

Creant context: Comprendre els problemes de conducta

Redacció:

Aquesta guia és part del projecte

“Creant context: prevenció i intervenció en problemes de conducta”.

Aquesta guia ha estat elaborada

pel grup de treball interinstitucional Creant Context.

Formen part del grup la Fundació el Maresme

i el Servei Especialitzat en Salut Mental i Discapacitat Intel·lectual (SESM-DI) del Consorci Sanitari del Maresme.

Autoria:

Gerard Avellanet Fors (Fundació el Maresme)

Laia Serras Colomer (Fundació el Maresme)

Jordi Monserdà Segú (SESM-DI)



Adaptació a Lectura Fàcil:

Anna Hernández i Laia Vidal



Validació de Lectura Fàcil:

Equip de validació de la Fundació el Maresme.

En formen part:

Julio López

Estefy Bustos

Núria Cervera

Joan Muñoz

Iván Valls

Dinamitza:

Araceli Cañete

Disseny i maquetació:

Fundació el Maresme

Índex

1. Introducció.....	pàgina 1
2. Què és la conducta?.....	pàgina 8
3. Què són els problemes de conducta?.....	pàgina 10
3.1. Tipus de problemes de conducta.....	pàgina 11
3.2. Gravetat dels problemes de conducta.....	pàgina 14
4. Factors de risc.....	pàgina 15
5. Els problemes de conducta com la forma d'expressar el malestar	pàgina 17
6. Quina és la funció dels problemes de conducta?.....	pàgina 19
7. Quins són els motius que creen els problemes de conducta?.....	pàgina 20
8. Creant context: prevenció i intervenció en els problemes de conducta.....	pàgina 22
8.1. Factors importants en la prevenció i la intervenció en els problemes de conducta.....	pàgina 24
9. 12 idees importants per la prevenció i la intervenció en els problemes de conducta.....	pàgina 27
10. Bibliografia.....	pàgina 28

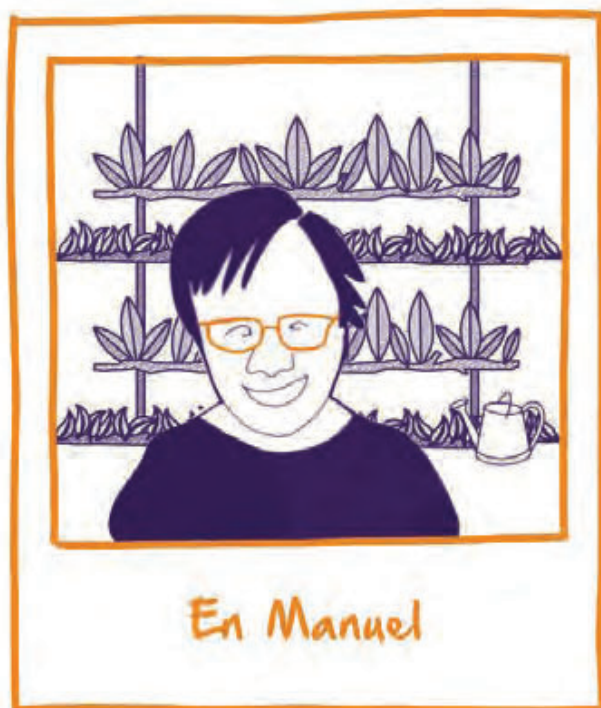
1. Introducció

Moltes persones amb discapacitat intel·lectual tenen problemes de conducta que afecten el seu benestar, les relacions amb altres persones i la seva vida en general.

Es calcula que de cada 100 persones amb discapacitat intel·lectual, entre 30 i 40 persones tenen problemes de conducta. D'aquestes, entre 10 i 15 persones tenen problemes de conducta greus.

Això fa que no puguin tenir una vida plena i de qualitat i tinguin problemes per relacionar-se amb altres persones, les seves famílies i els professionals que les atenen.

Et posem 5 exemples de persones amb discapacitat intel·lectual i problemes de conducta, que ens aniran acompanyant al llarg de les següents pàgines:



En Manuel viu en una llar i treballa de jardiner. Li agrada la feina i és molt exigent, sempre vol deixar les coses ben fetes.

A vegades discuteix amb les altres persones que treballen amb ell, companys i educadors. Pot cridar, insultar i amenaçar. De vegades s'ha encarat amb alguna persona.

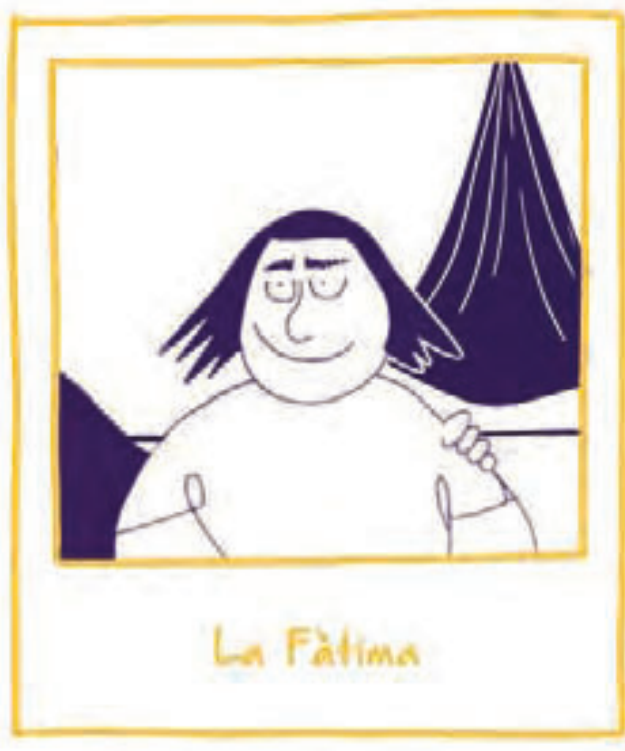
Ara mateix no sap si pot continuar fent aquesta feina.



L'Anna viu amb els seus pares
i va cada dia
a un centre de teràpia ocupacional.
Li agrada molt escoltar música
i anar amb la furgoneta del centre
o al cotxe dels seus pares a fer encàrrecs.

De vegades surt corrents molt nerviosa
i quan ho fa pot donar-li un cop
o empènyer alguna persona.
Quan ho fa, plora una bona estona.
Les empentes poden tirar algú a terra o fer-los mal.

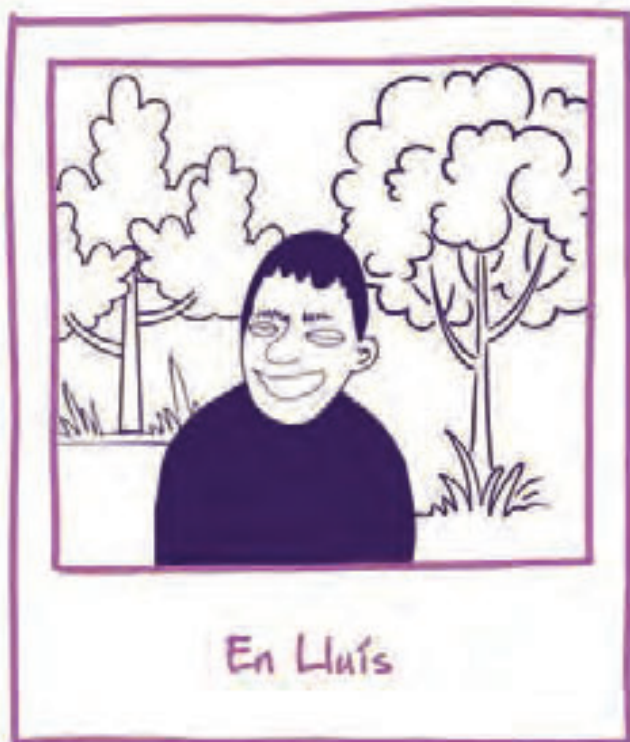
Ara mateix no se sap si pot continuar participant
a l'activitat de compra que fa el centre
per por que li pugui passar
durant l'activitat.



La Fàtima viu en un servei residencial per a persones amb grans necessitats de suport.

Gaudeix molt d'activitats sensorials i del tracte afectuós amb les seves persones preferides.

Molt sovint crida, tira objectes a terra i es mossega, deixant-se les dents marcades a la mà. En alguna ocasió s'ha arribat a fer ferides.



En Lluís viu en un servei de llar-residència i va cada dia a un centre de teràpia ocupacional.

Li agrada molt relacionar-se amb altres persones, fer bromes i les activitats a l'aire lliure, com anar de passeig o fer excursions.

Molt sovint tira alguns objectes a terra, dona petits cops a les taules o cops de porta, crida a alguns companys i els hi dona cops. Ahir va tirar l'ordinador de la llar a terra mentre mirava a l'educadora.

Poc a poc ha anat participant menys en les activitats per evitar que molesti als companys i com a conseqüència de la seva forma de comportar-se.



La Sofia viu amb la seva mare
i va a una escola d'educació especial.

Li agraden molt els instruments musicals
i l'activitat de piscina.

Durant moltes estones es queda asseguda a terra,
a una cantonada, sense fer cas de les indicacions,
mentre es balanceja i busca quedar-se sola.

Atendre els problemes de conducta
és un dels reptes més importants amb el qual ens trobem.

A la Fundació el Maresme sabem que és un tema molt important
en el qual hem de treballar.

Per això hem creat aquesta guia,
per entendre els problemes de conducta
i saber com tractar-los per millorar el benestar de la persona.

Però és important saber que no només ens hem de centrar
en els problemes de conducta.

També ens hem de centrar en les relacions,
la vida de les persones ateses,
les il·lusions, i els seus interessos i projectes de vida.

I tot això fent-ho des del respecte,
tenint en compte els seus drets i necessitats individuals.



PREGUNTES A FER-NOS

Per què es donen aquests problemes de conducta?

Què hi ha al darrere?

Què ens diuen els problemes de conducta
sobre les persones que tenen aquests problemes?

Com podem ajudar-les?

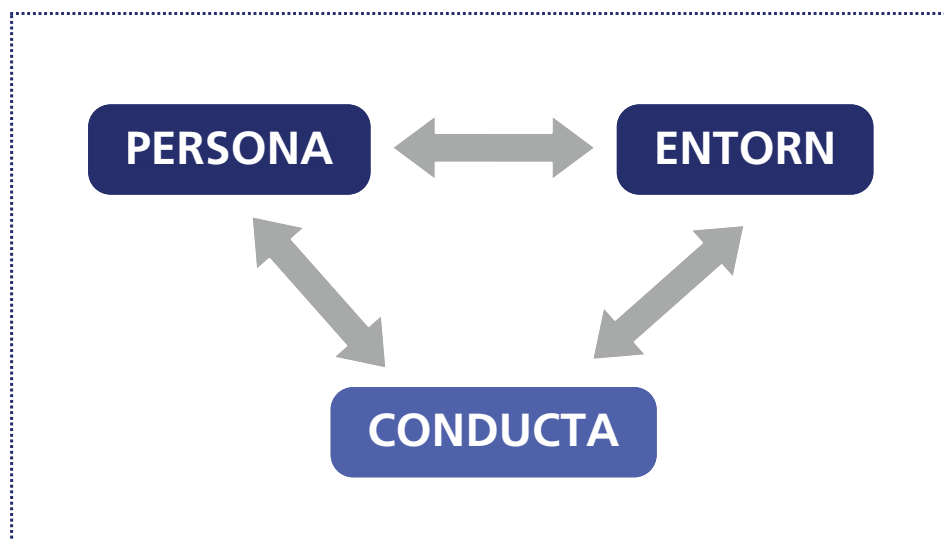
2. Què és la conducta?

La conducta és tot allò que fa una persona.

Per exemple, somriure, abraçar, menjar, tancar una porta, dormir, parlar, cantar o prendre decisions.

El que fem durant el dia,
no depèn només de nosaltres,
també depèn de tot allò
que passa al nostre voltant.

És a dir, que la nostra conducta
és el resultat d'ajuntar
la nostra manera de ser
amb tot allò que ens envolta i que ens passa.



Exemples de com l'entorn pot influir en la conducta:



La Sofia necessita temps
i que li mostrin confiança per fer les coses.

Quan arriba a l'escola, cada matí entra a classe,
saluda somrient a la mestra,
que la rep sempre de forma afectuosa i calmada.
Si la mestra no la rebés així,
la Sofia no tindria la mateixa conducta.

Per tant, la conducta de la Sofia no depèn només d'ella,
També depèn del què fa la mestra.



A **l'Anna** no li agraden els llocs
on hi ha molt de soroll
o molta gent.

On ella treballa, sovint hi ha poca gent i poc soroll
i ella treballa a gust i concentrada.
Si a la feina hi hagués molt de soroll o moltes persones,
ella no estaria a gust i no es podria concentrar.

Per tant, la seva conducta no depèn només d'ella,
també depèn de com és el seu entorn.

REFLEXIÓ



Sovint es fa servir el terme “conducta” per parlar de persones amb problemes de conducta. Això no és correcte.

Centrar-nos només en els problemes de conducta fa que s’ignorin les conductes positives i oblidem les fortaleeses de la persona.

3. Què son els problemes de conducta?

Els problemes de conducta són conductes que no son normals a la nostra cultura i que per la seva freqüència, la seva gravetat i la seva duració, són perilloses per la seguretat física de la persona i de les persones que estan al seu voltant.

Els problemes de conducta empitjoren la qualitat de vida de la persona.

Per tant, dificulten la seva vida diària i els fan tenir problemes per integrar-se.

QUÈ ÉS LA QUALITAT DE VIDA D'UNA PERSONA?



Quan parlem de la qualitat de vida d'una persona, ens referim al seu benestar emocional, a les relacions que té amb altres persones, al seu creixement personal, a la seva situació econòmica, la salut física, l'autodeterminació, la inclusió social i els seus drets.

El nostre objectiu és millorar la qualitat de vida de les persones que atensem.

3.1. Tipus de problemes de conducta

- **Agressivitat verbal**

Per exemple, amenaçar, insultar o cridar a algú.

- **Agressivitat física**

Per exemple, empènyer, pegar, mossegar o llençar algun objecte a algú.

- **Auto agressivitat**

Per exemple, colpejar-se a un mateix amb la mà, donar-se cops contra la paret o amb algun objecte, esgarrapar-se o estirar-se els cabells.

- **Destruir objectes**

Per exemple trencar, llençar a terra o colpejar objectes o trencar-se la roba.

- **Conductes que molesten o interrompen**
Per exemple cridar sense parar, donar cops a la taula, interrompre tota l'estona als altres, no respectar l'espai de les altres persones o tenir conductes sexuals no apropiades.
- **Conductes antisocials**
Per exemple no seguir les normes, robar, no fer cas de les indicacions o crear baralles amb companys.
- **Conductes sexuals sense que els altres vulguin**
Per exemple, tocar zones íntimes.
- **Conductes d'oposició o bloqueig**
Per exemple no seguir les activitats quedant-se quiet o quieta o negar-se a fer el que li diuen.
- **Conductes de fuga**
Per exemple que una persona que necessiti ajuda per anar pel carrer marxi sola del servei on sigui atesa, o del domicili, posant-se en situació de perill.
- **Conductes d'aïllar-se o no participar**
Per exemple, mantenir-se allunyat d'altres persones, dormir massa o no seguir amb les activitats del dia a dia.

- **Hàbits poc normals o repetitius**

Per exemple, menjar-se objectes,
tocar de forma estranya objectes o materials,
balancejar-se, donar voltes sobre un mateix,
caminar d'un costat a l'altre, repetir tota l'estona sons o frases
o comprovacions compulsives.

Per exemple:



L'Anna dona cops i empeny.
Els seus problemes de conducta
són d'agressivitat física.



En Manuel crida, insulta, amenaça
i s'encara amb companys.
Els seus problemes de conducta
són d'agressivitat verbal.



En Lluís tira objectes a terra, molesta als companys
dona cops a les taules o a les portes
i alguns cops als companys.

Els 3 problemes de conducta són:

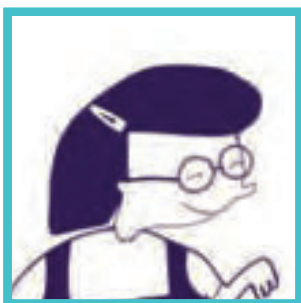
- Conducta antisocial i ofensiva
- Conducta d'agressivitat física
- Conducta d'agressivitat verbal



La Fàtima es mossega, crida i tira objectes a terra.

Els 2 problemes de conducta són:

- Conducta d'auto agressivitat
- Conducta antisocial i ofensiva.



La Sofia es queda asseguda a terra en una cantonada i es balanceja sense parar.

Els 2 problemes de conducta són:

- Conducta d'aïllar-se o no participar
- Hàbits poc normals i repetitius

3.2. Gravetat dels problemes de conducta

Els problemes de conducta greus són aquells en els que es posen en risc la integritat física de la persona i dels altres.

Per exemple, trencar coses, pegar als altres, pegar-se a si mateix, fugir, menjar-se coses que no es poden menjar, cridar molt o molt sovint, entre d'altres.



A l'apartat 1 s'ha explicat que **l'Anna** i **la Fàtima** presenten problemes de conducta greus, com fer empentes o mossegar-se la mà fins a fer-se ferides.

4. Factors de risc

Els problemes de conducta depenen de la persona i de l'entorn.

Els principals factors de risc poden donar-se per la persona o per l'entorn.

Alguns factors de risc de la persona poden ser:

- Tenir una discapacitat intel·lectual greu.
- Tenir alguna síndrome genètica, com la síndrome de Down o la síndrome de Williams.
- Tenir un trastorn de l'Espectre Autista (TEA).
- Problemes de salut mental.
- Dolor o malestar físic.
- Dificultats per comprendre o comunicar-se.
- Efectes secundaris de medicaments.
- Dificultats per regular les pròpies emocions.
- Baix control d'impulsos.
- Baixa tolerància a la frustració.
- La història de vida de la persona.
- No saber com relacionar-se amb els altres.

Alguns factors de risc de l'entorn poden ser:

- Entorn que no estigui ben adaptat a les necessitats de la persona.
- Rutines i dinàmiques poc clares o mal estructurades.
- Poques oportunitats de participar en l'entorn.
- Càstigs, crits, amenaces o reprimendes.
- Que la persona es senti jutjada, etiquetada o rebutjada.
- Nivell de dificultat que no s'adapti a les seves capacitats.
- Falta d'activitat.
- Entorns poc accessibles.
- Entorn no segur.
- Malestar emocional dels cuidadors.
- Canvis inesperats.
- Poc temps dels cuidadors per atendre les seves demandes.

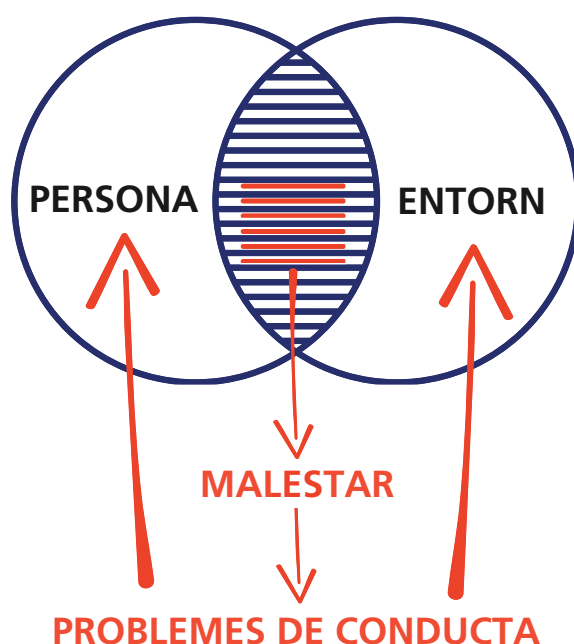
5. Els problemes de conducta com la forma d'expressar el malestar

Una persona que té problemes de conducta és una persona que pateix.

El que més preocupa dels problemes de conducta és el malestar de la persona.

El nostre principal objectiu es atendre a les persones, calmar el seu malestar i així reduir els problemes de conducta.

En el següent dibuix es veu com una persona es relaciona amb el seu entorn i com es genera malestar. Aquest malestar provoca problemes de conducta.



REFLEXIÓ



La importància dels factors de risc de la persona i els factors de risc de l'entorn són diferents en cada cas.

Els factors de risc de l'entorn poden tenir molta importància. i, en alguns casos, poden tenir més importància que els factors de risc de la persona.

Exemple de com s'expressa el malestar a través de la conducta:



La Fàtima és una persona amb discapacitat intel·lectual greu, hipersensibilitat sensorial i dificultats importants per comunicar-se.

Veiem que els episodis on crida, tira objectes a terra i es mossega, coincideixen amb moments on hi ha molta gent i molt de soroll i on l'equip no pot estar massa per ella.

Tot això li genera un important malestar, que provoca els problemes de conducta.

6. Quina és la funció dels problemes de conducta?

Els problemes de conducta són la millor manera que la persona ha trobat per respondre a una situació concreta, com per exemple:

- Obtenir l'atenció de les persones referents.
- Expressar incomoditat, dolor o frustració.
- Aconseguir una activitat o un objecte desitjat.
- Evitar situacions estressants o desagradables.
- Descarregar el malestar acumulat.
- Altres.

Comprendre la funció d'un determinat problema de conducta permet saber quina necessitat hi ha al darrere.

Al així es poden buscar solucions per gestionar-ho millor.

No és fàcil comprendre la funció d'un problema de conducta.

Per norma general una conducta pot sorgir per diferents factors.

Cal tenir en compte que valorar aquesta funció no acostuma a ser senzill.

Els registres i les anàlisis són una gran eina per ajudar-nos en aquesta tasca.

Pensem sobre aquestes dues situacions:



Els problemes de conducta de **la Fàtima** poden explicar-se per una funció de descàrrega. És a dir, acumula malestar fins que el descarrega cridant, llançant objectes o mossegant-se. Ho fa per una funció de contacte social i d'evitació.



En el cas de **l'Anna**, retirar-li l'activitat de compres servirà per millorar els problemes de conducta? O tindrà més malestar, pitjor qualitat de vida i més problemes de conducta?

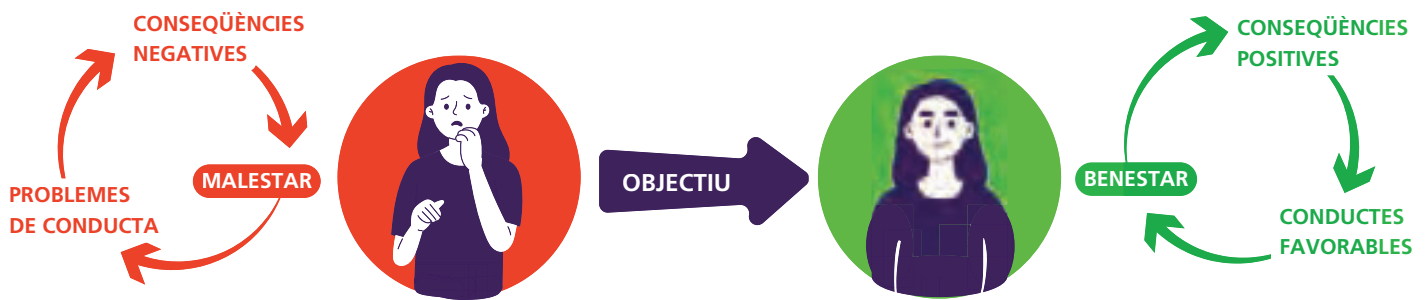
7. Quins són els motius que creen els problemes de conducta?

Els problemes de conducta comporten conseqüències negatives. Com deixar de fer d'activitats, sentiments de culpa, càstigs entre d'altres.

Això genera malestar, i el malestar pot produir més problemes de conducta.

És fonamental promoure les conductes positives per crear benestar i més conductes positives.

Per fer-ho, cal comprendre molt bé les necessitats de la persona i crear entorns per millorar la seva qualitat de vida.



Per exemple:



En Lluís és una persona que busca molt el contacte amb companys i professionals, però que té poques habilitats per relacionar-se.

Els problemes de conducta d'en Lluís tenen una funció de contacte social.

És a dir, li serveixen com a forma de relacionar-se i que passin coses al seu voltant.

Però alhora tenen conseqüències negatives: com deixar de fer activitats que li agradarien, que el renyin, disminueixien les alabances i el tracte afectuós.

Això li genera malestar i que tingui la necessitat de seguir provocant que passin coses al seu voltant. Crea més problemes de conducta perquè no sap com fer-ho.

Podem crear situacions de benestar que contrarestin les situacions de malestar?

Podem buscar formes de relacionar-se més adequades?

Podem ampliar les activitats que el motiven, com anar a la natura?

8. Creant context: prevenció i intervenció en els problemes de conducta

El projecte Creant Context és una iniciativa de la Fundació el Maresme en col·laboració amb el Servei Especialitzat en Salut Mental i Discapacitat Intel·lectual (SESM-DI) del Consorci Sanitari del Maresme.

El nostre objectiu és millorar la prevenció i intervenció en problemes de conducta.

Ens centrem en la persona, acceptant la diversitat, el respecte i la dignitat.

“Crear context” és construir entorns, condicions, vincles i oportunitats per promoure el benestar, prevenir els problemes de conducta i facilitar l’atenció a les persones.

Cal promoure entorns segurs i acollidors i fomentar projectes de vida segons els interessos, il·lusions i necessitats de les persones.

La prevenció es fa de 2 maneres:

- Prevenció general fomentant entorns i suports que promoguin el benestar per a totes les persones, tinguin o no problemes de conducta.
- Prevenció en persones que tenen problemes de conducta reduint allò que crea malestar promovent les habilitats i fortaleces de la persona.

En aquest treball és clau el paper que tenen les famílies i les persones professionals.

8.1 Factors importants en la prevenció i la intervenció en els problemes de conducta.

- **Drets i respecte**

El treball amb persones ha de basar-se sempre en el respecte als seus drets fonamentals i promoure la seva dignitat.

Cal valorar la diversitat i reconèixer les necessitats de cada persona.

- **El vincle com a base segura**

El vincle és la base fonamental del nostre treball. És essencial saber mantenir un estil de suport adequat, establir límits i ser afectuós.

S'ha d'adaptar el nostre estil de comunicació i tracte a les necessitats de cada persona i treballar també les seves habilitats comunicatives.

En persones amb necessitats comunicatives especials, l'ús de Sistemes Alternatius i Augmentatius de Comunicació (SAAC) pot ser clau.

- **Entendre que la conducta no depèn només de la persona**

Un entorn poc ajustat a les necessitats de la persona pot ser causa directa de problemes de conducta.

- **Fomentar la qualitat de vida**

La qualitat de vida és el que fa que els problemes de conducta es redueixin.

Per això promovem el seu benestar físic i mental. I que les seves relacions amb els altres siguin satisfactòries. Fomentem la pròpia autonomia i el creixement personal seguint els desitjos i els objectius de la persona.

- **Donar un reforç positiu de conductes adequades**

És important allunyar-se dels models d'autoritat i dels càstigs, i centrar-nos en com generar els comportaments positius.

- **Conèixer bé a la persona**

Quines són les seves motivacions, els seus interessos, la seva personalitat, la seva situació familiar, la seva història, quines persones són importants a la seva vida, quin és el seu grau de discapacitat, si hi ha diagnòstic de salut mental, etcètera.

- **Tenir en compte i adaptar l'entorn**

L'entorn és on es produeixen els problemes de conducta, per això és tan important controlar-lo.

S'han de fer rutines, controlar els estímuls que puguin crear malestar, i convertir els espais en llocs segurs.

Es prioritzen els grups petits amb poca gent
I així s'eviten problemes de conducta i es creen llocs que afavoreixen el benestar i la participació.

- **L'estat emocional dels cuidadors**

Els cuidador i familiars influeixen en el benestar de les persones ateses.

Per això cal tenir-lo en compte també.

- **Treball en equip**

És molt important el treballar en col·laboració dels professionals, famílies, cuidadors i les pròpies persones ateses.

Així es milloren els suports generals que s'estan donant.

9. 12 idees importants per la prevenció i la intervenció en els problemes de conducta

1. Treballar respectant sempre la dignitat i el respecte a la persona.
2. Promoure vides que valguin la pena de ser viscudes.
3. Crear un vincle amb la persona atesa.
4. La persona no s'ha de guanyar l'afecte i els reforçadors, que sempre hi han de ser.
5. Augmentar l'accés a activitats i relacions satisfactòries per prevenir problemes de conducta.
6. Els càstigs van contra els drets de les persones i acostumen a generar més problemes de conducta.
7. Cal adaptar els entorns, les rutines i les dinàmiques a les necessitats de les persones.
8. Cal adaptar els estils de relació i interacció de cadascú a les necessitats de les persones.
9. S'ha de fomentar la capacitat d'escollir i participar en l'entorn per reduir els problemes de conducta.
10. Si una persona té tendència a oposar-se a les indicacions, donar a escollir entre 2 coses pot ser molt útil.

11. En moments de crisi on es generen reaccions emocionals intenses, cal intentar calmar la situació.
12. La prevenció i intervenció en problemes de conducta és difícil i esgotadora.
Que hi hagi dificultats no vol dir que no s'estigui fent una feina fantàstica.

10. Bibliografia

- Bruininks, R. H., Hill, B. K., Weatherman, R. F., & Woodcock, R. W. (1996). ICAP: Inventari per a la planificació de serveis i programació individual (Adaptació catalana). TEA Ediciones.
- Emerson, E., & Einfeld, S. (2011). Challenging behaviour (3rd ed.). Cambridge University Press.
- National Institute for Health and Care Excellence. (2015). Challenging behaviour and learning disabilities: Prevention and interventions for people with learning disabilities whose behaviour challenges (NICE guideline No. NG11). NICE.
<https://www.nice.org.uk/guidance/ng11>
- Royal College of Psychiatrists. (2001). DC-LD: Diagnostic criteria for psychiatric disorders for use with adults with learning disabilities/mental retardation. Royal College of Psychiatrists.



Amb el suport del Departament de Drets Socials



Generalitat de Catalunya
**Departament de Drets Socials
i Inclusió**