

# PONENTE:

**D. Juan Manuel Herrera Hernández.**

Psicoterapeuta y Especialista en Intervención Familiar.  
Profesor de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales  
de la Universidad de La Laguna y de la UNED.

Corre: [jmherera@ull.es](mailto:jmherera@ull.es)

Teléfono de contacto: 670743846

**Cómo prevenir y actuar desde la  
familia ante los hijos tiranos,  
exigentes y agresivos**

Día 25 de abril de 2014.

Los Realejos

# Objetivo del taller y técnica

- **OBJETIVO:** Hacer una revisión de las prácticas educativas y su modo de aplicación con los hijos/as y saber cómo mejorar su efectividad
- **TÉCNICA:** psico-educación grupal

# Punto de arranque: FAMILIA

**Vínculos interpersonales donde se intercambia afecto y apoyo, ya sea por relación sanguínea o no, y éste, puede variar en su calidad e intensidad según la reciprocidad percibida por las partes**

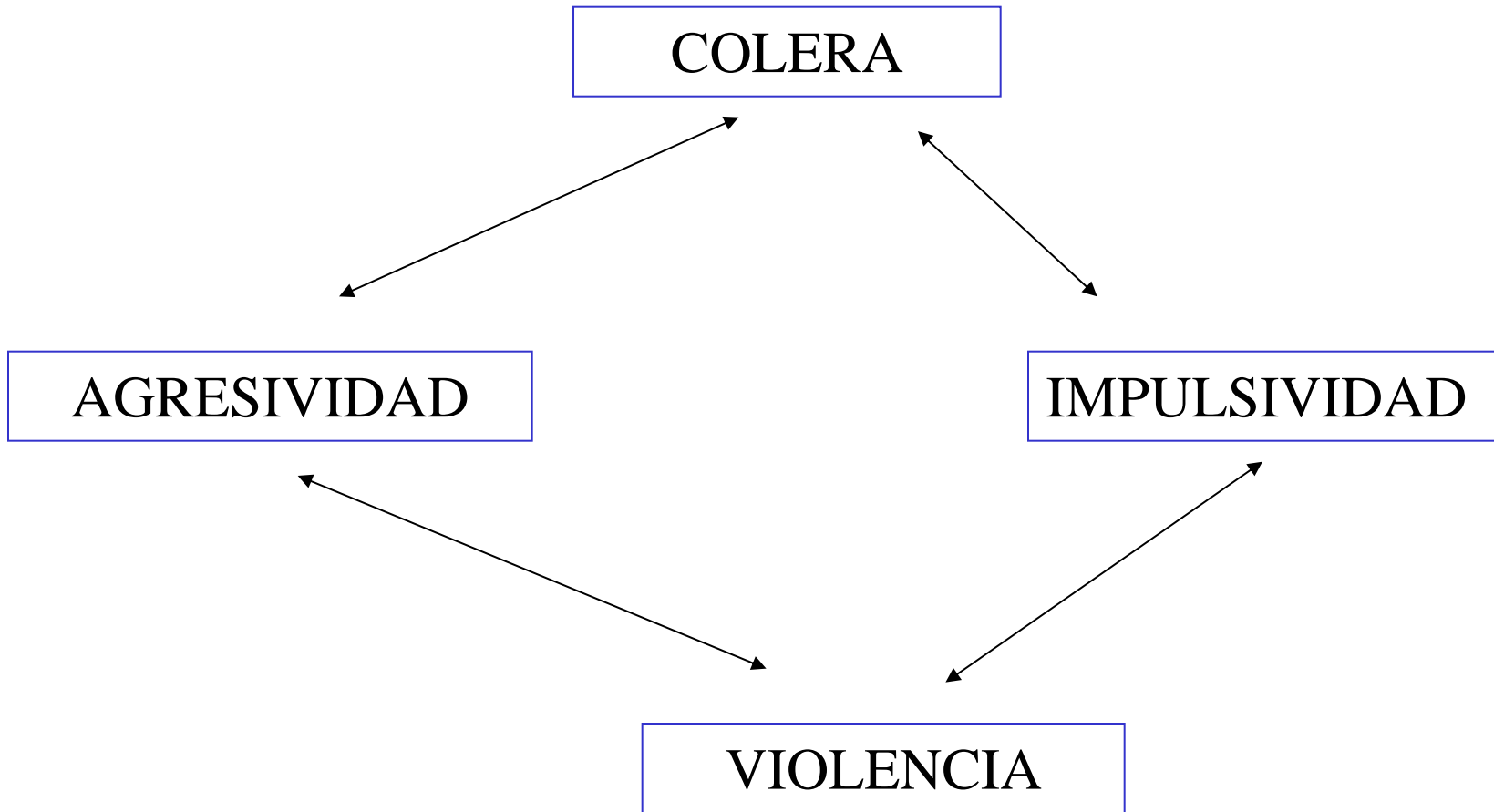
*(Herrera, J.M, 2014)*

# ¿Por qué los hijos/as TEA?

- Modelos educativos que llevan a guiones repetitivos y/o automatizados\*
- Cambios sociales y capacidad de adaptación\*
- Madurez y desarrollo emocional padres-hijos/as\*
- Competencias educativas\*
- Incapacidades educativas \*
- Soluciones intentadas y auto-eficacia percibida\*
- Psico-trampas personales versus educativas\*

# Las trampas y acierto de las etiquetas

# COSAS PARECIDAS PERO DIFERENTES



# ¿Qué son los hijos TEA?

- **Exigentes**: hijos que creen merecerlo todo presionando para ello y siempre se ponen en primer lugar.
- **Agresivos**: hijos que muestran conductas verbales, no verbales y conductas que hacen daño a otros o hacia sí mismos.
- **Tiranos/as**: hijos que pretenden someter o lo logran, a las persona que les rodean y disfrutan haciendo daño y nulo remordimiento.



Desgranando

# La cólera

<b>Manifestación</b>	<input type="checkbox"/> Explosión repentina ante una situación que desaparece al poco tiempo y la persona vuelve a su estado emocional anterior
<b>Características</b>	<input type="checkbox"/> Pérdida parcial o completa de la conciencia de los propios actos (episodio disociativo) <input type="checkbox"/> Las variables de la personalidad y la vulnerabilidad condicionan su aparición, mantenimiento y eliminación y el tipo de cólera.
<b>Tipos</b>	<input type="checkbox"/> Cólera retenida, vengativa o destructiva <input type="checkbox"/> Cólera repentina <input type="checkbox"/> Cólera de supervivencia <input type="checkbox"/> Cólera de impotencia <input type="checkbox"/> Cólera de vergüenza <input type="checkbox"/> Cólera de abandono

# Tipos de cólera

<b>Cólera retenida, vengativa y destructiva</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Percepción: injusticia real o no</li><li>•Se busca la oportunidad de la venganza y resarcir el daño</li><li>•Cuanto más tiempo, mayor es la trama de la venganza</li></ul>
<b>Cólera repentina</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>•En un cambio rápido y repentino, no es programada</li><li>•La persona siente sentimientos extraños en su interior y debe evitar ir a más</li></ul>
<b>Cólera de supervivencia</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>•La persona se siente amenazada o acorralada y reacciona</li><li>•La persona está a la defensiva y ataca pues se siente amenazada</li></ul>
<b>Cólera de impotencia</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>•La persona se siente paralizada ante las situaciones y reacciona con la cólera</li><li>•La persona no sabe como hacer frente a las situaciones y reacciona</li><li>•La persona no acepta sus limitaciones y reacciona</li></ul>
<b>Cólera de vergüenza</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>•La persona se siente burlada o humillada y reacciona</li><li>•La persona no sabe como enfrentarse a la situación por carecer de habilidades y reacciona</li></ul>
<b>Cólera de abandono</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>•La persona teme que le abandonen y le dejen de querer</li><li>•La persona cree que otra persona rivaliza por las personas que quiere</li><li>•La persona interpreta la no exclusividad como una forma de abandono</li></ul>

# La impulsividad

<b>Manifestación</b>	<input type="checkbox"/> Respuesta verbal o física que responde a una actitud defensiva y cuya base es la inseguridad
<b>Características</b>	<input type="checkbox"/> La persona se precipita, comete muchos errores, responde antes de que se le formule la pregunta... <input type="checkbox"/> La persona se muestra agitada, no para y conecta con los demás a través de la provocación y el desafío <input type="checkbox"/> Generalmente las respuestas son verbales ( agresión verbal) y pocas veces físicas ( brusquedad, rompe cosas, torpeza....)
<b>Tipos</b>	<input type="checkbox"/> <b>Externa:</b> disruptivo, provocador, inquieto ( se puede confundir con TDAH...) <input type="checkbox"/> <b>Interna:</b> inseguridad, baja autoestima, percepción subjetiva de amenaza ( excesiva suspicacia), desconfiado..

# LA AGRESIVIDAD

<b>Manifestación</b>	<input type="checkbox"/> Respuesta verbal o física que responde tanto a una actitud defensiva encubierta (inseguridad y baja autoestima) o a una forma de conectar con el mundo y las personas
<b>Características</b>	<input type="checkbox"/> Las acciones son desproporcionadas a cómo ha interpretado el hecho <input type="checkbox"/> Puede ser física y verbal y la intención es humillar, dañar, destruir a la otra persona. <input type="checkbox"/> Es impredecible, puede pasar de la “normalidad” a la agresividad en segundos ( cualquier cosa es una chispa que le enciende) <input type="checkbox"/> Guarda rencor, es vengativo/a
<b>Tipos</b>	<input type="checkbox"/> <b>Externa:</b> disruptivo, provocador, inquieto ( se puede confundir con TDAH...) <input type="checkbox"/> <b>Interna:</b> inseguridad, baja autoestima, percepción subjetiva de amenaza ( excesiva suspicacia), desconfiado..

# La violencia

## Manifestación

❑ Aquellos hijos/ as que manifiestan una actitud de hostilidad y oposición, en la que se dan incidentes continuados de insultos, vejaciones, amenazas y actos de violencia física hacia uno de los progenitores o hacia los dos y u otras figuras educativas o sus iguales.

## Características

❑ CUALIDADES E INDICADORES DE LA SIGUIENTE PÁGINA

	<b>Insensibilidad emocional</b>	<b>Poco miedo al castigo</b>	<b>Gran anhelo de lograr lo que desean</b>
<b>Cualidades</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No empatía</li> <li>• No culpa</li> <li>• No comprende y siente el daño a los otros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se controla y cree que los adultos tampoco lo pueden hacer y menos castigarle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Luchan con fuerza por su meta (egocéntricos)</li> <li>• Valoran más el resultado que las consecuencias por actuar</li> </ul>
<b>Indicadores</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mucha crueldad para su edad.</li> <li>• Sentimientos superficiales</li> <li>• No hay culpa auténtica y la disculpa sólo se produce por la amenaza del castigo</li> <li>• No hay amigos de verdad, sólo compañeros de circunstancias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las mentiras y embustes son frecuentes aunque se demuestren que no son ciertas</li> <li>• Cualquiera tiene la culpa menos él, siempre hay una excusa en sus labios</li> <li>• Los razonamientos no sirven para nada, así como hacerle ver los efectos de sus actos en el mismo y en los demás</li> <li>• Los castigos son ineficaces, o como mucho son sólo eficaces durante un breve periodo de tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desmotivación por las tareas que suponen la aprobación de los adultos (en casa o en la escuela)</li> <li>• Deseo de hacer cosas que le suponen poder sobre los otros, más que el mero disfrute de las cosas. Violencia, extorsión, en ocasiones robos y destrucción de la propiedad.</li> <li>• Cuando quiere algo pone todo su empeño aunque sepa que va a ser castigado o que al final le va a suponer más inconvenientes que ventajas</li> </ul>

¿Cómo actuar antes, durante y después, con los hijos/as TEA



Elementos relevantes

# El sistema social actual



## Modelo o estilos educativos y su énfasis (Nardone, Fiorenza, 2004)

Estilo	Énfasis
<b>Modelo hiper-protector</b>	<input type="checkbox"/> Énfasis: evitar dolor emocional
<b>Modelo democrático-permisivo</b>	<input type="checkbox"/> Énfasis en interacciones simétricas (iguales para lograr cohesión)
<b>Modelo sacrificante</b>	<input type="checkbox"/> Énfasis: Tú eres lo más importante
<b>Modelo intermitente</b>	<input type="checkbox"/> Énfasis: se improvisa según el estado de ánimo y físico
<b>Modelo delegante</b>	<input type="checkbox"/> Énfasis: entre todos mejor educar
<b>Modelo autoritario</b>	<input type="checkbox"/> Énfasis: se hace lo que yo digo

# **Recomendaciones de MANUAL**

**¡que ayudan, mantienen y/o  
complican los problemas!**

- ❑ *Cuidar una mascota* ( algo que deben proteger)
- ❑ Hacerles ver que son niños/ as ganadores, si son capaces de demostrar que *tienen poder, ayudando a otros* que son más débiles que ellos
- ❑ *No les sermonee, sea directo y no negocie lo que usted cree debe decidir por él/ella.*
- ❑ Buscar cuáles son *cualidades positivas y potenciárselas* ( deportivas, académicas, mañosos con algo, etc..)

- ❑ Ayudarle a desarrollar la *empatía cognitiva y afectiva*
- ❑ Que desarrollen el *sentimiento de culpa en privado* ( no es lo mismo que sentirse avergonzado y es público)
- ❑ Mantenerse *firmes con disciplina*
- ❑ *No responder bajo la presión* del momento y focalizar las disputas ( lanzar la responsabilidad en él y que el ha creado el problema y sabe como solucionarlo)
- ❑ *Mantener un estado de ánimo positivo* e pesar de la presión de nuestro hijo, no dejar que n os haga perder los papeles y el optimismo
- ❑ *No dejar pasar las cosas “ no muy importantes”*, debemos aprovechar para que asuman responsabilidades y cumplan sus compromisos
- ❑ *No buscar la comprensión del hijo* ( pues estos hijos no toleran a los débiles)
- ❑ Debemos *buscar su mapa de incentivos*, que es lo que les motiva y animarles

Influencias culturales y guiones  
educativos que influyen en el modo  
de reaccionar ante la realidad

**PERCIBIDA** (no se da sólo uno,  
pero alguno es el que más destaca)

- ❑ Competición (ganar/perder)
- ❑ Colaboración (tener la razón no es importante, si encontrar una solución aceptable)
- ❑ Evitación (negar la realidad, miedo encubierto)
- ❑ Acomodación (uno se sacrifica para que el otro/a se siente bien)
- ❑ Compromiso (regla de oro, no quiero o hago lo que no quiero me hagan)



**Otros guiones educativos que crean,  
mantienen y complican la relación  
con los hijos/as**

**□ Tipo 1 : Demasiado/a involucrados en los problemas de los hijos/as**

**Interacción centrada en: dimensión instrumental ( agenda) y conductual ( comportamiento y rendimiento)**

## **CLAVES ORIENTATIVAS**

- Un exceso de implicación educativa /pérdida de perspectiva por el modo de percibir e interpretar los progenitores la realidad del menor**
- Nula efectividad educativa**

## **INDICADOR A EXPLORAR**

- Dificultad para discernir lo que los hijos pueden hacer y afrontar solos (interferencias en la dimensión perceptiva, emocional, cognitiva, conductual y socio- cultural del menor)**

**EFECTO en el sistema perceptivo- reactivo del menor**

- Conminación secundaria: *¡me ayuda porque me quiere o porque me ve incompetente!***

**□ Tipo 1.1. Demasiado/a involucrados en los problemas de los hijos/as**

**Interacción centrada en: dimensión perceptiva**

## CLAVES ORIENTATIVAS

Hacer énfasis en problemas y/o cosas\*, donde los hijos no los ven o no reconocen por mucho insistir

## INDICADOR A EXPLORAR

No se indaga sobre su punto de vista (atendiendo a su etapa evolutiva y madurez emocional), sino bajo el nuestro. (*MEJOR: yo encuentro preocupante esto.... pero me gustaría conocer tu punto de vista y de cómo lo ves diferente, para poder entenderlo mejor...*)

## EFECTO en el sistema perceptivo- reactivo del menor

Provoca mayor negación y/o repetición/ desafío de la conducta

\* Comunicación prescriptiva y de confrontación emocional

**TIPO 2 : Padres que hablan en lugar de sus hijos/as (dimensión emocional)**

## CLAVES ORIENTATIVAS

- El **silencio y reflexión** puede ayudar a comprender el problema (funcionamiento y percepciones y emociones de los hijos)
- Dar **tiempo al hijo a encontrar** las palabras para expresar sus emociones o las soluciones (las que uno encuentra son las más que se aplican)

## INDICADOR A EXPLORAR

- El silencio en los hijos/as produce pánico en los padres (hablo más y más para romper su mutismo)
- Doy la alternativa que creo es la correcta (vesus le llevo\* ante ellas y qué elija)

## EFECTO en el sistema perceptivo- reactivo del menor

- Desarrollo emocional

**TIPO 2.1. : Padres que hablan en  
lugar de sus hijos/as (dimensión  
cognitiva socio-cultural)**



## CLAVES ORIENTATIVAS

Repetir mensajes y exceso de explicación del por qué (bla, bla, bla...)no veo resultado, aumento insistencia (bla, bla, bla...)

## INDICADOR A EXPLORAR

Cuando empezamos la interacción y nos auto-observamos y/o observamos en el otro (*si....pero, acaloramiento, amenazas..*)

## EFECTO en el sistema perceptivo- reactivo del menor

Algunos hijos adoptan modelos contrarios a los que hubieran elegido si no se hubiese dado esa discusión

Ambivalencia emocional: *¡tú aquí, pues yo allí; ,versus ¡ tu allí, pues yo aquí; (el amor propio herido)*

En resumen

# Tipos y base emocional

Tipos	Rasgos más relevantes de sus sistema perceptivo reactivo (SPR)
Exigentes	• <i>Impulsividad</i> (SPR inseguridad)
Agresivos	• <i>Agresividad</i> (auto o hetero) (SPR: actitud defensiva- reactiva)
Tiranos	• <i>Violencia física y psicológica</i> para someter y usar sin ningún remordimiento ( bajo estadio moral, pero si inteligencia)(SPR: soy el amo: dentro versus fuera o ambos)

**RETOS** de la intervención familiar y profesional en la prevención, tratamiento de los niños/as TEA

- Saber el ¿qué pasa?, pero no ¿cómo?
- El modo de percibir y reaccionar de cada uno/a (emocional, cognitivo, conductual y socio-cultural)
- La capacidad de adaptación y respuesta y cómo reacciona nuestra madurez emocional
- Las soluciones intentadas e incapacidades (guiones automatizados y repetitivos)
- Las capacidades profesionales y el énfasis en su modelo de intervención:
- La identificación de las psico-trampas personales versus educativas

# Saber el ¿qué pasa?, pero no ¿cómo?

- El riesgo de las etiquetas y las profecías que se auto-realizan.
- Las indicaciones profesionales, la percepción del cliente y la aplicación educativa en su contexto real.
- La efectividad percibida de estrategias o soluciones aplicadas

# El modo de percibir y reaccionar de cada uno/a

- **Plano emocional:** gestión y regulación emocional ( dentro y fuera de casa)
- **Plano cognitivo:** distorsiones y pensamientos automatizados
- **Plano conductual:** reacciones y respuestas educativas conscientes y no conscientes
- **Plano y socio-cultural:** modo de interactuar y socializarse ( contexto)

La capacidad de adaptación y  
respuesta y cómo reacciona  
nuestra madurez emocional



## Inmadurez emocional (Bornstein,R.F, 2005; Leahy, R.L; 2001)

- ❑ *Bajos umbrales para el dolor* ( físico o psicológico)
- ❑ *Búsqueda exagerada de sensaciones* ( emociones y estímulos)
- ❑ *Baja tolerancia a la frustración*
- ❑ *Afrontamiento de las emociones* (énfasis en aliviar la emoción y poco énfasis en resolver la cuestión)
- ❑ *Poca introspección* ( bajo auto-conocimiento)
- ❑ *Ilusión de permanencia* ( visión de un mundo estático y poco cambiante, dificultad de adaptación y aceptar las pérdidas)
- ❑ *Elevada impulsividad* ( actuar y luego pensar, los estímulos tienen mucho poder sobre la conducta)

Las soluciones intentadas e  
incapacidades ( guiones  
automatizados y repetitivos)

## Incapacidad estratégica

- Cuando te **das de cabeza** con la misma situación y *no logras encontrar una estrategia eficaz para resolverlo o lograr vivir con ello* (aceptación realista\*)
- *Nadie está aquí aunque se lo hayan hecho creer o lo sienta, piense\**
- *Sólo son comportamientos o guiones repetitivos que nos impiden resolverlos*

## Incapacidad de acción

- La persona cree saber lo que hay que hacer o modo de reaccionar a lo que se le presenta, encuentra “la estrategia eficaz”\*, pero no la sabe aplicar (**pasos\***)
- No sólo pueden ser de tipo **conductual** (medidas, cambios, reglas, normas, si no se acompañan de un cambio de **percepción emocional** (*saber usar al mismo tiempo el sentir, el comprender y el actuar, de manera que se controlen y verifiquen recíprocamente para evitar autoengaños disfuncionales y la posibilidad de provocar profecías auto-cumplidas*))

## **Incapacidad de constancia**

- La aplica, pero debido a trampas del pensamiento, ésta se aplica de modo intermitente y/o discontinuo y acaba perdiendo su eficacia final\*
- Estrategias conscientes o inconscientes automatizadas (guiones) que se activan por estímulos y limitan nuestra **capacidad para adaptarnos y reaccionar** y poder prevenir o frenar la **recaída y vuelta a empezar.**

## Incapacidad de gestión

■ La aplica, pero por los “**efectos colaterales**” (modos de reaccionar los demás ante nuestro cambio de dirección y ***formar de sabotearnos y permitir nos saboteen*** ( *chantajes, miedos irracionales. auto-engaños disfuncionales, emociones irracionales y nuestros comportamientos contradictorios, cuando no paradójicos ( hacer más de lo mismo o lo contrario que lo complica)*)

# Las capacidades profesionales y el énfasis en su modelo de intervención

## ENFASIS

- Identifico (etiqueta/ percepción)- aplicar medidas- revisión-ajuste- nuevas medidas
- Identifico síntomas en el guión de funcionamiento del problema- se aplican estrategias auto-cambio y de cómo ayudar a cambiar.

# ESTRATEGIAS BÁSICAS



# Estrategias para romper la resistencia al cambio en los hijos/as

<b>Estrategias</b>	<b>Características</b>
<b>Refuerzos positivos y retirada</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Consiste dar y retirar según sea el comportamiento del hijo/a</li><li><input type="checkbox"/> Riesgos de incoherencia, inoportunidad y uso desmesurado</li><li><input type="checkbox"/> Riesgo de desplazar otras formas de motivar a cambiar ( emocionales, afectivas, lealtad, respeto....)</li></ul>
<b>Imitación conductual y emocional</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Conductual: Cometer despistes y errores conscientemente para incomodar su comodidad</li><li><input type="checkbox"/> Emocional: Disculparnos, prometer y volver a hacer</li><li><input type="checkbox"/> Ir de lo más básico ( poco apego) a lo complejo ( mucho apego)</li><li><input type="checkbox"/> Saturar con la estrategia, mantenerla y esperar para negociar</li></ul>
<b>Descolocar (no predecibles)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Alterar cambios y rutinas</li><li><input type="checkbox"/> Estoy/no estoy y no estoy</li><li><input type="checkbox"/> Agradecer y ver lo que no queríamos ver ( buscar la felicidad a través de nosotros mismos)</li></ul>
<b>Bajar al mínimo el compromiso educativo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Ceñirnos a mínimos</li><li><input type="checkbox"/> Focalizar la energía ahora en nosotros</li></ul>

**CUANDO NO HAY FORMA DE  
MEJORA**

- ❑ Ayuda profesional cualificada (antes, durante y después)
- ❑ Medidas legales (denuncia)
- ❑ Valoración del daño en la familia (valoración psicosocial)
- ❑ Solicitar:
  - **Si es menor de edad:** medida tutelar e ingreso en Centro de Tratamiento y/o apoyo familiar (Equipo de Riesgo del Ayuntamiento)
  - **Si es mayor de edad:** solicitar internamiento o tratamiento (penal, civil voluntario, involuntario urgente, no urgente u ordinario), en un Centro.

**PERO PRIMERO, DEBEMOS  
REVISAR**

# La identificación de las psico- trampas personales versus educativas

¿Qué SÓN?. procesos *no basados* en la *reflexión* profunda, sino más bien de reacciones que surgen de manera *espontánea*, fruto de la *repetición de un guión* que hemos asumido basándonos en su eficacia (soluciones intentadas funcionales-disfuncionales)

**¿DE DONDE NOS VIENEN?:**

de *aprendizajes interiorizados*  
que provocan *respuestas a*  
*estímulos, antes que cualquier*  
*reflexión*, convirtiéndose en  
*mecanismos automatizados*  
(guiones)

□ **¿POR QUÉ?:** resultado de la *sobredosis o de la desviación* de un comportamiento sano y adaptado, configurándose una *psico-trampa o modo de reaccionar (pensamiento y acción)*



**Psico-trampas** que ponemos en acción consciente o inconsciente y que activan, mantienen o complican la labor educativa y la interacción con los hijos/as

**Tipos, ejemplo y claves básicas**

Psicotrapa	Cómo
<b>Socializarlo todo</b>	<input type="checkbox"/> Contar, exponer, compartir, etc., todas nuestras acciones, pensamientos, emociones, como modo de desahogar y/o ayudarnos, o dejar que otros lo hagan con nosotros/as.

# Indicador

- La queja como eructo comunicativo
- La amenaza como eructo comunicativo
- Monotema como eructo comunicativo
- Monólogos entre dos como eructo comunicativo
- Esperar a que se resuelva solo
- Esperar un cambio espontáneo
- Esperar alguien lo haga por nosotros

# Algunos consejos

- **Mapa comunicativo:** 20% hijos/as, 80% familia ( pareja y tú)
- **Hablo y me callo con mi hijo delante**
- No si es para: queja, desahogo, ayuda, avergonzarle, etc..
- Pues él/ella aprende a tensar y aflojar y controla
- **Patíbulo publico o en privado** ( 1X 10)
- **STOP:** 3,2,1

Psico-trampa	Cómo
<b>La ayuda que daña</b>	<p><input type="checkbox"/> Ayudas que recibimos o buscamos ( <i>emocionales, profesionales, medicamentos, parejas de turno, amistades, hijos/as....</i>) y que son vitales, pero pueden producir incapacidades para poder avanzar y mejorar nuestra auto-eficacia y/o la de los otros.</p>

# Indicador

- Buscar al profesional, amigo, cura, pareja, webs, el diagnóstico perfecto y plan de actuación y.....
- Necesidad de corroborar o confirmar nuestro modo de actuar y acabar más confusos/as
- Improvisar, reaccionar sin pensar, incoherencias, distorsiones, mecanismos de defensa, etc..., que hacen que el problema y malestar que ocasiona, persista o se acentúe.

# Algunos consejos

- ❑ Busca ayuda especializada y sal de la duda sobre: aprende a cambiar para ayudar a cambiar
- ❑ Reloj de la gestión comunicativa pública y privada: evita monotema hijo/a-problema.
- ❑ Cómo empeorar y semáforo (*aplicar medidas improvisadas o influidas por estados emocionales y guiones personales, activan, mantienen y empeoran problemas*)



Psico-trampa	Cómo funcionan
<b>Insistir</b>	<p>□ Modalidades de reacción y los guiones de acción que cada uno de nosotros tiende a repetir para afrontar situaciones y hacen que éstas, se mantengan o empeoren</p>

## Construcción del guión

- I. Los padres: dan una orden
- II. El niño no obedece
- III. Los padres suben el tono e insistencia
- IV. El niño no obedece y grita o se resiste
- V. Los padres chantajejan, amenazan, forcejean, castigan
- VI. El niño sigue sin obedecer y responde imitando: agrade, o grita a los padres.
- VII. Los padres se retiran y el niño no cumple el límite y no interioriza

# Consejos

- **Pedir lo contrario e insistir** (retar)
- **Despistes** programados y con acuse de “excusas sinceras” ( sabotaje premeditado para desequilibrar la posición)
- **Lista de prioridades y negociaciones**
- **Mi peor pesadilla** (volver a casa) **y la pelota de PLAYA gigante**
- **Respiración consciente y relajación**
- **Escalera de pasos** ( 5-4-3-2-1) **y semáforo de prevención de sabotajes.**
- **Identificar soluciones intentadas y sabotajes**

Psico-trampa	Cómo funcionan
<b>Renunciar y rendirse</b>	<input type="checkbox"/> Insistir y perseverar en la dirección de la <b>renuncia</b> (basada en la desconfianza en nuestras capacidades o en la pereza, provoca mayores problemas)

# Algunos indicadores o señales

- Abandono físico, emocional, social
- Aceptamos y justificamos cómo los hijos/as y demás (referentes de afecto) deciden: tratarnos, qué darnos, quitarnos, etc..., pero seguimos sufriendo ( queja).
- La percepción de eficacia y frustración (rendirse es un reflejo de la percepción de que no se puede avanzar por saturación)

# Consejos

- Plan de autocuidados SI Y SI
- Plan de limpieza mental y de avance:
  - Mi peor fantasía**
  - Cómo empeorar**
  - Control intoxicación cognitiva (elástico)**
  - Respiración consciente y relajación y  
BALON DE LA PLAYA**
  - Escalera de pasos ( 5-4-3-2-1) y semáforo de  
prevención de sabotajes.**

Psicotrampa	Cómo funcionan
<b>La manía del control</b>	Cuando un comportamiento o pensamiento o actitud positiva en un principio, se generaliza, pasando de ser una solución a ser un problema.

# Algunos indicadores

- Cuando percibimos nuestra **ZONA DE SEGURIDAD\*** (*Sistema Perceptivo Reactivo propio: plano emocional, cognitivo, perceptivo, conductual y socio-cultural*), **COMO SEGURO**, pero los cambios en el contexto y modo de relacionarnos con los otros, se ven alterados (cambios) y no logramos recuperar el control y *ponemos en marcha acciones como: presión, insistencia, más de lo mismo, “perder los papeles”* (frustración y pérdida de autoeficacia y mayor cuestionamiento personal y vuelta a empezar)



# Consejos

- Lista de cómo empeorar
- Lista mi peor fantasía
- Saturar el ritual (1 ganas 3)
- Provocar el caos y deleitarnos con nuestra obra desde el balcón
- Pequeños auto-sabotajes y celebración de puntos
- Actuar como sí.....

Psico-trampa	Cómo
<b>La evitación</b>	<p>Es de sensato/a o inteligente, decidir interrumpir una acción después de haber verificado el riesgo, pero la <i>evitación preventiva*</i> es la peligrosa.</p>

# Indicador

- *Cuando evitamos situaciones*, decisiones, ya sea: cognitiva, conductual, emocional, relacional
- *Situaciones consideradas o percibidas como de riesgo* (que provocan inseguridad y malestar sólo pensarlas o hacerles frente) y hacen que se confirme nuestra **incapacidad** para afrontar y superar esa dificultad, **aumentando** el sentido de *incapacidad* y de un aumento del *temor, a las situaciones que se desean evitar*.

# Consejos

- La penitencia: mi peor fantasía y medicación cuantitativa (12345) y control diario
- Programarlo desde 5 percepciones ( sillas)
- Actuar como sí...., con escalera de pasos
- Aproximación dentro de nuestro BALON DE PLAYA

Psico-trampa	Cómo
<b>Aplazamiento</b>	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="794 289 1740 561">❑ Tendencia a posponer las situaciones temidas o molestas.</li><li data-bbox="794 615 1818 786">❑ Es parecida a la evitación o la renuncia.</li><li data-bbox="794 841 1818 1215">❑ Tarde o temprano, la realidad debemos afrontarla y (se rompe el auto-engaño) y puede ser catastrófico</li></ul>

# Indicador

- Posponer decisiones que sabemos debemos tomar tarde o temprano
- Acostumbrarnos, auto-engañarnos y aceptar migas: cognitivas, afectivas y/o conductuales como posibles señales de cambio, pero que no alivian el sufrimiento o la situación temida a afrontar.

# Consejos

- La penitencia: mi peor fantasía y medicación cuantitativa (12345) y control diario
- Programarlo desde 5 percepciones ( sillas)
- Escalera de pasos
- Actuar como sí....., y cómo antropólogo/a observador
- Aproximación dentro de nuestro BALON DE PLAYA

<b>Psicotrampas</b>	<b>Cómo</b>
<p><b>Defenderse de forma preventiva</b></p>	<p><input type="checkbox"/> <b>Cuando nuestro modo de funcionar y/o relacionarnos con los otros (hijos, amigos, desconocidos, etc..), se vuelve contra nosotros tarde o temprano</b></p> <p><input type="checkbox"/> <i>La reacción ante situaciones percibidas como amenazantes, ya sea: cognitiva, conductual, emocional, relacional y activan una respuesta automatizada (guión), como mecanismo de defensa y que nos damos cuenta después de que se activó.</i></p>



# Indicadores

- Pensar en la situación que nos incomoda, hace que cambie nuestro estado de ánimo: físico, psicológico, emocional.
- Cuando reaccionamos o vamos a enfrentarnos a las situaciones , se activa un guión (automatizado) y nos lleva tiempo recuperar el control emocional, conductual, cognitivo, relacional.
- Debajo de este guión, se encuentra una **sensación de base que lo mantiene, activa:**
  - Miedo
  - Rabia
  - Dolor
  - Placer

# Consejos

- **La penitencia: mi peor fantasía y medicación cuantitativa (12345) y control diario**
- **Programarlo desde 5 percepciones ( sillas)**
- **Actuar como sí....., y cómo antropólogo/a observador**
- **Aproximación dentro de nuestro BALON DE PLAYA**
- **Cómo empeorar y semáforo de sabotaje**
- **Control intoxicación cognitiva (elástico)**
- **Surfear las emociones**
- **Identificar sensación de base que mantiene/ activa (Miedo, Rabia, Dolor, Placer), sólo o con ayuda profesional**

MUCHAS GRACIAS

# Bibliografía Recomendada

- ❑ Escamilla Canales, I; Gamazo Garrán, M<sup>a</sup>, P ( 2011) *¿Es mi hijo mal estudiante? Causas médicas del fracaso escolar y tratamiento para superarlo*, Everest, Madrid.
- ❑ Garrido Genoves, V ( 2005) *Los hijos tiranos: el síndrome del emperador*, Ariel, Barcelona
- ❑ Garrido Genoves, V (2007) *Antes que se tarde: como prevenir la tiranía de los hijos*, Naba, Barcelona
- ❑ Herrera Hernández, J.M y otros (2006). *La Educación: Mis hijos/ as y yo: Guía padres, madres y/o tutores/ as*. Ayuntamiento de Santa Úrsula. Depósito Legal TF-1958-2006
- ❑ Herrera Hernández, J.M y otros (2010). *Guía de recetas para educar en familia*. FUNCAPID y Gobierno de Canarias, D.L: GC-383-2010
- ❑ Nardone, G (2014) *Psicotrampas: identifica las trampas psicológicas que te margan la vida y encuentra las psicoluciones para vivir mejor*, Barcelona, Paidós.
- ❑ Ramos-Paul, R; Torres, L (2012) *Niños desobedientes, padres desesperados: el método para que tu hijo te haga caso a la primera*, Aguilar: Madrid.