & Van As, N. M. (2003). Family predictors of antisocial behavior in adolescence. *Family Process*, 223–235.
- Denham S.A., B. K.-M. (2003). Preschool emotion competence: pathway to social competence. *Child Development*, 238–256.
- Denham, S. A., Blair, K. A., DeMulder, E., Levitas, J., Sawyer, K., Auerbach-Major, S., & Queenan, P. (2003). Preschool emotional competence: Pathway to social competence? *Child Development*.
- Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (2006). *Emotion regulation and children's socioemotional competence. Child psychology: A handbook of contemporary issues*. Nueva York: Psychology Press.
- Extremera, N., & Berrocal, P. (2005). *Ansiedad y estrés*, 101-122.
- Fabio, A., Abdala, M. V., & Groh, J. (2019). El Protocolo Unificado para el Tratamiento Transdiagnóstico de los Trastornos Emocionales. *Investigaciones en psicología*, pp. 24-32.
- Farchione, T. J., Fairholme, C. P., Ellard, K. K., Boisseau, C. L., Thompson-Hollands, J., Carl, J. R., . . . Barlow, D. H. (2012). *Behaviour therapy*, 666-678.
- Godoy Rojas, I. A., & Sánchez Moreno, M. (2021). Estudio sobre la inteligencia emocional en educación primaria. *Revista Fuentes*, 254-267.
- Goleman, D. (2005). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Greene, R. W. (1999). Toward a transactional conceptualization of oppositional defiant disorder: Implications for assessment and treatment. *Clinical and Family Psychology Review*, 129–147.
- Greene, R. W. (2011). *Collaborative problem solving. Clinical handbook of assessing and treating conduct problems in youth*. Nueva York: Springer.
- Greene, R. W., Ablon, J. S., Goring, J. C., Raezer-Blakely, L., Markey, J., Monuteaux, M., & al., e. (2004). Effectiveness of collaborative problem solving in affectively



- dysregulated children with oppositional-defiant disorder: Initial findings. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1157–1164.
- Huebner, D. (2008). *Qué puedo hacer cuando refunfuño demasiado: Un libro para ayudar a los niños a superar el negativismo*. Madrid: TEA Ediciones.
- Kim, J., & Cicchetti, D. (2010). Longitudinal pathways linking child maltreatment, emotion regulation, peer relations, and psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 706–716.
- Laible, D. &. (2006). Constructing emotional and relational understanding: The role of affect and mother-child discourse. *Merrill-Palmer Quarterly*, 44-69.
- Lewis, M. (2008). *Self-conscious emotions: embarrassment, pride, shame, and guilt*. Nueva York: Guildford Press.
- Mavroveli, S., Petrides, K. V., Shove, C., & Whitehead, A. (2008). Investigation of the construct of trait emotional intelligence in children. *European Child & Adolescent Psychiatry*.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* Nueva York: Basic Books.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & y Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: principles and updates. *Emotion*, 290–300.
- Mayer, J., Salovey, P., & Caruso, D. (2005). *The Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test-Youth Version*. Toronto: Multi-health Systems.
- Mikolajewski, A. J. (2017). Oppositional defiant disorder dimensions: genetic influences and risk for later psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 702-710.
- Miller-Slough, R. L., Dunsmore, J. C., Ollendick, T. H., & Greene, R. W. (2016). Parent–Child Synchrony in Children with Oppositional Defiant Disorder: Associations with Treatment Outcomes. *Journal Child Family Study*, (25) 1880–1888.



- Monsalve Robayo, A., Mora Caro, L. F., Ramírez López, L. C., Rozo Hernández, V., & Rojas Puerto, D. M. (2016). Estrategias de intervención dirigidas a niños con trastorno negativista desafiante, una revisión de la literatura. *Revista de Ciencias de la Salud.*, 105-127.
- Morillo, Z., Suárez, S., Santiago, S., Guzmán, D., Fiallo, M., & Lois, I. (2018). *Protocolo de manejo del trastorno negativista desafiante (tnd) en niños, niñas y adolescentes*. República dominicana: Ministerio de salud pública.
- O'Kearney, R., Salmon, K., Liwag, M., Fortune, C.-A., & Dawel, A. (2017). Emotional Abilities in Children with Oppositional Defiant Disorder (ODD): Impairments in perspective-taking and Understanding mixed emotion are associated with high callous-unemotional traits. *Child Psychiatry Human Development*, 48, 346–357.
- Petrides, K. V. (2011). *Ability and trait emotional intelligence. The Wiley-Blackwell handbook of individual differences*. MA: John Wiley & Sons.
- Petrides, K., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*.
- Pons F., H. P. (2004). Emotion comprehension between 3 and 11 years: developmental periods and hierarchical organization. *Eur. J. Dev. Psychol.*, 127–152.
- Rivers, S., Brackett, M., Reyes, M., Mayer, J., Caruso, D., & Salovey, P. (2012). Measuring emotional intelligence in early adolescence with the MSCEIT-YV: Psychometric properties and relationship with academic performance and psychosocial functioning. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 344-366.
- Rodrigo, A. F. (2019). Propuesta de programa de intervención en inteligencia emocional: "saber emocionarse". *Repositorio universidad Católica de Valencia*.
- Russell, B. (1997). *Defiant Children*. Nueva York: Guilford Press.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*.



- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. *American Psychological Association*.
- Stringaris, A., Maughan, B., & Goodman, R. (2010). What's in a Disruptive Disorder? Temperamental Antecedents of Oppositional Defiant Disorder: Findings from the Avon Longitudinal Study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, (49) 474-483.
- Thompson, R. A. (1994). *Emotion regulation: A theme in search of definition. The development of emotion regulation: Biological and behavioral aspects. Monographs of the Society for Research in Child Development*. Chicago: University of Chicago Press.
- Vaish A., C. M. (2009). Sympathy through affective perspective-taking and its relation to pro-social behaviour in toddlers. *Development Psychology*, 534–543.
- Villanueva-Bonilla, C., & Ríos-Gallardo, Á. M. (2018). Factores protectores y de riesgo del trastorno de conducta y del trastorno de déficit de atención e hiperactividad. Una revisión sistemática. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, vol. 23, 59-74.
- Walton, G. E., & Hibbard, D. R. (2017). Exploring Adults' Emotional Intelligence and Knowledge of Young Children's Social-Emotional Competence: A Pilot Study. *Springer Science+Business Media*.
- Xiuyun, L., Longfeng, L., Heath, M. A., Peilian, C., Shoushen, X., & Xiaomi, F. (2016). Multiple Levels of Family Factors and Oppositional Defiant Disorder Symptoms Among Chinese Children. *Family Process*, 1-16.



7. ANEXOS.

Tabla 1. Criterios diagnósticos para el Trastorno Negativista Desafiante.

Patrón de enfado/irritabilidad, discusiones/actitud desafiante o vengativa que dura por lo menos 6 meses, que se manifiesta por lo menos con cuatro síntomas de cualquiera de las categorías siguientes y que se exhibe durante la interacción por lo menos de una persona que no sea un hermano.

Enfado/Irritabilidad.

1. A menudo pierde la calma.
2. A menudo está susceptible o se molesta con facilidad.
3. A menudo está enfadado o resentido.

Discusiones/Actitud desafiante.

4. Discute a menudo con la autoridad o con adultos.
5. A menudo desafía activamente o rechaza satisfacer la petición por parte de figuras de autoridad o normas.
6. A menudo molesta a los demás deliberadamente.
7. A menudo culpa a los demás por sus errores o su mal comportamiento.

Vengativo.

8. Ha sido rencoroso o vengativo por lo menos dos veces en los últimos seis meses.

Fuente. American Psychiatric Association, DSM-5, 2014.



Anexo 2. Presentación del programa.

Sesión 1: ¿Qué es el Trastorno Negativista Desafiante?

Introducción al Trastorno Negativista Desafiante.
Causas del Trastorno Negativista Desafiante.
Programa “desafiando lo negativo”.
Módulos del programa.
Horario del programa.
Conclusiones.

Introducción al Trastorno Negativista Desafiante

El Trastorno Negativista Desafiante (TND) es un trastorno del comportamiento que se caracteriza por la presencia de un patrón persistente y negativo de desafío, desobediencia y hostilidad hacia figuras de autoridad. Este trastorno se diagnostica comúnmente en la infancia y puede persistir hasta la adolescencia y la edad adulta.

Los síntomas del TND pueden incluir discusiones frecuentes con adultos, desafío activo a las solicitudes y reglas de los adultos, resentimiento y rencor hacia los demás, y comportamiento vengativo. Estos síntomas pueden afectar negativamente el funcionamiento social, académico y familiar del individuo afectado.



Causas del Trastorno Negativista Desafiante

Las causas exactas del TND no se conocen completamente, pero se cree que hay varios factores que pueden contribuir al desarrollo del trastorno. Uno de estos factores es la genética, ya que los estudios han demostrado que el TND tiende a ser hereditario en algunas familias.

Otros factores que pueden contribuir al TND incluyen problemas en el desarrollo cerebral, exposición a situaciones estresantes o traumáticas, y problemas en el ambiente familiar, como la falta de disciplina o la inconsistencia en la crianza.

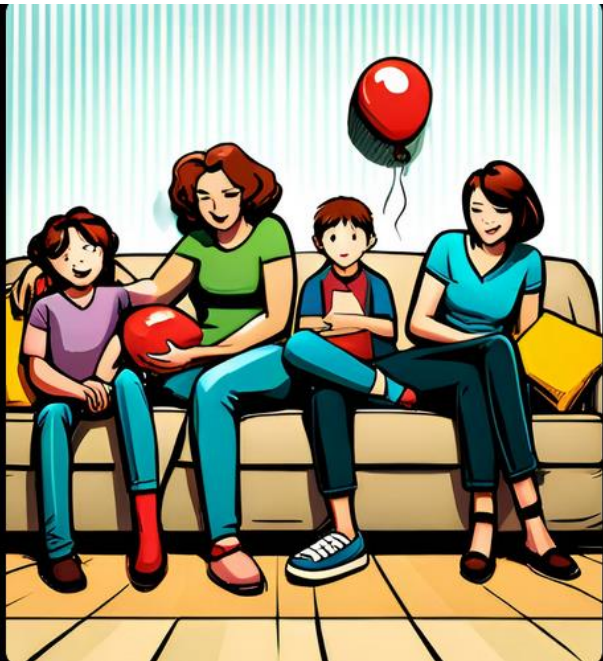




Programa “desafiando lo negativo”

El programa es combinación de terapia conductual y terapia familiar. La terapia conductual se enfoca en enseñar habilidades sociales y de comunicación efectivas, así como en fomentar comportamientos positivos y reducir los comportamientos negativos.

La terapia familiar también es importante en el tratamiento del TND, ya que puede ayudar a mejorar la comunicación y la relación entre el individuo afectado y su familia.



Módulos del programa

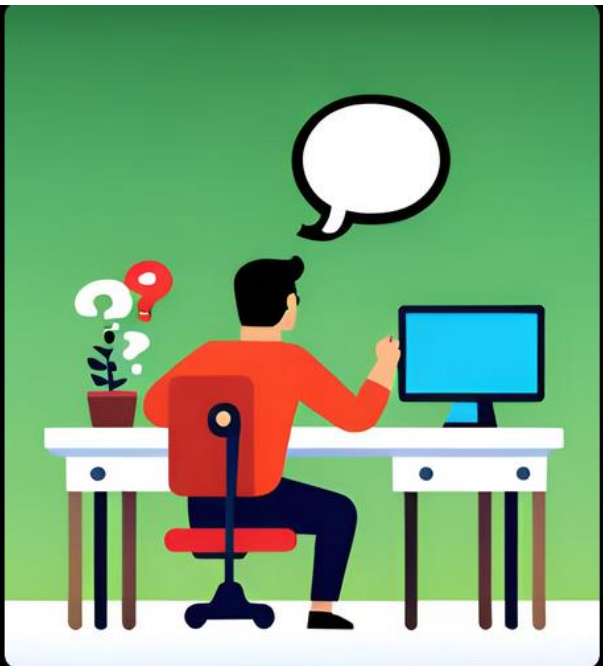
Los módulos que se van a trabajar en el programa son:

Módulo 1. Percepción y comprensión emocional.

Módulo 2. Manejo emocional.

Módulo 3. Refuerzos y castigos.

Módulo 4. Estrategias conductuales.





Horario del programa

Realizaremos una sesión semanal teórico-práctica donde se aprenderán nuevas estrategias que podremos poner en práctica hasta la siguiente sesión.

Las sesiones se impartirán los lunes y tendrán una duración aproximada de entre 30-60 min.

Medir los comportamientos.

Para poder comprobar la eficacia del programa debemos saber cuáles son los comportamientos problema y en que medida aparecen en el día a día.

Para ello rellenaremos durante esta semana un registro de conductas donde apuntaremos que conducta ha sido problema, que la ha ocasionado y cómo hemos reaccionado. Además, también pasaremos en esta sesión un test para medir el nivel de Inteligencia emocional de vuestro hijo.

Al acabar el programa volveremos a pasar el registro y el test para ver si ha habido cambios.

Día y hora	Lugar	Antecedentes	Conducta manifiesta	Consecuentes	Duración conducta	Intensidad (0-10)



Anexo 4. Registro de conducta.

DIA	¿QUÉ HA OCURRIDO?	¿QUÉ LO HA DESENCADENADO?	¿QUÉ HE HECHO AL RESPECTO?	INTENSIDAD 1-10	DURACIÓN
L					
M					
X					
J					
V					
S					
D					



Anexo 5. Presentación “El teatro de las emociones”.

El Teatro de las Emociones

Sofía saltaba y reía sin parar mientras corría por el campo de flores. Era un día hermoso y ella estaba feliz de estar viva.

De repente, vio a su mejor amiga Ana acercándose corriendo hacia ella con un pastel de cumpleaños. Sofía no podía creerlo, había olvidado que era su cumpleaños.

Las dos amigas se sentaron en el campo, comieron pastel y hablaron sobre todas las cosas maravillosas que habían pasado en sus vidas. Sofía se sintió agradecida por tener una amiga tan especial como Ana.

¿Qué emoción sintió Sofía?





Lucía se sentía cansada y sola después de la muerte de su perrito. Había sido su compañero fiel durante muchos años y ahora se había ido para siempre.

Pero un día, mientras caminaba por el parque, encontró un cachorro perdido. Lucía lo llevó a casa y lo cuidó con todo su corazón. El cachorro le recordaba a su perro anterior y poco a poco, comenzó a sanar su corazón roto. Ahora, Lucía y su nuevo perrito eran inseparables.

¿Qué emoción sintió Lucía cuando murió su mascota?

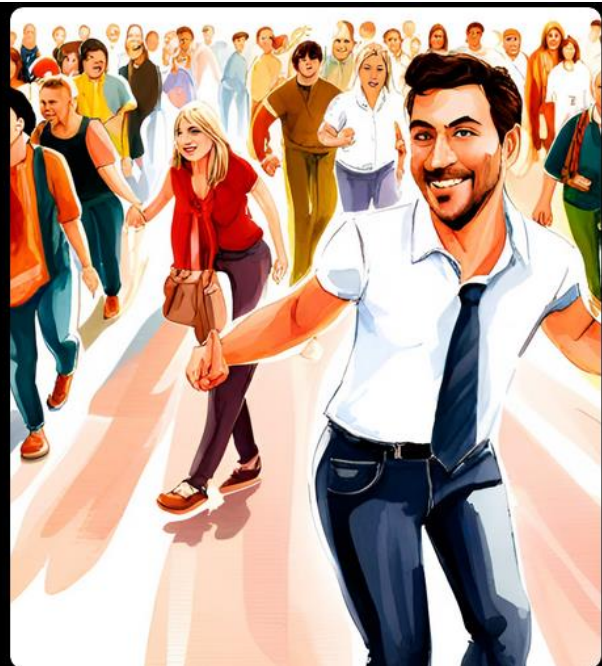


Pedro estaba asustado de subir al escenario para su discurso de graduación. Había practicado tanto pero aún así, sentía que iba a fracasar.

Pero entonces, recordó todas las cosas que había logrado en su vida hasta ese momento. Recordó a su familia, amigos y profesores que lo habían apoyado. Y decidió que no dejaría que nada lo detuviera.

Cuando Pedro subió al escenario, miró a la audiencia y comenzó a hablar con seguridad y confianza. Al final, recibió una ovación de pie y se dio cuenta de que enfrentar lo que le asustaba lo hacía más fuerte.

¿Qué emoción sintió Pedro al principio?





Marcela estaba celebrando su cumpleaños en un restaurante con amigos y familiares. Pensaba que sería una noche normal, pero cuando llegó el postre, todos comenzaron a cantar 'Feliz Cumpleaños' y sacaron una tarta de su sabor favorito.

Pero de repente, sus primitos que estaban jugando con la pelota la chutaron muy fuerte y cayó en el pastel, destrozándolo entero.

Marcela sintió como si algo dentro la quemara y se empezó a poner roja, soltando todo en un grito a sus primitos pequeños.

¿Qué emoción sintió Marcela?



Ana estaba en su casa tranquila cuando decidió hacer de comer su plato preferido, pollo asado. Cogió de la nevera todos los ingredientes necesarios, pero cuando cogió el pollo se dió cuenta de algo.

El pollo olía super mal y comenzó a ver que tenía algunos gusanitos. En ese momento, a Ana le empezó a entrar angustia y sentía náuseas. Por lo que decidió tirar el pollo y hacerse otra comida. ¡Menos mal que no se llegó a comer el pollo o hubiera enfermado!

¿Qué emoción sintió Ana?





Anexo 6. Hoja resumen de las emociones.

LAS EMOCIONES

TRISTEZA

- Suelo aparecer cuando algo te ha hecho daño o te ha hecho sentir mal, como por ejemplo cuando se muere nuestra mascota o perdemos nuestro juguete favorito.
- Cuando aparezco suelo dar ganas de llorar, ¡pero eso está bien! Ya que llorar va a calmarnos y puede hacer que otros nos ayuden.
- Puedes reconocermme cuando te sientas mal y con pocas fuerzas o veas a otra persona con las cejas bajas y haciendo morritos.

IRA

- Suelo aparecer cuando algo no sale como nosotros queremos o ante un acto que nos parece injusto.
- Cuando aparezco suelo dar ganas de gritar, desobedecer o romper cosas, aunque hacerlo puede hacer que nos castiguen.
- Puedes reconocermme cuando te notes como si tuvieses fuego dentro y estés muy tenso o cuando veas a otra persona fruncir el ceño y apretar los labios o dientes.

MIEDO

- Suelo aparecer cuando vemos un peligro o algo amenazante, como un monstruo o una montaña rusa.
- Cuando aparezco dan ganas de salir corriendo de ahí y evitar el peligro o la situación.
- Puedes reconocermme cuando te notes incómodo o indefenso ante algo o alguien o cuando veas a otra persona con las cejas bajas y la boca tensa.



ALEGRÍA

- Suelo aparecer cuando nos sentimos bien y hacemos muchas actividades que nos gustan, por ejemplo salir a jugar con mis amigos o leer mi cuento favorito.
- Cuando aparezco doy un montón de energía y dan ganas de hacer muchas cosas.
- Puedes reconocermme cuando te sientes entusiasmado y activado o en los demás cuando sonríen.

ASCO

- Suelo aparecer cuando vemos alguna comida o situación que no nos gusta nada, para así evitar las comidas u otras cosas que nos puedan poner enfermos, por ejemplo al ver u oler basura o un alimento pasado.
- Cuando aparezco incomodo mucho e incluso puedo llegar a darte arcadas, ¡pero es una técnica para mantenemos sanos!
- Puedes reconocermme cuando sientas angustia al oler, ver o comer algo o cuando veas en alguien que arruga la nariz o saca la lengua.

Ponle nombre a las emociones que representan los siguientes dibujos:

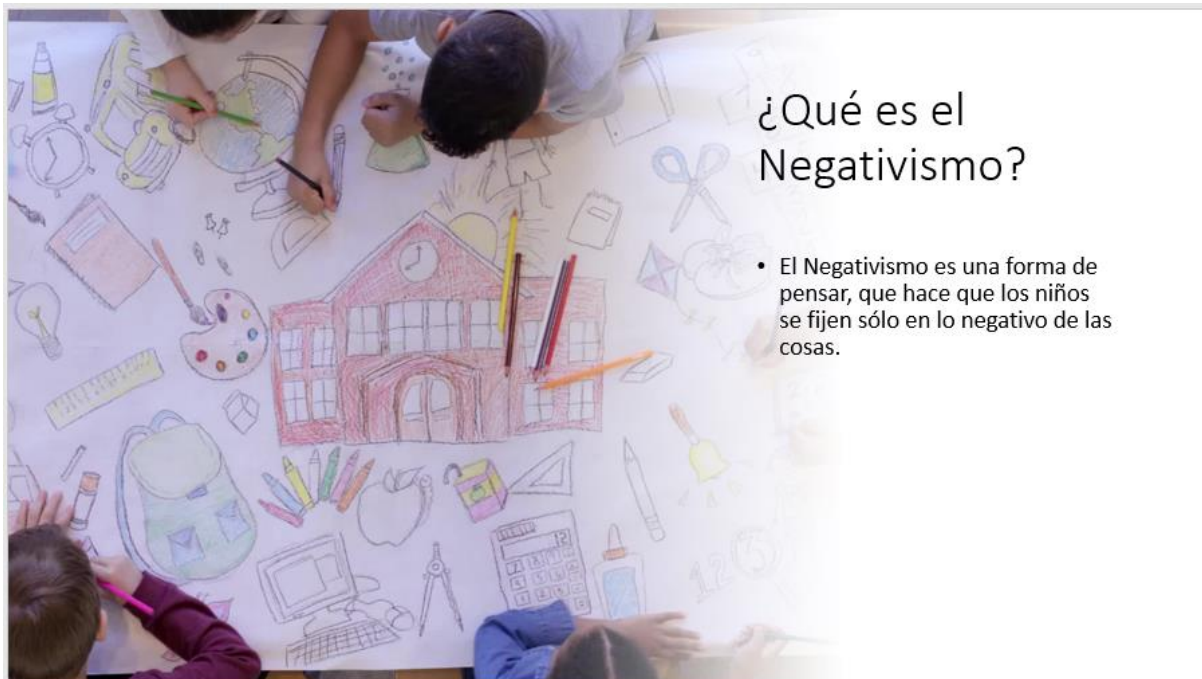






Anexo 7. Presentación Pensamientos-emociones.

¡El Negativismo y cómo vencerlo!






- Es como si fuese un mago malvado que controla nuestros pensamientos y sólo hace que nos pongamos tristes.
- Pero, ¿cómo puede ponernos tristes controlando nuestros pensamientos?



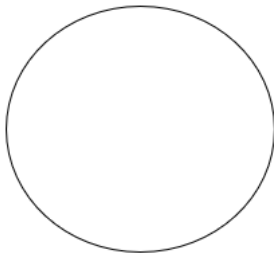
Los Pensamientos y las emociones

- Explicaremos como los pensamientos influyen en nuestras emociones con un ejemplo:
- Imagina que vas con tus padres a comprar tu helado favorito a una heladería.

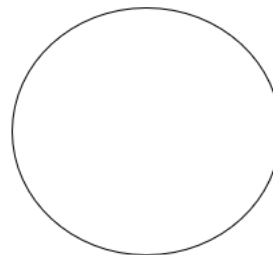


- Pero en la heladería te dan un helado más pequeño de lo que esperabas.
- Entonces podemos pensar dos cosas:
 - ¡Jope! Yo quería que fuese más grande.
 - Bueno, al menos puedo seguir disfrutando de mi helado favorito.

¿Que cara tendría cada niño según su pensamiento?:



¡Jope! Yo quería que fuese más grande.



Bueno, al menos puedo seguir disfrutando de mi helado favorito.



Centrarnos en el lado negativo de las cosas hace que tengamos emociones menos agradables como la tristeza.



Pero, tener un pensamiento centrado en los aspectos positivos nos trae emociones más agradables como la alegría.



Cómo vencer al Negativismo

Para vencer al Negativismo tendremos que usar nuestro mayor superpoder: ¡la flexibilidad de pensamiento!



La flexibilidad de pensamiento nos permite cambiar nuestros pensamientos para sentirnos mejor.

¿Cómo se consigue?

Debemos buscar las partes positivas de la situación en vez de ver solamente las negativas.

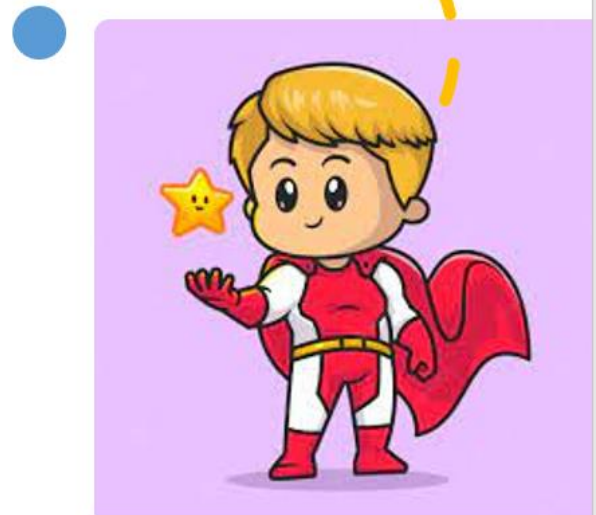


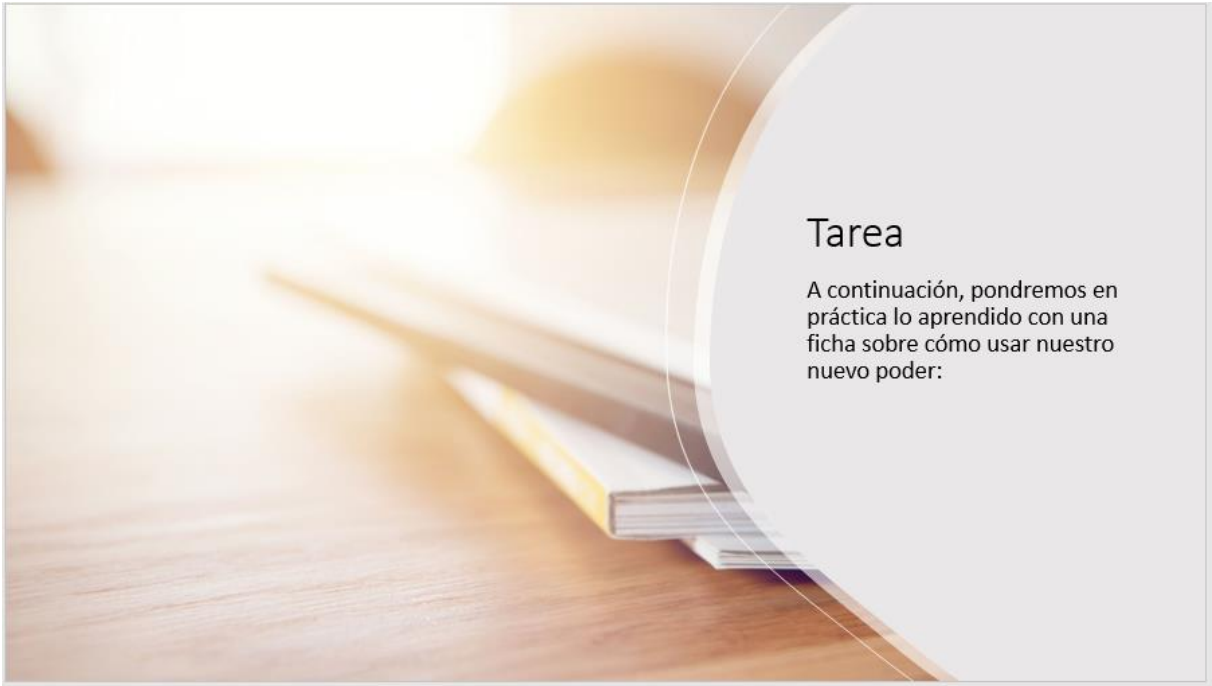
Entrenamiento de superpoderes

Al igual que todos los superhéroes, este poder se debe entrenar para poder mejorarlo y que nos salga bien.

Por ello, vamos a intentar con ayuda de nuestros padres practicar esta habilidad. ¿Cómo?

Buscando las partes positivas de las situaciones que nos ocurran a lo largo de la semana.





Tarea

A continuación, pondremos en práctica lo aprendido con una ficha sobre cómo usar nuestro nuevo poder:



Anexo 8. Ficha de trabajo pensamientos-emociones.

LA FLEXIBILIDAD DE PENSAMIENTO

¡La habilidad de **cambiar nuestros pensamientos** para poder sentirnos **mejor!**

RECUERDA:

Centramos en el **lado negativo** de las cosas nos traerá emociones menos agradables, pero centramos en las partes **positivas** nos hará sentirnos **mejor**.

1. Haz una lista de los aspectos positivos y negativos de las siguientes situaciones:

Vas a casa de tu primo favorito a jugar a la consola, pero cuando llegas te dice que la tiene rota y no podéis jugar:

Aspectos negativos	Aspectos positivos

Vas al parque a jugar a la pelota con tus amigos, pero ya hay niños ocupando la pista:

Aspectos negativos	Aspectos positivos

Es tu cumpleaños, pero los regalos que te han hecho no son lo que querías:

Aspectos negativos	Aspectos positivos

¿Cómo te has sentido cuando escribías las cosas negativas? ¿Y las positivas?

2. Completa los pensamientos de cada niño según la emoción que sienten.

He llegado tarde al cole y la profe me ha reñido:



Es la hora de comer pero no me gusta la comida:



He sacado mala nota en un examen:



Mis padres me han dicho que tengo que hacer los deberes pero yo quería seguir jugando a la consola:






Anexo 9. Presentación de regulación del enfado.

Cómo controlar nuestro enfado







Hay ocasiones que los pensamientos negativos hacen que nos pongamos furiosos y no podemos pensar con claridad.

Cuando nos enfadamos sólo podemos centrarnos en el problema que tenemos delante y no podemos ver ningún aspecto positivo.

Cómo saber si estamos furiosos

-  Cuando nos enfadamos podemos notar como nos acaloramos, el corazón nos empieza a ir más rápido y apretamos más los músculos y los dientes.
-  En ese momento es cuando tenemos que decirnos a nosotros mismos, "¡BASTA!".



Cuando somos conscientes de que estamos enfadados, debemos parar, ya que el enfado y los gritos no solucionan el problema.

Incluso puede que lo empeore.



A algunos niños les gusta leer, otros ver la tv u otros jugar con la pelota.

Cada uno tiene sus actividades favoritas y estas nos van a ayudar a combatir el enfado.

Qué hacer para calmarnos

¡La mejor estrategia para calmarnos es distraernos!

Hacer actividades que nos ponen de buen humor y nos gustan nos ayudan a calmarnos y poder pensar con claridad.





TIEMPO DE JUEGOS

¡Tenéis 10 minutos para jugar a lo que queráis!

¿Cómo os sentís?
Bien, ¿verdad?



Alejarnos del problema y darnos un tiempo haciendo una actividad que nos gusta nos calma para poder enfrentar el problema más tarde.

Si no nos calmamos primero va a ser muy difícil poder poner en práctica las habilidades que hemos aprendido.

Tarea: Lista de actividades

Para ayudarlos a encontrar actividades que nos distraigan cuando nos enfadamos, vamos a elaborar una lista de actividades que más nos gustan hacer:



Anexo 10. Lista de actividades.

Mis ACTIVIDADES FAVORITAS

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____



Anexo 11. Presentación de resolución de problemas.

Pensar como un científico



¿Cómo piensa un científico?

Los científicos son personas que utilizan un tipo de pensamiento muy peculiar, llamado **pensamiento hipotético-deductivo**.

¡Este pensamiento también es usado por detectives y policías para resolver misterios y problemas difíciles!



Este tipo de pensamiento podemos usarlo nosotros también para que nos ayude en el día a día a resolver problemas con amigos, profesores o en casa.



Para usarlo tenemos que resolver una serie de preguntas:

- ¿Cuál es el problema?
- ¿Qué opciones tengo para resolverlo?
- ¿Cuál es la mejor?
- ¡Poner en marcha el plan!



¿Cuál es el problema?

Para poder resolver un problema primero tendremos que saber cuál es, que implica y con qué está relacionado. Esto nos va a ayudar a buscar la mejor solución.

Por ejemplo, mis padres me han dicho que es hora de dormir pero no quiero.

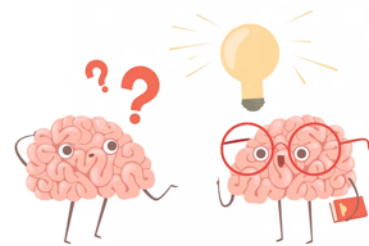
El problema sería: "mis padres y yo no estamos de acuerdo en la hora de acostarme".

¿Qué opciones tengo para resolverlo?

Normalmente no existe una sola solución para los problemas, así que lo mejor es intentar pensar en todas las opciones para poder elegir.

Por ejemplo, para el problema anterior las opciones son:

1. Me voy a la cama.
2. No me voy a la cama.
3. Negocio quedarme un rato más.





¿Cuál es la mejor?

A veces es difícil elegir una opción, por lo que lo mejor es ver lo bueno y malo de cada una para poder elegir.

Por ejemplo, la opción “No me voy a la cama” tiene:

Aspectos positivos: Alargo un rato el irme a acostar.

Aspectos negativos: Mis padres se van a enfadar, yo me voy a enfadar, me castigarán y otro día no me dejarán más tiempo.

Como tiene más aspectos negativos que positivos puede que no sea la mejor opción.



Por otro lado, la opción de “me voy a la cama”:

Aspectos positivos: No discuto con mis padres, puede que otro día me dejen por haber obedecido, duermo más y mañana estoy menos cansado.

Aspectos negativos: No puede ver lo que quería en la tv.

Esta opción al tener más aspectos positivos que negativos parece la mejor opción.



Poner en marcha el plan

Cuando los científicos tienen una teoría, la ponen en práctica para ver si es correcta.

De la misma forma nosotros ponemos en práctica la opción que hemos elegido para comprobar si sale bien.

En caso de que no salga, volvemos a hacer los pasos.

Juego: Resolver los problemas como un científico.

A continuación les repartiremos a vuestros padres unas tarjetas donde les pondrán una serie de conflictos que tendréis que resolver aplicando el pensamiento hipotético-deductivo:





Anexo 12. Juego De tarjetas sobre problemas interpersonales.

Quieres ir a jugar con la pelota pero tus padres quieren que estudies.

Has discutido con un amigo por quien había ganado en un juego y estáis enfadados.

Te has esforzado mucho en una tarea pero el profesor te ha puesto mala nota.

Tu amigo te ha empujado jugando al pilla-pilla y te has roto el pantalón.

Has sacado mala nota en un examen para el que habías estudiado mucho.

Has insultado a un amigo en una pelea aunque no querías hacerlo.

El profesor te ha castigado por una cosa que no has hecho.

Te has peleado con tus padres porque no te dejan ver la tv.



Anexo 13. Presentación de refuerzos y castigos.

Refuerzos y castigos

Cómo modelar el comportamiento de nuestro hijo

El aprendizaje

Los niños, al igual que las personas, aprenden cómo comportarse en función de qué obtienen al hacer una conducta x.

Por ejemplo, saben que si tocan el fuego se queman, por lo que la siguiente vez evitarán tocar el fuego por miedo a quemarse.



Esto se puede generalizar a los demás comportamientos como obedecer órdenes como poner la mesa o sentarse a estudiar.

¿Cómo? Mediante lo que llamamos REFUERZOS.

Los Refuerzos



Los refuerzos son el recurso más fiable para que un comportamiento se repita.



Existen muchos tipos de refuerzos que se pueden aplicar con un niño: Elogios, pasar tiempo juntos, acostarse más tarde, comida, comprar un juguete, etc.



Los refuerzos pueden ser positivos (dar un premio que le agrade al niño) o negativos (quitar una consecuencia negativa o tarea que le desagrade al niño).

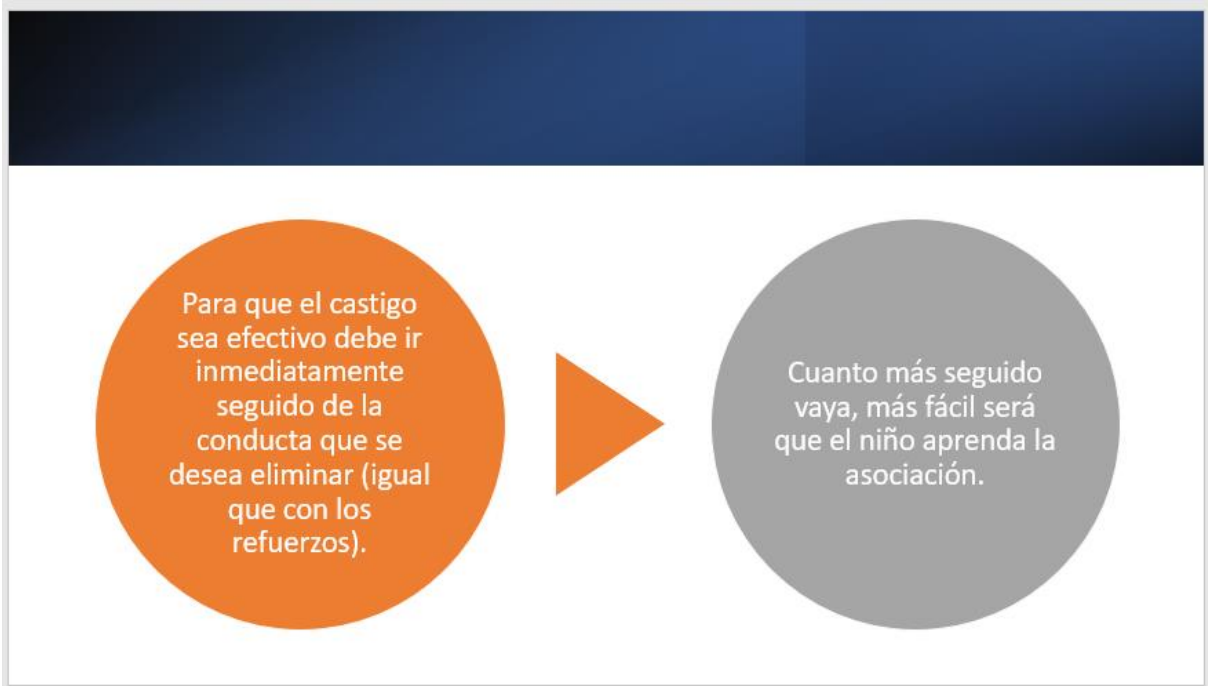
Es vital dispensar refuerzos si queremos que nuestro hijo se comporte de la forma que deseamos que lo haga.



Los Castigos

Los castigos sirven para eliminar conductas que deseamos que el niño no realice.

Por ejemplo, discutir con nosotros sobre poner la mesa implica que esa noche no se le lee un cuento.





Es importante recalcar, que para moldear correctamente el comportamiento de nuestro hijo debemos dar más refuerzos que castigos.

Castigar en exceso hará que el castigo baje su eficacia en el aprendizaje.



Los castigos al igual que los refuerzos pueden ser positivos (dar una consecuencia que desagrada al niño) o negativos (eliminar una consecuencia que le agrade al niño).

A continuación os otorgaremos una ficha con los posibles refuerzos que podemos realizar con nuestro hijo:



Anexo 14. Ficha de refuerzos.

QUÉ REFUERZOS PODEMOS USAR CON NUESTROS HIJOS

Es importante recalcar que cada niño tiene sus propios gustos y aficiones preferidas, por lo que ninguno es igual a otro. Pero algunos de los refuerzos universales que son eficaces en niños son:

1. El elogio. El elogio implica el felicitar a nuestro hijo sobre una conducta que hizo bien. Puede ser más efectivo si decimos exactamente qué es lo que nos gustó.
2. El lenguaje no verbal. Como asentimientos o sonrisas ante algo que nos agradó puede servir de refuerzo.
3. Una pegatina que represente una acción bien realizada.
4. Un bote de fichas y meter una cada vez que se realice una buena conducta. Esto permite ver el progreso de buenas conductas como motivador.
5. Que elija su comida favorita para cenar o para comer.
6. Realizar una actividad especial con su hijo.
7. Regalar un juguete que él deseaba.
8. Más tiempo de uso de pantalla.
9. Permitir que se acueste más tarde.
10. Abrazar o mostrar cariño a su hijo.

Nota: Los refuerzos de afecto o sociales (como realizar una actividad) tienen más poder de refuerzo que los materiales (comprar un juguete) y mejoran el lazo familiar.



Anexo 15. Presentación de conductas prosociales y dinámica familiar.

LAS NORMAS Y COMPORTAMIENTOS PROSOCIALES

QUÉ REFORZAR Y CÓMO CASTIGAR

QUÉ DEBEMOS REFORZAR

A menudo nos centramos demasiado en castigar los malos comportamientos de nuestros hijos, entrando en un bucle de negatividad y pocos refuerzos.

Para poder conseguir que nuestro hijo cambie su conducta, debemos cambiar nuestra forma de educar.

Para ello, debemos estar muy atentos a los comportamientos que queremos reforzar.



LOS COMPORTAMIENTOS PROSOCIALES

Los comportamientos prosociales son aquellos que benefician a otra persona/s y que se realizan sin esperar algo a cambio.

Estos son los comportamientos de los que debemos priorizar el refuerzo, ya que son la antítesis de los comportamientos oposicionistas.

Algún ejemplo de estos son: ayudar en las tareas del hogar, compartir juguetes, ayudar a quien se siente mal o se ha hecho daños, etc.

Debemos estar muy atentos a cuándo se dan estos comportamientos y reforzarlos inmediatamente para que puedan repetirse.



LA IMPORTANCIA DE LAS NORMAS

Los niños con TND suelen oponerse a las exigencias de los adultos y los castigos porque creen que son demandas injustas.

En muchas ocasiones, el TND se forma por pautas de comportamiento y crianza inconsistentes. Es decir, lo que se castiga un día, a lo mejor no se castiga otro.

No establecer unas normas claras y concisas en casa pueden confundir al niño sobre la forma en la que debe comportarse, percibiendo de manera injusta ciertas normas que no se le han explicado.

Para ello, es imprescindible poner normas claras y consensuadas de por qué existen. Además, se deben clarificar las consecuencias tanto de cumplirlas como de no hacerlo.



Esto ayuda al niño a saber cuáles son los límites y qué comportamiento se espera de él.

Al consensuar las normas y las consecuencias, los castigos se suelen ver de forma más justa que si no se pactan con anterioridad.

CÓMO CASTIGAR

No todo va a ser un camino de rosas con los niños, ya que en muchas ocasiones no va a querer obedecer a las demandas de los adultos.

En ese caso debemos aplicar los castigos, pero siguiendo unas pautas.



CONSEGUIR SU ATENCIÓN

Muchas ocasiones los niños no cumplen con las demandas por no haber prestado atención a la orden.

Cuando ordene una tarea o acción, debe asegurarse de que su hijo le está prestando atención.

En caso de que lo haga y desobedezca repita otra vez la orden.

Si continúa, explique las consecuencias de desobedecer la orden.

EJECUTAR EL CASTIGO

Si su hijo ha decidido no cumplir la orden, debe ejecutar el castigo tal y como lo había pactado, sin negociar y de forma inmediata. Por ejemplo, no dejarle ver la tv.

Es importante que le explique a su hijo el porqué se le ha castigado, cuál es el castigo y durante cuanto tiempo.



Anexo 16. Ficha de normas, límites y castigos.

FICHA NORMAS, LÍMITES Y CASTIGOS

Las normas en casa deben ser claras y estar visibles, como por ejemplo con un cartel pegado en la nevera. También deben de ser explicadas al niño sobre porqué existe esa norma y qué ocurrirá si dicha norma no se cumple.

Nota: Evitar añadir más de una norma a la vez, ya que el niño es más fácil que se las aprenda de forma gradual y se acostumbre poco a poco al cambio.

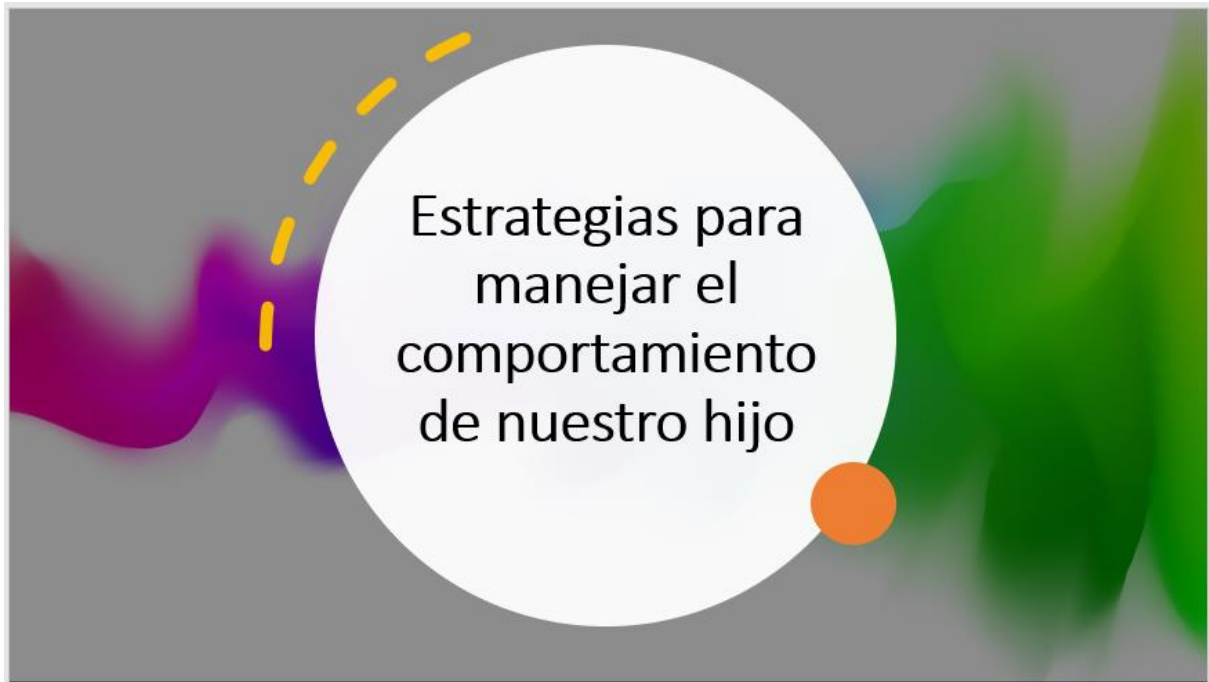
Cómo dar órdenes:

1. Debemos saber si nuestro hijo nos está prestando atención, ya que si no tenemos su atención no va a escuchar la demanda. Para ello, digan su nombre y espere a que le mire a los ojos.
2. Cuando tenga su atención, exponga la orden en un tono firme y neutro, sin pedirlo en forma de pregunta ni en tono de enfado.
3. Si no obedece repita la orden. Y si aún no obedece, exponga las consecuencias de desobedecer.
4. Si el niño ha desobedecido la orden de forma consciente y reiterada, aplique la consecuencia de forma inmediata y de la forma que se acordó.
5. Si el niño obedece, recompensarlo con refuerzos de forma inmediata.

Nota: es importante que el castigo se aplique tal y cómo estaba acordado, sin reducirlo ni agrandarlo.



Anexo 17. Presentación economía de fichas y tiempo fuera.





La economía de fichas



La economía de fichas es una estrategia que se basa en el coste de respuesta, donde se obtienen puntos por realizar conductas deseables y se quitan por realizar conductas no deseables.

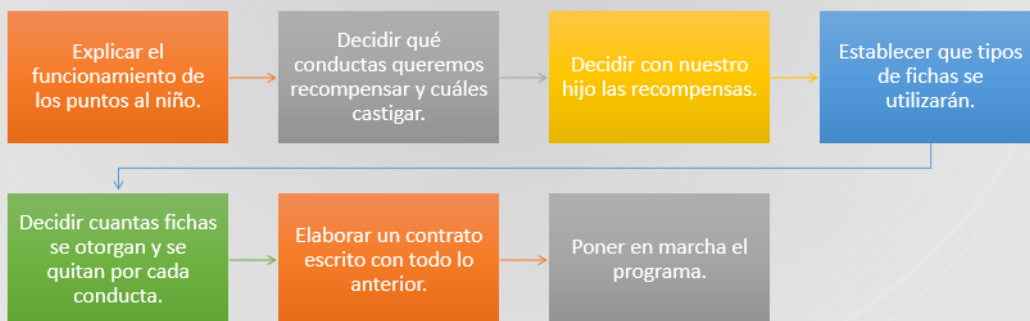


Esto plantea el modelado de la conducta como un juego para el niño donde obtiene recompensas por "portarse bien".



Los puntos se pueden canjear por premios especificados anteriormente y acordados por la familia.

Pasos para construir una economía de fichas





El contrato conductual

Es imprescindible dejar por escrito todo lo anterior y firmarlo tanto los padres como el niño.

Esto implica que el niño está conforme con el plan y se compromete a aceptarlo. Si existe alguna discrepancia durante la aplicación, se vuelve a este contrato y se aclara.

El tiempo fuera



EL TIEMPO FUERA ES UN MÉTODO CORRECTIVO QUE SE UTILIZA EN ESPECIAL CUANDO UNA CONDUCTA ES DIFÍCIL DE MANEJAR, COMO POR EJEMPLO BERRINCHES MUY GRANDES.



CONSISTE EN LLEVAR AL NIÑO DURANTE 5 MINUTOS MÁXIMO A UN LUGAR DONDE NO PUEDA ENTRETENERSE. NO DEBE ABUSARSE DE ESTA TÉCNICA PARA QUE NO PIERDA SU EFECTO, SÓLO EN CASOS FUERTES.



Tarea: construir nuestra propia economía de fichas y contrato conductual.

Ahora junto con nuestro hijo, aplicaremos los pasos anteriores y crearemos conjuntamente nuestra propia economía de fichas.

Una vez construida firmaremos el contrato conductual y colgaremos la economía en un lugar visible de la casa.



Anexo 18. Contrato conductual.

CONTRATO CONDUCTUAL

A continuación se van a especificar unas tareas y conductas que yo (nombre del niño) _____ deberé seguir para conseguir un premio. Para poder conseguirlo se deben seguir las siguientes instrucciones:

Por cada una de las conductas:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Podré elegir un premio que equivalga a una tarea diaria:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

El día que no haga la tarea no podré tener premio. Si hago durante toda la semana al menos 1 tarea podré elegir un premio semanal:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Mis padres no me dirán nada sobre las tareas salvo que no las haya cumplido para avisarme de que no recibiré el premio. El registro de las actividades hechas durante el día, incluyendo deberes, lo llevaré yo y lo entregaré al final del día junto con las pruebas para que me den el premio correspondiente.

En caso de realizar alguna de las siguientes conductas:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

No sólo no tendré el premio diario, sino que mis padres me podrán añadir un castigo adicional de entre los siguientes:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

A partir de hoy, yo _____ (nombre del niño), me comprometo a seguir estas actividades hasta la próxima sesión del programa el día _____ (día de la última sesión de evaluación).

_____ (firma del niño)

_____ (firma del padre/madre/tutor)



Anexo 19. Cuestionario evaluación de las competencias emocionales, TMMS-24.

TMMS-24

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5