

Curso de Actualización en
Apoyo Conductual Positivo en
centros residenciales de
Castilla La Mancha.



Módulo IV

Ud. 1

**Diseño de un Plan de Apoyo
Conductual Positivo**

Esta unidad es una introducción al diseño del plan de apoyo e indica las características que deben considerarse para elaborar dicho plan. El plan de apoyo, que está estrechamente asociado a las hipótesis establecidas en la evaluación funcional, debe recogerse en un documento que resuma el trabajo anterior y que sirva de marco para desarrollar las diferentes estrategias de intervención a ser implantadas.

Índice

Introducción

Características del plan de ACP

Puesta en marcha del plan de ACP

Formalización del plan de apoyo

Desarrollo del plan de ACP

Introducción

El plan de apoyo conductual consiste en un conjunto de estrategias que se aplican de manera simultánea y/o sucesiva. Pero es más que un conjunto de procedimientos, es un acuerdo y un compromiso de cómo el equipo prestará apoyos dirigidos a mejorar el nivel de éxito de una persona con discapacidad. Para elaborar un plan se requiere tomar decisiones fundamentadas en los datos, planificar cuidadosamente las estrategias que serán efectivas y llevar a cabo una implantación permanente y certera. Para determinar cuál va a ser el plan que se ponga en marcha para un usuario, es preciso llevar a cabo un exhaustivo análisis de toda la situación y haber realizado una evaluación funcional, de manera que las intervenciones que se vayan a poner en práctica tengan una relación directa con las hipótesis que se han identificado en dicha evaluación.

¿Por qué se habla de la aplicación simultánea y/o sucesiva de diversas estrategias? Porque es poco probable que una única estrategia resuelva por sí sola un problema de conducta, ya que generalmente son problemas complejos, difíciles de abordar con una estrategia simple. Podrá decirse que un plan de apoyo es eficaz si:

- a. Se basa en hipótesis funcionales sobre la conducta en diferentes contextos y en la hipótesis global sobre la persona.
- b. Es personalizado más que individualizado, es decir, de acuerdo a las capacidades, necesidades y preferencias de la persona.
- c. Se elabora teniendo en cuenta las circunstancias vitales de la persona, sus rutinas diarias, el lugar de residencia, de trabajo, etc.

Los planes de apoyo conductual no tienen un modelo establecido, pero siempre están centrados en la persona y orientados al proceso. Para su elaboración se tienen en cuenta, por tanto, los factores contextuales, del individuo y del entorno, relevantes para

su puesta. Además, al ser personalizado, un plan diseñado para una persona no sirve para otra.

Características del plan de Apoyo Conductual Positivo

Cuando se va a diseñar un plan de Apoyo Conductual Positivo (ACP) debemos tener en cuenta una serie de elementos que deben estar reflejados en el plan, si queremos que éste sea efectivo. Como se ha dicho anteriormente, no existe un plan universal, de propósito general, sino uno para cada individuo con conducta problemática y sus circunstancias. Por eso, un buen plan tiene las siguientes características:

- *El plan implica rediseñar contextos:* El plan de apoyo se desarrolla para cambiar la conducta de la persona. Sin embargo, el cambio o mejora de la conducta está íntimamente asociado con el cambio en el contexto que envuelve a la persona, en las relaciones con los profesionales que le prestan apoyo, compañeros, etc. En otras palabras, un plan de apoyo refleja las modificaciones necesarias en el contexto, en la conducta del personal de apoyo, en la pauta de medicación, en las rutinas diarias, cambio de refuerzos, etc. (O'Neill, 1997) necesarias para producir un cambio en la conducta problemática.
- Está desarrollado comprendiendo a la persona y el propósito de sus conductas, por lo que *se fundamenta en la evaluación funcional*. La evaluación ayuda a conocer dónde, cómo y cuándo se da la conducta problemática. El plan de apoyo debe desarrollarse teniendo en cuenta cómo la persona percibe o experimenta los sucesos del ambiente que le rodea. Algunas discapacidades, como por ejemplo el autismo, el déficit de atención por hiperactividad o trastornos como el obsesivo-compulsivo, alteran el modo en que una persona percibe el mundo que le rodea. Por ello, se debe invertir

tiempo en comprender cómo los factores sociales, físicos, fisiológicos o ambientales pueden hacer que sucesos aparentemente neutros (cambios en las rutinas, incorporación de nuevos profesionales o usuarios, etc.) se convierten en muy positivos o muy negativos para la persona. Por otra parte, puede considerarse apropiado incluir en un plan de apoyo el tipo de discapacidad de la persona, pero no para justificar ninguna conducta problemática, ya que la discapacidad solo implica una determinada vulnerabilidad para presentar conductas problemáticas, pero no una justificación. Esta información del tipo de discapacidad sólo es útil si incluye recomendaciones sobre cómo afectan los factores a la experiencia diaria y cómo debe ser implementado el plan.

- El plan *implica múltiples intervenciones* en diferentes contextos, incluyendo estrategias proactivas, educativas y funcionales.
 - Las estrategias proactivas son aquellas dirigidas a prevenir la conducta problemática, que serán implementadas para que ésta no se manifieste. El objetivo es identificar las características que previenen la conducta problemática, como puede ser cambiar la forma de la saludar a la persona, o de decirle las cosas que tiene que hacer; modificar la dificultad de la tarea, o cambiar de lugar a una persona para evitar conflictos, etc. Así, si la evaluación funcional nos indica que una persona manifiesta conductas problemáticas para evitar sucesos aversivos como la demanda de una tarea, o no salir con grupo numeroso, la estrategia de prevención debe dirigirse a eliminar o modificar los sucesos para que éstos no sean tan aversivos para la persona. El objetivo no es dejar de presentarle tareas o dejar de salir, sino considerar cómo pueden ser modificados esos sucesos para que no sean aversivos.
 - Las estrategias educativas van dirigidas a enseñar las habilidades necesarias para que la persona pueda realizar conductas alternativas a la problemática que sean igual de eficaces y eficientes, es decir, que

cumplan el principio de equivalencia funcional. Además de facilitar, incrementar o potenciar las habilidades para mejorar la autodeterminación, la integración y la calidad de vida.

- Las estrategias funcionales implican controlar las consecuencias de tal forma que los reforzadores sigan a las conductas positivas y se evite reforzar las conductas problemáticas. Muchas veces los profesionales o personas cercanas a la persona con discapacidad refuerzan la conducta problemática inconscientemente. Si una persona presenta una conducta problemática para obtener la atención y el profesional le regaña y le dice que no debe hacerla, le está dando atención aunque sea negativa. Por eso, es importante conocer los propósitos de la conducta problemática, para saber las consecuencias que la mantienen y evitar reforzar inconscientemente. Esto, además, nos ayudará a establecer qué consecuencias se aplicarán de forma consistente e inmediata a la conducta problemática cuando se está enseñando una conducta alternativa, disponiendo incluso de protocolos de actuación cuando se presente una crisis si pudiera darse el caso. No debemos olvidar que no podemos quedarnos única y exclusivamente en no reforzar la conducta problemática. Debemos dar a la persona la oportunidad de obtener el mismo propósito pero con conductas socialmente adecuadas; con conductas que sean igual de eficaces y eficientes haciendo que las problemáticas sean menos efectivas. Ante éstas se utilizarán consecuencias lo menos aversivas y lo más naturales para la persona que sea posible, que es lo que caracteriza a las intervenciones positivas.
- Todas estas estrategias deben estar integradas en los diferentes contextos que tienen lugar a lo largo de las rutinas diarias de la persona.
- Se deben tener en cuenta los valores, recursos y habilidades del equipo de apoyo. El plan de apoyo que se elabore no sólo debe ser compatible con las

hipótesis obtenidas por la evaluación funcional, sino también con los principios, valores y habilidades del equipo que tiene que llevarlo a cabo y con los recursos existentes o que pueden estar disponibles para su desarrollo. Se trata de elaborar el plan de apoyo buscando el ajuste entre las características del plan, el nivel de habilidad y motivación de quienes lo desarrollarán y la capacidad del contexto para asumirlo (recursos, horarios, actividades programadas, etc.) (Horner et al, 2000). El plan a menudo queda en el olvido porque, las personas que deben hacer que se lleve a cabo no han estado implicadas en el diseño del mismo, o no se les ha dado formación para que puedan implementarlo, o no tienen tiempo o recursos para hacer lo que está escrito en el plan, o no creen que el plan vaya a ser efectivo (Albin, Lucyshyn, Horner & Flannery, 1996). Por eso, un plan debe ser elaborado con el apoyo directo y activo de las personas que son necesarias para que después se lleve a cabo, pues entre todos se pueden diseñar las estrategias que son factibles en el contexto donde está la persona con discapacidad. Ya que los contextos pueden modificarse de diferentes formas, el objetivo es ponerse de acuerdo y establecer las formas en las que se pueden llevar a cabo las estrategias, allí donde se encuentra la persona con discapacidad. Es decir, que haya un ajuste contextual. Con este término nos referimos al grado en el que un plan de apoyo es compatible con las personas que deben implementarlo y con los contextos en los cuales las intervenciones tendrán lugar (Albin, Lucyshyn, Horner, & Flannery, 1996; Horner, 2000; Lucyshyn & Albin, 1993).

Puesta en marcha del plan de Apoyo Conductual Positivo

Teniendo en cuenta las características que debe reflejar un plan de apoyo conductual positivo, una vez obtenidas las hipótesis y discutidas las diferentes estrategias, la información debe recogerse en un documento.

Formalización del plan de apoyo

Cada equipo puede elaborar y estructurar el documento de la forma que le sea más útil, pero hay unos elementos que deben estar siempre presentes. Dicho documento debe contener:

- Datos personales del usuario: su nombre y apellidos, fecha de nacimiento, nombre de los padres o tutor si tiene, teléfono de contacto (si procede).
- Nombre del centro u organización que lleva a cabo el plan de Apoyo Conductual Positivo
- Miembros que componen el equipo de apoyo.
- Día en que se elabora el plan.
- Necesidad o justificación de llevar a cabo el plan.
- Resultados esperados con la puesta en marcha del plan.
- Breve historia del usuario.
- Resumen de la evaluación funcional, donde conste:
 - a. La definición de la(s) conducta(s) problemática(s).
 - b. La hipótesis general y las hipótesis específicas.
 - c. Conductas alternativas y conductas deseadas.
- Estrategias de intervención que van a llevarse a cabo, diferenciando las estrategias generales de las específicas e indicando los contextos donde serán implementadas, la progresión con la que se establecerán y las personas responsables de su desarrollo.

Este documento debe servir para que se pueda conocer en cualquier momento qué es lo que se ha acordado, qué se debe hacer en cada momento. Es una guía. Se trata de un documento al que recurrir en caso de que alguno de los miembros del equipo tenga alguna duda y para que la familia esté informada de todo el proceso. También es muy útil cuando la persona cambia de centro que le presta los apoyos.

En dicho documento también debe dejarse constancia de cómo se debe actuar ante una situación de crisis, es decir, se debe especificar claramente qué tipo de estrategias se van a utilizar cuando aparece la conducta problemática, para que todo el personal del equipo conozca cómo debe proceder.

En el documento del plan de apoyo debe recogerse igualmente la manera en la que se va a evaluar el éxito producido con el plan. Recordemos que los objetivos principales que se persiguen con el plan de apoyo son disminuir la frecuencia de conducta problemática, aumentar la frecuencia de conductas alternativas y mejorar la calidad de vida del usuario. Así que se debe fijar cómo se van a evaluar los cambios producidos, cómo se va a valorar la satisfacción de usuario, de la familia, etc.

Desarrollo del plan de Apoyo Conductual Positivo

El proceso de desarrollo del plan de ACP comienza antes incluso de que se redacte el documento donde queda recogido dicho plan, puesto que durante la evaluación funcional se está en la necesidad de especificar qué papel va a desempeñar cada uno de los miembros que forman el equipo de apoyo. También los datos recogidos antes y durante la evaluación funcional pueden servir como línea base para realizar comparaciones una vez aplicadas las técnicas de intervención acordadas.

Igualmente, durante el proceso elaboración del plan de apoyo, se deben especificar los protocolos que se van a utilizar en el transcurso del proceso.

Elaborar conjuntamente el plan de apoyo ayuda a que los esfuerzos que los miembros del equipo realizan, tanto al principio como durante el desarrollo del plan, sean consistentes y se vean recompensados (Horner, 2000). El plan puede ser más o menos complejo, por lo que será de ayuda establecer una secuencia que describa cómo se irá implementando cada elemento e indicar la responsabilidad de cada uno de los miembros del equipo en situaciones concretas (Horner, Albin, Sprague, & Storey, 2000). Tener un documento escrito contribuye además a mantener presentes en todo momento los objetivos fijados.

Pero la característica principal que debe tener un plan de ACP para que sea efectivo es que la aplicación de dicho plan sea constante. Para ello, cuando se está desarrollando el plan, se deben haber previsto los recursos que son necesarios, entre estos está la posible formación de los profesionales que participarán en el desarrollo del plan. El comienzo de la implantación supone un esfuerzo y para que éste sea mínimo debe contarse con los recursos necesarios que estén o puedan estar disponibles. No debemos olvidar que un plan de apoyo se diseña de acuerdo a los recursos de los que se puede disponer y si no se da este ajuste el plan de apoyo puede llevar a la frustración o a un éxito parcial. En los primeros momentos de la implantación es cuando se realizan más cambios y modificaciones del plan, por lo que es necesario acordar reuniones regulares para coordinar los esfuerzos, evaluar la intervención realizada hasta ese momento y analizar las modificaciones que se propongan.