



CREANT CONTEXT:

Comprenent els problemes de conducta



CONSORCI SANITARI
DEL MARESME



**Fundació
Maresme**
Acompanyem persones,
fem comunitat



Aquesta guia ha estat elaborada pel grup de treball interinstitucional **Creant Context**, de la Fundació Maresme i el Servei Especialitzat en Salut Mental i Discapacitat Intel·lectual (SESM-DI) del Consorci Sanitari del Maresme.

Autoria:

Gerard Avellanet Fors (Fundació Maresme)

Laia Serras Colomer (Fundació Maresme)

Jordi Monserdà Securún (SESM-DI)

Índex

Presentació.....	1
Introducció.....	4
1.Comprenent els problemes de conducta.....	5
1.1.Què entenem per conducta?.....	5
1.2.Què entenem per problemes de conducta?.....	7
1.2.1 Tipus de problemes de conducta.....	8
1.2.2.Episodis de desregulació emocional-conductual....	12
1.2.3.Característiques i criteris per identificar problemes de conducta.....	13
1.2.4.Gravetat dels problemes de conducta.....	14
1.3.- Factors de risc.....	15
1.4.- Els problemes de conducta com a expressió de malestar.....	20
1.5.- Funció dels problemes de conducta.....	22
1.6.- Cercles aversius dels problemes de conducta.....	25
2.- Creant context: prevenció i intervenció en problemes de conducta.....	29
2.1.- Factors clau en la prevenció i intervenció en problemes de conducta.....	30
3.- Dotze idees clau en la prevenció i intervenció en problemes de conducta.....	38
Bibliografia.....	40

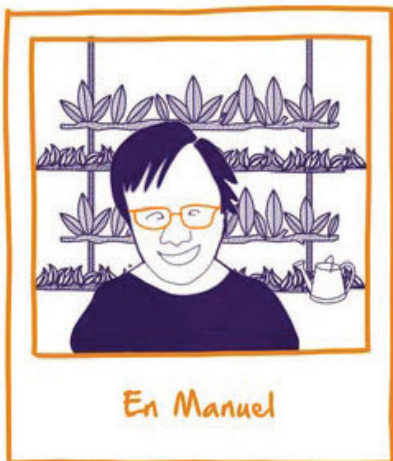
Presentació

Els problemes de conducta impacten en el dia a dia de moltes persones amb discapacitat intel·lectual (DI) i en les persones que els donen suport. A continuació, es presenten cinc relats de situacions amb persones amb DI i problemes de conducta que ens acompanyaran al llarg de les següents pàgines.

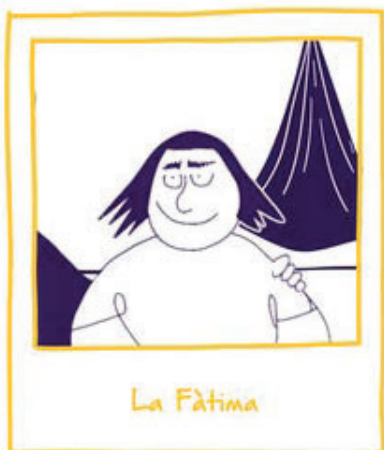


L'Anna viu amb els seus pares i assisteix cada dia a un centre de teràpia ocupacional. Li agrada molt escoltar música i desplaçar-se amb la furgoneta del centre o el cotxe dels pares per fer encàrrecs. A vegades, surt corrents i molt agitada de l'espai on es troba, i pel camí pot donar un cop o una empenta a companys/es o professionals.

Després, plora durant una bona estona mentre l'equip parla amb ella. Les empentes poden tirar algú a terra. Ara mateix, es dubta de si pot seguir participant en l'activitat de compres per por que es produeixi una alteració durant l'activitat.

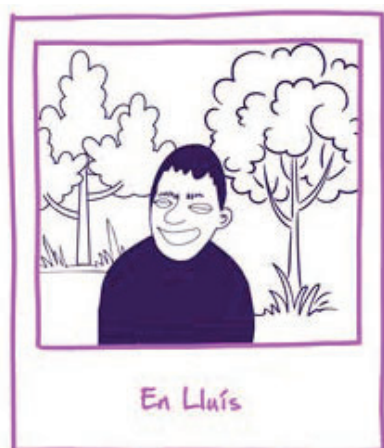


En Manuel viu en un pis amb suports i treballa de jardiner. Li agrada la seva feina i és meticulós: sempre vol deixar-ho tot ben fet. A vegades es discuteix amb companys/es o professionals i pot cridar, insultar i amenaçar. En alguna ocasió s'ha encarat físicament amb algú. Actualment, té la sensació que el seu lloc de treball està en risc.



La Fàtima viu en un servei residencial per a persones amb grans necessitats de suport. Gaudeix molt de les activitats sensorials i del tracte afectuós amb les seves persones preferides. Habitualment, hi ha moments en què crida, tira objectes a terra i es mossega a ella

mateixa, deixant-se les dents marcades a la mà. En alguna ocasió, ha arribat a fer-se ferida.



En Lluís viu en un servei de llar-residència i assisteix cada dia a un centre de teràpia ocupacional. Li agrada molt interactuar amb professionals i companys/es, fer broma i participar en activitats a l'aire lliure, com passejades o excursions.

Actualment, molt sovint, tira alguns objectes a terra, dona cops a les taules o de porta, molestar als/les companys/es i pot donar-los algun cop. Ahir va tirar l'ordinador de la llar a terra mentre mirava l'educadora. Progressivament, ha anat participant menys en les activitats del centre, tant per evitar les dificultats com per l'aplicació de mesures disciplinàries que li aplica l'equip.



La Sofia és una nena que viu amb la seva mare i assisteix a una escola d'educació especial. Li agraden molt els instruments musicals i l'activitat de piscina. Sovint, es queda asseguda a terra en una cantonada sense respondre a les indicacions, balancejant-se i buscant quedar-se sola.



Per què es donen aquests problemes de conducta?

Què hi ha al darrere?

Què ens comuniquen sobre les persones que els presenten?

Com podem donar-los suport?

Introducció

Les situacions en què es donen **problemes de conducta** en persones amb discapacitat intel·lectual (DI) són **molt habituals**, i suposen un gran impacte en el benestar de les persones que els presenten, de les seves famílies i entorns, i dels serveis i professionals que les atenen.

A **Fundació Maresme** no som aliens a aquesta realitat, que suposa elevats nivells de malestar en les persones que atenem, en els seus companys i companyes, famílies i amistats, i en els i les professionals.

Aquesta guia pretén contribuir a l'abordatge d'aquest gran repte. En les següents pàgines s'exposa la mirada i les bases teòriques des d'on volem **comprendre** els problemes de conducta i construir els nostres models d'atenció.

Models d'atenció enfocats a la promoció del **benestar** com a objectiu principal. La millora dels problemes de conducta no és possible sense millorar els nivells de benestar. Per això, és fonamental entendre allò que genera **malestar**, alhora que es treballa per promoure factors que aportin benestar.

Es requereix no centrar excessivament la mirada en els problemes de conducta i adoptar una **mirada àmplia i integral** que tingui en compte les persones de manera global, considerant aspectes com els seus entorns, les seves relacions, la seva història de vida, els seus interessos, les seves il·lusions o els seus projectes vitals.

I sempre des de la base d'un **tracte digne i respectuós**, fonamentat en el reconeixement dels **drets de les persones** i en l'**acceptació** de les seves característiques i necessitats individuals.

1. Comprenent els problemes de conducta.

1.1. Què entenem per conducta?

Abans d'endinsar-nos en què són els problemes de conducta és important aturar-nos breument en què entenem per conducta.

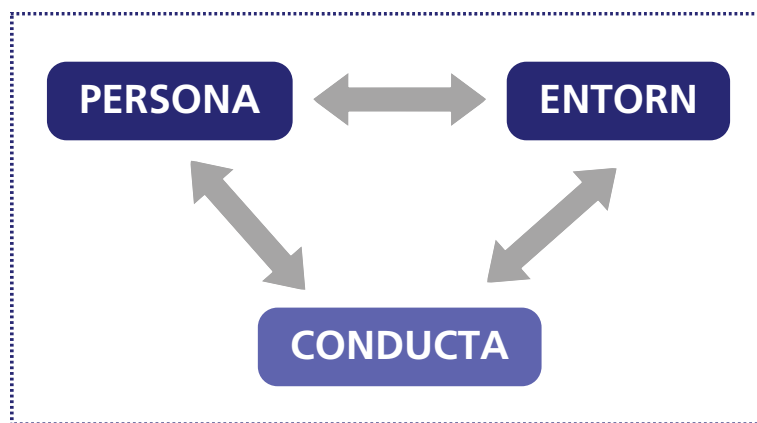
Les **conductes** són totes les accions que portem a terme les persones al llarg de la nostra vida: *somriure, abraçar, menjar, mirar, caminar, tancar una porta, parlar, cantar, dormir, escriure, saludar, demanar ajuda, escombrar, tocar-se els cabells, tensar la musculatura, respirar, prendre decisions...*

Una idea important és que el que fem no depèn només de nosaltres, sinó també del que passa al nostre voltant. Per això, entenem que la conducta sempre es dona en la **interacció de la persona amb el seu entorn**.



En altres paraules, les nostres conductes són el resultat de com les nostres característiques individuals combinen amb altres persones i amb les situacions que ens envolten.

Com es pot veure en el següent esquema, la conducta és causada per factors de la persona i factors de l'entorn, que interactuen entre si. Alhora, la conducta influeix tant en l'entorn com en la mateixa persona.



Com veurem més endavant, partir d'aquesta visió ens ajuda a comprendre que els problemes de conducta no es poden analitzar només des de la persona, sinó que cal tenir en compte sempre els factors de l'entorn.

► Exemples



La Sofia necessita temps i que se li transmeti confiança per fer les coses (factors de la persona). Quan arriba a l'escola cada matí i entra a la seva classe, saluda somrient (conducta) a la seva mestra, que sempre la rep de manera afectuosa i calmada (factors de l'entorn). Salutaria de la mateixa manera si la mestra fos menys afectuosa o si, només arribar, li comencés a donar indicacions amb presses? La conducta de la Sofia no depèn només d'ella, sinó també de la manera com actua la mestra.



A l'**Anna** no li agraden els ambients sorollosos o molt concorreguts (factors de la persona). A l'espai on treballa, normalment hi ha poca gent i poc soroll (factors de l'entorn) i ella hi treballa còmoda i concentrada (conducta). Estarà igual de còmode i treballarà igual de concentrada el dia que en l'espai hi hagi més gent i soroll? La conducta de l'Anna no depèn només d'ella, sinó també de les condicions del seu entorn.



Sovint es fa servir el terme "conducta" com a sinònim de problemes de conducta, o es parla de "perfils conductuals" o "persones amb conducta" per parlar de persones amb problemes de conducta.

❌ No és correcte. Fer-ho ens pot portar a ignorar les conductes positives de la persona i impedir-nos veure una imatge completa que reconegui les seves fortaleeses, centrant-nos només en els aspectes negatius.

1.2. Què entenem per problemes de conducta?

Els problemes de conducta són conductes no habituals en la societat que per la seva freqüència, intensitat i/o duració amenacen la seguretat física de la persona o d'altres i/o la seva **qualitat de vida**, limitant seriosament la seva vida en comunitat.¹

¹ Definició pròpia realitzada a partir de les definicions d'Emerson (2011).

En altres paraules, els problemes de conducta són aquelles conductes que dificulten la vida diària de la persona i afecten negativament la seva integració social i el seu **benestar**.



Quan parlem de la **qualitat de vida**, ens referim al benestar en diferents àrees: benestar emocional, relacions amb altres persones, creixement personal, situació econòmica, salut física, autodeterminació, inclusió social i drets. Promoure **qualitat de vida** és l'objectiu principal de la nostra atenció.

A continuació, veurem diferents formes en què poden expressar-se els problemes de conducta, amb alguns exemples. Cal tenir en compte que sovint diversos problemes de conducta es donen conjuntament.

1.2.1. Tipus de problemes de conducta ²

- **Agressivitat verbal**, com amenaçar, insultar o cridar a algú de forma intimidatòria.
- **Agressivitat física**, com empènyer, mossegar, pegar, llençar algun objecte a algú o escopir a alguna altra persona.



² Classificació pròpia, d'ús intern, elaborada a partir de la combinació de diferents fonts, com l'ICAP, la guia NICE o els criteris DC-LD (vegeu fonts a la bibliografia).

- **Autoagressivitat**, com colpejar-se a si mateix/a amb la mà o donar-se cops contra la paret o algun objecte, esgarrapar-se o estirar-se els cabells.



- **Destrucció d'objectes**, com trencar, llençar a terra o colpejar objectes o esquinçar-se la roba.

- **Conductes disruptives**, com fer sorolls, cridar o donar cops a la taula repetidament, mostrar-se invasiu/iva físicament o verbalment, interrompre constantment, presentar conductes sexuals no apropiades segons el context o escopir a terra.



- **Conductes antisocials**, com realitzar robatoris o furts, generar conflictes o baralles amb companyes o companys, o mentir o manipular a altres persones.

- **Conductes sexuals cap als altres sense consentiment**, com tocar zones íntimes sense el consentiment de l'altra persona.

- **Conductes opositors i/o de bloqueig**, com no seguir les dinàmiques o activitats quedant-se immòbil o negant-se a seguir les indicacions.

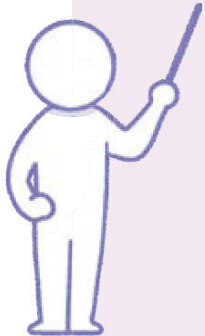


- **Conductes de fuga**, com que una persona que necessiti suport per anar pel carrer marxi sola del servei on estigui atesa o del domicili posant-se en situació de perill.

- **Conductes de retraïment o elevada inactivitat**, com mantenir-se allunyat/da d'altres persones, dormir excessivament, no respondre a les interaccions de les altres persones.



- **Hàbits atípics i/o repetitius**, com ingerir objectes, manipular de forma estranya objectes o materials, balancejar-se o donar voltes sobre si mateix/a repetidament, deambular d'un costat a l'altre, repetir constantment sons o frases (ecolàlia), realitzar conductes rituals o comprovacions compulsives.



Classificar els problemes de conducta en diferents tipus, com acabem de fer, pot ser-nos útil. Però, com veurem més endavant, el què és veritablement important és entendre'n **els perquès**. Una mateixa conducta pot tenir explicacions molt diferents segons la persona o la situació.

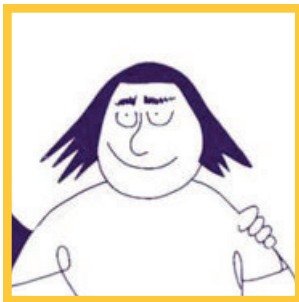
► Exemples



Els problemes de conducta que presenta **l'Anna** són d'**agressivitat física** (donar un cop o empènyer).



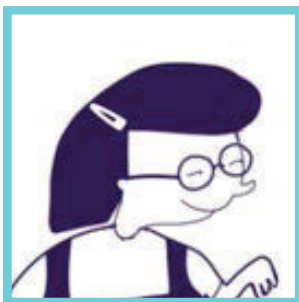
En el cas d'en **Manuel**, els problemes de conducta que es donen són d'**agressivitat verbal** (cridar, insultar, amenaçar o encarar-se amb algun company).



La Fàtima presenta problemes de conducta amb **autoagressivitat** (mossegar-se) i **conducta disruptiva** (cridar, tirar objectes a terra).



En Lluís presenta problemes de conducta tipus **conducta disruptiva** (tirar objectes a terra, donar petits cops a les taules o cops de porta), tipus **agressivitat física** (alguns petits cops) i tipus **agressivitat verbal** (increpar companys).



La Sofia presenta problemes de conducta amb **retraïment o elevada inactivitat** (quedar-se asseguda a terra en una cantonada sense fer cas de les indicacions, buscant quedar-se sola) i **hàbits atípics i/o repetitius** (balancejar-se).

1.2.2. Episodis de desregulació emocional-conductual

Com hem comentat anteriorment, és habitual que diferents problemes de conducta es produeixin a la vegada.

Una de les formes més freqüents en què això passa és durant **episodis de desregulació emocional-conductual**, que poden ser molt complicats de gestionar.

En aquests episodis la persona perd en gran part el control i la capacitat de regular la seva pròpia conducta, que es manifesta de forma explosiva i descontrolada, acompanyada de reaccions emocionals molt intenses.

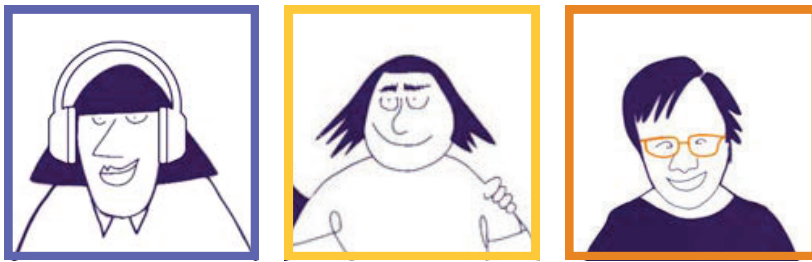
Durant aquests episodis, poden donar-se diferents combinacions de problemes de conducta, com agressivitat verbal i física, autoagressions, conductes destructives, disruptives, oposició, fugida, entre d'altres.

La majoria d'episodis d'alteració en què hi ha risc per a la integritat física de la persona i/o d'altres persones són episodis de desregulació emocional-conductual.



És important entendre aquests episodis com un tot i no tant fixant-nos en els diferents problemes de conducta que s'hi donen. Per exemple, és més útil parlar d'un episodi de desregulació emocional-conductual amb autoagressions, crits i intents de fugir de l'espai enlloc de tractar cada un d'aquests problemes de conducta per separat.

► Exemples



Podem considerar els problemes de conducta de l'Anna, d'en Manuel i de la Fàtima com a episodis de desregulació emocional-conductual, amb pèrdua de control, desorganització, explosivitat i reaccions emocionals intenses.

1.2.3. Característiques i criteris per identificar problemes de conducta

Com hem vist en la definició de **problema de conducta**, una conducta només es considerarà un problema si suposa un risc per a la integritat física o la qualitat de vida de la persona o d'altres persones.

Per exemple, conductes com manipular objectes de forma repetitiva o com balancejar-se endavant i enrere no es consideraran un problema de conducta si no afecten la participació de la persona en les seves activitats i dinàmiques.

Cal tenir sempre en compte la freqüència i la duració: si aquestes conductes es produeixen massa sovint o durant massa temps, poden convertir-se en un problema.

De fet, conductes ben normals poden considerar-se problemes de conducta si es duen a terme de manera excessiva. Per exemple, una persona que es renti les mans repetidament al

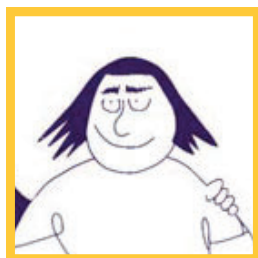
llarg del dia i durant molta estona, fins al punt que això li impedeixi fer altres activitats o fins i tot li provoqui lesions a la pell.

1.2.4. Gravetat dels problemes de conducta

Parlem de **problemes de conducta greus** quan hi ha un risc per la integritat física de la persona i/o d'altres persones, com agressions i/o autoagressions que poden causar danys, destrucció d'objectes amb perill de causar lesions, fugues en què la persona es posi greument en perill, ingestió d'objectes no comestibles, entre d'altres.

També considerem com a **problemes de conducta greus** aquelles conductes que distorsionen greument l'entorn, afectant de forma important les altres persones (per exemple, cridar repetidament a un volum molt alt o episodis amb destrucció important d'objectes), així com aquelles que vulneren els drets bàsics i el benestar dels altres (per exemple, conductes sexuals no consentides).

► Exemples



Dels diferents problemes de conducta descrits en els relats inicials, els de major gravetat són les empentes que pot donar **l'Anna**, que podrien causar

danys si fan caure algú, i les mossegades que es fa a si mateixa **la Fàtima**, ja que poden provocar-li ferides.

Això no vol dir que la resta de problemes de conducta no siguin importants.

1.3. Factors de risc

Com hem vist en pàgines anteriors, les conductes són el resultat de la combinació entre les característiques individuals de la persona i les persones i situacions que l'envolten. El mateix passa amb els **problemes de conducta**: no depenen únicament de la persona que els presenta, sinó que són el resultat de la combinació entre factors personals i factors de l'entorn.

A continuació, podem veure alguns dels principals **factors de risc** que poden afavorir l'aparició de problemes de conducta, classificats en **factors de la persona** i **factors de l'entorn**.



FACTORS DE RISC DE LA PERSONA

- **Major gravetat de la discapacitat intel·lectual:** Un nivell més elevat de DI augmenta la probabilitat de presentar problemes de conducta.
- **Causes genètiques específiques:** Algunes síndromes genètiques, com la síndrome de Down o la síndrome de X fràgil, s'associen a una major probabilitat de presentar alguns tipus de problemes de conducta.

- **Trastorn de l'Espectre Autista (TEA):** Les característiques del TEA, com les dificultats en la comunicació i la interacció social, els patrons de conducta repetitius o els interessos restringits, poden augmentar la vulnerabilitat als problemes de conducta.
- **Problemes de salut mental:** Les persones amb DI poden presentar els mateixos problemes de salut mental que la resta de la població, però aquests poden expressar-se en forma de problemes de conducta.



És important tenir en compte que els problemes de salut mental, com la depressió o l'ansietat, acostumen a tenir un elevat component contextual i no depenen exclusivament de la persona. De fet, hauríem de situar-los a mig camí entre els factors de risc de la persona i els de l'entorn.

- **Dolor o malestar físic:** El dolor (per ex. un mal de queixal o de cap, menstruació dolorosa) o el malestar físic (gana, set, fred, cansament...) poden generar problemes de conducta.
- **Dèficits comunicatius:** Les dificultats per comprendre o expressar necessitats, desitjos... poden generar problemes de conducta.
- **Efectes secundaris de medicaments:** Tot i que els fàrmacs poden ser de gran ajuda, el seu excés o els seus efectes secundaris poden provocar irritabilitat, agitació o apatia, factors que influeixen en l'aparició de problemes de conducta. Per exemple, una sedació excessiva pot dificultar

la participació en activitats o reduir les habilitats de la persona per gestionar situacions estressants, fet que pot afavorir l'augment dels problemes de conducta.

- **Dificultats per regular les pròpies emocions:** Les persones amb dificultats per identificar, comprendre o gestionar les seves emocions poden reaccionar amb problemes de conducta a situacions emocionalment intenses.
- **Baix control d'impulsos:** Constantment, les persones "frenem" molts dels nostres impulsos. Quan hi ha dificultats en aquest autocontrol, poden aparèixer problemes de conducta.
- **Baixa tolerància a la frustració:** Una menor capacitat per gestionar situacions que no s'ajusten a les expectatives pot provocar problemes de conducta.
- **Història de vida de la persona:** Una trajectòria vital complicada predisposa a majors dificultats conductuals. Els estils educatius durant el desenvolupament, la història d'aprenentatge o les experiències emocionals viscudes influeixen en la manera com la persona entén el món i reacciona a les situacions.
- **Baixes habilitats de relació social:** Les dificultats per establir i mantenir relacions adequades poden afavorir conflictes i problemes de conducta.

FACTORS DE RISC DE L'ENTORN

- **Entorn físic no ajustat a les necessitats de la persona:** Espais massificats, amb soroll, temperatures desagradables, poca o molta llum o desordenats poden generar incomoditat, estrès o sobrecàrrega sensorial, afavorint l'aparició de problemes de conducta.
- **Rutines i dinàmiques poc clares i estructurades:** Tothom necessita organitzar-se. L'absència d'una estructura previsible pot generar incertesa i angoixa, dificultant l'adaptació de la persona al dia a dia.
- **Poques oportunitats d'escollir o d'incidir en l'entorn:** No tenir control sobre les pròpies activitats o decisions o no tenir capacitat de fer que passin coses pot augmentar el risc de problemes de conducta.
- **Estils educatius aversius i autoritaris:** L'ús de càstigs, crits, reprimendes o amenaces, juntament amb la manca de reforç positiu i un tracte fred i poc afectuós, contribueix al desenvolupament de problemes de conducta.
- **Estigmatització:** Que la persona se senti o s'hagi sentit històricament jutjada, etiquetada o rebutjada pot afavorir problemes de conducta.
- **Nivell de dificultat de les tasques poc ajustat:** Tasques massa fàcils poden generar desmotivació i avorriment, mentre que tasques massa difícils poden provocar frustració, factors que poden provocar problemes de conducta.

- **Falta d'activitat o presència de temps morts:** L'absència d'activitats significatives o períodes d'inactivitat poden facilitar problemes de conducta.
- **Massa activitat:** Un ritme massa accelerat, sense pauses adequades, també pot augmentar aquest risc.
- **Entorns poc accessibles cognitivament o comunicativament:** Un entorn poc comprensible pot afavorir l'ocurrència de problemes de conducta.
- **Entorn no segur:** Que la persona senti que el seu entorn no li ofereix seguretat pot contribuir a l'aparició de problemes de conducta.
- **Malestar emocional de les persones cuidadores:** Quan les persones de suport es troben en una situació de malestar, això pot repercutir en el benestar de la persona atesa i incrementar el risc de problemes de conducta.
- **Canvis inesperats:** La manca d'anticipació o de preparació davant un canvi en les rutines o contextos pot generar malestar i problemes de conducta.
- **Temps insuficient per atendre demandes:** Quan les persones cuidadores no disposen de prou temps o no en dediquen suficient per respondre adequadament a les necessitats de la persona, aquesta pot experimentar frustració o malestar, fet que pot afavorir l'aparició de problemes de conducta.

- **Manca d'adaptació a les necessitats individuals:** Per exemple, pressionar la persona perquè assumeixi un ritme que no pot seguir pot desencadenar problemes de conducta.
- **Factors econòmics:** La manca de recursos econòmics pot limitar l'accés a alguns serveis i/o suports adequats.

1.4. Els problemes de conducta com a expressió de malestar

Anem ara a centrar-nos en la causa principal dels problemes de conducta, **el malestar**.

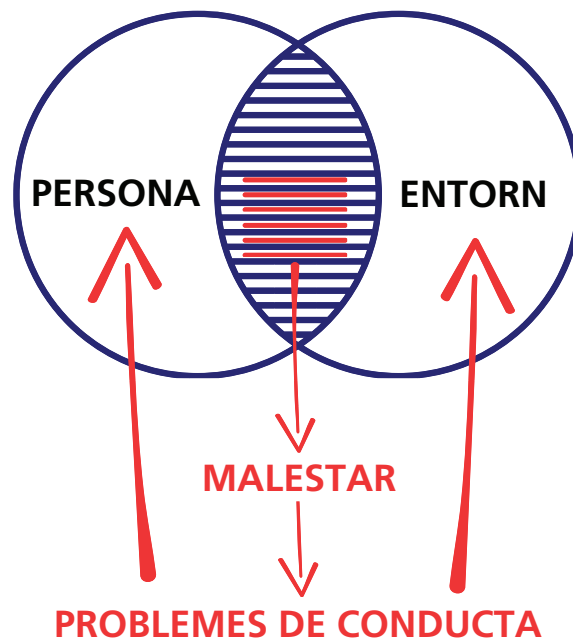
Quan es produeix un desajust entre les necessitats de la persona i els factors de l'entorn, es genera malestar tant en la persona com en el seu entorn, que pot expressar-se en forma de problemes de conducta.

Generalment, una persona amb problemes de conducta és una persona que pateix.

Entenem els problemes de conducta com una expressió de malestar i considerem que revertir o mitigar aquest malestar ha de ser el nostre objectiu principal en l'atenció a persones amb problemes de conducta.

En el següent esquema podem veure com apareix malestar en la relació de la persona amb el seu entorn (que inclou les persones de l'entorn) i com d'aquest malestar sorgeixen els

problemes de conducta, que alhora afectaran tant l'entorn com la persona.



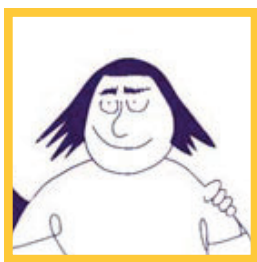
Cal tenir en compte que el pes dels factors de la persona i el de l'entorn serà diferent en cada cas.

En alguns casos, els factors de l'entorn tenen un pes molt gran. En d'altres, el malestar pot dependre sobretot de factors interns de la persona. En aquests casos, l'entorn no

tindrà tant a veure amb l'origen del malestar, però si podrà adaptar-se buscant acompanyar o pal·liar, en la mesura del possible, el malestar, prevenint també els problemes de conducta.



► Exemples



La Fàtima és una persona amb discapacitat intel·lectual greu, hipersensibilitat sensorial (el soroll la neguiteja molt) i importants dificultats per comunicar-se. En avaluar el cas, veiem que els episodis en què crida, tira objectes al terra i es mossega a si mateixa coincideixen amb moments en què es troba en espais amb molta gent, plens de soroll i moviment, i on l'equip no pot estar gaire per ella. Tot això li genera un important malestar, que desencadena els problemes de conducta.

1.5. Funció dels problemes de conducta

Els problemes de conducta impacten negativament en la vida de la persona i en les persones de l'entorn, comportant conseqüències negatives.

Tot i aquestes conseqüències negatives, els **problemes de conducta** es poden mantenir en el temps perquè, d'alguna manera, acostumen a ser útils per a la persona, és a dir, tenen una funció.

Quan parlem de **funció**, ens referim a la utilitat que té la conducta per a la persona, a com li serveix per cobrir una necessitat o per respondre a una situació determinada.

Normalment, els problemes de conducta són la manera com la persona ha après a respondre a situacions en què no disposa

d'altres estratègies més adequades o efectives. I com que el problema de conducta, tot i el seu impacte negatiu, és útil per alguna cosa, es veu reforçat.

Entenem per **reforçador** qualsevol conseqüència que augmenta la probabilitat que una conducta es repeteixi en el futur. Aquest mecanisme no només es dona en els problemes de conducta, sinó en totes les conductes i en qualsevol persona.

El reforç pot produir-se de dues maneres:

 **Reforç positiu:** la conducta es repeteix perquè permet obtenir alguna cosa desitjada (atenció, ajuda, activitats, objectes...). Es suma (+) una conseqüència volguda.

 **Reforç negatiu:** la conducta es repeteix perquè ajuda a evitar situacions no volgudes (tasques difícils, espais incòmodes, interaccions desagradables...). Es resta (-) una conseqüència no volguda.

 *És molt habitual que els problemes de conducta serveixin per evitar o escapar de situacions no volgudes.*

Funcions bàsiques dels problemes de conducta

A partir d'aquests mecanismes, es poden identificar quatre funcions principals dels problemes de conducta:

- **Funció de contacte social, demanda d'atenció o ajuda** (reforç positiu): la conducta serveix per obtenir la interacció amb altres persones.

- **Funció d'obtenció d'activitats o objectes** (reforç positiu): la conducta permet aconseguir alguna cosa desitjada.
- **Funció d'evitació o escapament** (reforç negatiu): la conducta ajuda a evitar situacions, tasques o interaccions no desitjades.
- **Funció de regulació emocional o sensorial**: la conducta actua com una manera d'autoregular-se, descarregant tensió o obtenint una sensació de benestar.

Entendre la funció per donar alternatives

Comprendre la funció d'un problema de conducta permet identificar quina necessitat hi ha al darrere i plantejar alternatives per gestionar-la de manera més adequada.

Així, entenem els problemes de conducta des d'una perspectiva comunicativa: Què ens diu un problema de conducta sobre les necessitats de la persona? Què ens comunica?

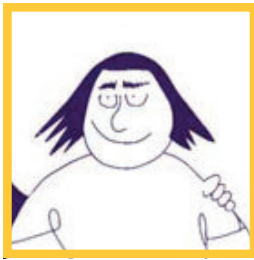


Entendre aquesta funció sovint no és senzill. Les conductes estan influenciades per múltiples factors, alguns que les reforcen i d'altres que les inhibeixen. L'ús de registres o escales pot ser clau per analitzar i comprendre aquestes dinàmiques.



Que els problemes de conducta tinguin una funció per a la persona no implica voluntarietat, ni que "ho facin expressament".

► Exemple



Tornant al cas de la **Fàtima**, veiem com els seus problemes de conducta poden tenir alhora diferents funcions:

- **Funció de regulació emocional o descàrrega:** acumula malestar fins que aquest es manifesta en forma de crits, llançament d'objectes o autoagressions, "descarregant" la tensió acumulada.
- **Funció de contacte social:** quan es donen els problemes de conducta, l'equip s'hi acosta per atendre-la.
- **Funció d'evitació:** la conducta fa que la treguin de l'espai que l'està neguitejant, i d'aquesta manera l'evita.



En el cas de **l'Anna**, retirar l'activitat de compres pel risc que es produeixin alteracions servirà per millorar els problemes de conducta? O generarà més malestar i una pitjor qualitat de vida, fent-los més provables?

1.6. Cercles aversius dels problemes de conducta

En l'apartat anterior hem vist com la funció ens pot ajudar a comprendre per què un problema de conducta es manté en el temps.

En aquest sentit, i de forma complementària, també ens pot ser útil la idea dels **cercles aversius**, que poden aparèixer en determinades situacions. Anem a veure-ho.

Com dèiem, els problemes de conducta comporten conseqüències negatives tant per a la persona com per a les altres persones del seu voltant. Aquestes conseqüències poden incloure la limitació d'activitats i oportunitats de participació, sentiments de culpa i baix autoconcepte, estigma social i dificultats en les relacions, tensió i desgast emocional en l'entorn, alteració de les dinàmiques relacionals, entre d'altres.

Quan això passa, aquesta situació tendeix a incrementar els nivells de malestar de la persona i de l'entorn, i com més malestar hi ha, més probabilitat de què es mantinguin o s'intensifiquin els problemes de conducta.

Es crea, per tant, una dinàmica circular (cercle aversiu) en què:

- 1 Els problemes de conducta generen conseqüències negatives.**
- 2 Aquestes conseqüències negatives augmenten el malestar.**
- 3 Aquest malestar afavoreix l'aparició de nous problemes de conducta.**

Aquest cercle viciós no només afecta la persona, sinó també l'entorn, alterant les dinàmiques relacionals. Sovint, la situació porta les persones de l'entorn a reduir el reforç positiu natural

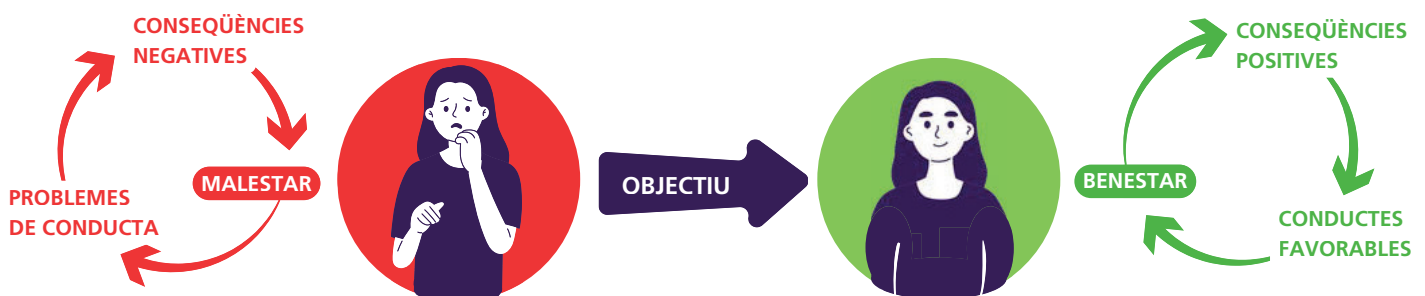
cap a la persona i a centrar-se excessivament en els problemes de conducta, buscant controlar la situació.

Això fa que la persona tingui menys oportunitats de viure experiències gratificants i d'establir relacions positives, augmentant el malestar, i dificulta el desenvolupament de conductes més favorables.

Així, els problemes de conducta tendeixen a consolidar-se com el patró principal de comportament, perpetuant un **model relacional basat en el malestar**.

Per revertir aquesta situació, és essencial trencar o minimitzar els cercles aversius i construir i fer créixer **cercles de benestar** alternatius, promovent conductes positives que generin conseqüències beneficioses i interaccions més satisfactòries.

Aconseguir-ho, però, no sempre és senzill, ja que sovint implica modificar les formes d'actuar de les persones de suport, deixant de banda la manera més "natural" i automàtica d'interactuar i intervenint de forma més pensada i planificada.



► Exemple



El relat d'en **Lluís** és un bon exemple de com es poden anar creant cercles aversius.

És una persona activa i que necessita relacionar-se amb altres persones, però té poques habilitats per fer-ho. Els seus problemes de conducta tenen una funció de contacte social: li serveixen com a manera d'intentar satisfer la seva necessitat de relacionar-se i de fer que passin coses al seu voltant.

Tanmateix, també li comporten conseqüències negatives: deixa de participar en activitats que li agradarien, rep esbrincades, disminueixen els elogis i el tracte afectuós, i l'equip es mostra cansat d'ell. Com vèiem anteriorment, la situació porta les persones de l'entorn a reduir el reforç positiu natural i a centrar-se excessivament en els problemes de conducta, buscant controlar la situació.

Això genera malestar i empobreix la seva vida, cosa que encara fa més important la necessitat de relació i de fer que passin coses al seu voltant. I, com que la manera que coneix per fer-ho és a través dels problemes de conducta, aquests s'incrementen, tancant el cercle aversiu.

Com revertir-ho? Podem crear cercles de benestar que contrarestin aquest cercle de malestar? Podem reforçar altres formes més adequades de relacionar-se i de fer que passin coses? Cal canviar la forma com interactuem amb ell? Podem

ampliar les activitats motivadores que fa, com el seu accés a la natura, per enfortir el benestar reduint el malestar?

2. Creant context: prevenció i intervenció en problemes de conducta

En les pàgines anteriors hem presentat la mirada i les bases teòriques des d'on volem comprendre els problemes de conducta. Ara, exposarem els **pilars** des d'on volem seguir construint els nostres models d'atenció.

El projecte **Creant Context** és una iniciativa de la Fundació 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 les estratègies de prevenció i intervenció en problemes de conducta, des d'una **mirada centrada en la persona basada en l'acceptació de la diversitat, el respecte i la dignitat**.

"Crear context" és construir **entorns, condicions, vincles i oportunitats** que promoguin el benestar, previnguin els problemes de conducta i facilitin l'atenció a les persones que en presenten.

Cal promoure **entorns segurs, acollidors i significatius**, i fomentar **projectes de vida construïts al voltant dels seus interessos, il·lusions i necessitats**, des del vincle com a matèria primera des d'on desplegar els suports que les persones necessitin.

El projecte parteix d'un **model preventiu** que no es limita a gestionar els moments més complicats, sinó que posa el focus en **promoure el benestar i reduir el malestar** que els origina.

Aquesta prevenció es planteja des de dues perspectives complementàries:

- 1** **Prevenció general, orientada a totes les persones ateses, presentin o no problemes de conducta,** fomentant entorns i suports que afavoreixin el benestar. A mesura que avancem en aquesta direcció, reduïm les probabilitats de què apareguin problemes de conducta.
- 2** **Prevenció específica en persones que presenten problemes de conducta,** mitjançant un treball centrat a reduir els factors generadors de malestar i en potenciar les habilitats i fortaleces de la persona.

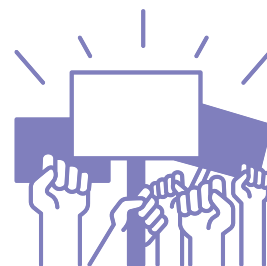
En aquest treball és essencial **reconèixer el paper fonamental de les persones que donen suport**, tant famílies com professionals. Prevenir i intervenir en problemes de conducta és complex, i el fet que es produeixin situacions difícils no vol dir que els suports no siguin de qualitat.

2.1. Factors clau en la prevenció i intervenció en problemes de conducta

Anem ara a exposar breument alguns dels principals **factors** que considerem **clau** per la prevenció i intervenció en problemes de conducta.

Drets i respecte

El treball amb persones ha de basar-se sempre en el respecte als seus **drets fonamentals**, promovent la seva **dignitat**. Cal construir **mirades apreciatives** que valorin la **diversitat** i reconeguin les necessitats particulars, des de l'**acceptació plena** de les persones i d'una **mirada empàtica**.



El vincle com a base segura i relacions interpersonals positives

El vincle és la **base fonamental** del nostre treball.



Segons **John Bowlby**, el vincle afectiu és el llaç emocional profund que uneix una persona amb una altra de significativa, proporcionant **seguretat** i una **base segura per a l'exploració del món**.

El vincle de les persones ateses amb les persones més properes de la seva **família** haurà estat clau en el seu desenvolupament i ho continuarà sent al llarg de tota la vida.

També ho serà la qualitat de la vinculació que s'estableixi amb els i les **professionals** de referència dels serveis.

Des de l'**acceptació**, l'**afecte** i l'**empatia**, busquem establir vincles que generin entorns de benestar.

Així mateix, és important promoure **relacions interpersonals positives i significatives** amb altres persones, encara que no

siguin figures de referència directa, com ara professionals menys propers.

Perquè aquests vincles siguin realment beneficiosos, han de proporcionar **estructura** a la persona, combinant la **calidesa** i el **reforç positiu** amb l'establiment de **límits**, fomentant la regulació emocional i conductual i promovent el màxim grau possible d'**autonomia**.

Adaptar el nostre estil d'interacció i comunicació i els suports a les necessitats

És important **adaptar la nostra manera d'interactuar i comunicar-nos** a les necessitats de cada persona, així com **treballar les seves habilitats comunicatives**.

En el cas de **persones amb necessitats comunicatives especials**, l'ús de **Sistemes Alternatius i Augmentatius de Comunicació (SAAC)** pot ser **clau** per millorar la comprensió i l'expressió.

Entendre que la conducta no depèn només de la persona

Les estratègies que poden ajudar-nos sovint es troben en l'entorn. Ajustant-lo podem respondre millor a les necessitats de la persona.

De fet, **un entorn poc ajustat pot ser causa molt directa de problemes de conducta**.

En altres ocasions, l'origen del problema de conducta pot ser més **intern** de la persona i l'entorn no tenir un efecte causal tan directe. Tot i això, **adaptar-lo pot permetre també reduir el malestar i minimitzar l'impacte dels problemes de conducta.**

Fomentar la qualitat de vida

Com hem dit anteriorment, volem que la **qualitat de vida** sigui el **motor principal** per reduir els problemes de conducta, promovent:

- **El benestar emocional i la salut mental.**
- **La salut física.**
- **Les relacions personals satisfactòries.**
- **Una visió tan comunitària com sigui possible.**
- **La capacitat d'escollir i d'incidir en l'entorn, afavorint que la persona pugui fer que passin coses al seu voltant.**
- **L'autonomia i el desenvolupament personal, de forma coherent a la seva història de vida, els seus projectes i les seves il·lusions.**

Suport conductual positiu

Des del respecte pels drets i la promoció de la qualitat de vida, el suport conductual positiu es basa en la **prevenció dels problemes de conducta**, analitzant la seva funció i comprenent les **necessitats** que hi hagi al darrere.

A partir d'aquesta comprensió, **s'adapta l'entorn** per ajustar-nos al què la persona necessiti i es promou **l'aprenentatge d'habilitats i conductes beneficioses**, afavorint la creació de **cercles de benestar**.

Aquest enfocament implica **maximitzar el reforç positiu** de comportaments desitjats i **allunyar-nos de models autoritaris o basats en el càstig**, fomentant una intervenció respectuosa i efectiva.

Conèixer a la persona

És essencial conèixer bé a les persones a qui atenem per poder adaptar-nos-hi. Alguns aspectes clau a tenir en compte són:

- **Interessos i motivacions:** Descobrir els objectes, activitats o responsabilitats que li aporten satisfacció i sentit, així com aquelles que li generen benestar.
- **Trets de personalitat:** Identificar i respectar les característiques personals que influeixen en la seva manera de relacionar-se amb altres persones i amb l'entorn.
- **Història de vida:** Comprendre el seu camí i experiències rellevants.
- **Situació social i familiar:** Conèixer l'entorn social i familiar i com aquest ha incidit en la seva història i dia a dia.
- **Relacions significatives:** Identificar les persones importants en la seva vida i el tipus de relacions que hi manté.

- **Objectius i projectes:** Alinear els suports amb les seves aspiracions personals, promovent autonomia i creixement.
- **Nivell de discapacitat i etiologia:** Adaptar-nos a les seves capacitats cognitives i emocionals, i tenir en compte que algunes etiologies (causa de la discapacitat intel·lectual) poden fer més probables unes o altres fortaleces i dificultats.
- **Diagnòstics de salut mental:** Explorar possibles diagnòstics que puguin influir en les conductes i benestar de la persona.
- **Dèficits sensorials:** Identificar alteracions sensorials que puguin condicionar les seves experiències i reaccions.
- **Funcionament general:** Observar com la persona interacciona amb el seu entorn i les dinàmiques que influeixen en la seva participació.

Conèixer, tenir en compte i adaptar l'entorn

És fonamental **tenir en compte l'entorn** on es produeixen els problemes de conducta i **ajustar-lo** a les necessitats de la persona.

Això pot implicar aspectes com **estructurar rutines**, **controlar estímuls** que puguin generar malestar o **fomentar espais** que siguin **comprensibles**, **accessibles** (a nivell físic, cognitiu o sensorial) i **segurs**.

A més, cal **evitar espais massificats** i, en el cas de persones amb problemes de conducta, **prioritzar l'atenció en grups**

petits, evitant una concentració excessiva de situacions problemàtiques.

Intervenció primària

Davant situacions amb problemes de conducta, el **primer** pas és **analitzar les condicions generals de l'entorn**.

Podem preguntar-nos:

-  Quins factors generals poden estar influint en els problemes de conducta en aquest espai?
-  Cal fer canvis en el funcionament general del servei, per exemple en les rutines, en l'organització dels espais o en el nombre de persones presents?

En molts casos, **modificacions estructurals** en un servei **poden tenir un gran impacte en el benestar** de les persones que hi assisteixen i reduir diversos problemes de conducta. Per exemple, ajustar els horaris del centre per evitar temps d'espera prolongats, reduir el soroll ambiental, organitzar grups de menjador més petits o estructurar millor les transicions entre activitats.

Tenir en compte l'estat emocional de les persones cuidadores

Atendre persones amb problemes de conducta pot ser complex i desgastant. **El paper de famílies i professionals és**

fonamental. Cal valorar aquest paper, tenir en compte el seu estat emocional i proporcionar-los suport.

Treball en equip amb les famílies, persones ateses i professionals

La col·laboració entre professionals, famílies i la mateixa persona atesa **és clau** per prevenir i intervenir en problemes de conducta.

Pel que fa a la **persona atesa**, cal **escoltar-la** en tot moment i fomentar que participi en el procés de treball en la mesura del possible. Aquesta escolta sovint haurà d'anar **més enllà de les paraules**, "escoltant" a partir d'una mirada comprensiva que ens ajudi a comprendre la situació i necessitats de la persona.



De la mateixa manera, cal treballar en **col·laboració amb les famílies**, des d'una **relació horitzontal** i basada en la **confiança**, asseguts i assegudes conjuntament en la **mateixa taula**. Poden aportar tota la seva **experiència i coneixement sobre la persona** a la construcció conjunta d'estratègies d'intervenció.

A més, cal tenir en compte que el que passa al domicili familiar pot influir en el que passa als serveis, i viceversa. Per això, té poc sentit plantejar intervencions des dels serveis sense considerar la situació familiar i el paper dels familiars.

Pel que fa als i les **professionals**, és essencial promoure la **col·laboració** entre tots els perfils implicats en l'atenció,

sempre tenint en compte el paper essencial dels i les professionals que treballin directament amb les persones ateses.

També és important fomentar la **col·laboració** amb altres **serveis externs** a la Fundació on estigui atesa la persona.

Avaluar i planificar suports específics

Mitjançant el treball en equip, cal avaluar les situacions de major complexitat per poder desenvolupar plans de suport específics per la persona, orientats a promoure el seu benestar. Aquests plans hauran de ser **revisats periòdicament**.

3. Dotze idees clau en la prevenció i intervenció en problemes de conducta

A tall de conclusió, es presenten a continuació algunes idees bàsiques de l'abordatge de problemes de conducta:

- 1 Treballar promovent sempre la **dignitat** i el **respecte** a la persona.
- 2 Promoure **vides que valguin la pena de ser viscudes**.
- 3 La **vinculació** amb la persona com a **pilar** central del treball, des de l'acceptació, la comprensió, la valoració i l'estima. Aquesta vinculació ha de partir d'una mirada apreciativa tant cap a la persona com cap a totes les persones que l'atenen.

- 4 **Afecte i reforçadors:** la persona no s'ha de guanyar l'afecte i els reforçadors, que sempre hi han de ser. Voler controlar situacions complicades ens pot portar a perdre la calidesa i a disminuir els cercles de benestar.
- 5 **Augmentar l'accés a activitats i relacions satisfactòries** pot ser una bona intervenció en una persona que comença a presentar problemes de conducta.
- 6 **Els estils educatius basats en el càstig i la disciplina atempten contra els drets de les persones.** A més, acostumen a ser **contraproductius** i a fer incrementar les dificultats.
- 7 **Cal adaptar els entorns, les rutines i les dinàmiques** a les necessitats de les persones.
- 8 **Pot caldre adaptar els estils de relació i interacció** naturals de cadascú a les necessitats de les persones.
- 9 **Fomentar la capacitat d'escollir i d'incidir en l'entorn** pot fer disminuir els problemes de conducta.
- 10 **En una persona que tendeix a oposar-se a indicacions, donar a escollir** entre dues coses pot ser-nos molt útil.
- 11 **No posar benzina al foc.** Els moments de crisi ens generen reaccions emocionals intenses. Cal vigilar que les nostres intervencions no encenguin més la situació.
- 12 **A vegades, la prevenció i intervenció en problemes de conducta és complexa i desgastant. Que hi hagi dificultats no vol dir que no s'estigui fent una feina fantàstica.**

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.

Granés Fundació i DINCAT. (2022). Informe de la situació de les persones amb discapacitat intel·lectual a Catalunya. DINCAT. Recuperat de www.dincat.cat

Granés Fundació i DINCAT. (2024). Segon informe de la situació de les persones amb discapacitat intel·lectual a Catalunya. DINCAT. Recuperat de www.dincat.cat

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.

Rueda Quítllet, P., & Novell Alsina, R. (Eds.). (2021). Conductas que nos preocupan en personas con discapacidad intelectual y del desarrollo: ¿Qué debes saber? ¿Qué debes hacer? Plena Inclusión.

Amb el suport del Departament de Drets Socials



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