

## **Estrategias para manejar el comportamiento en SPW**

### **PWS Behavior Management Strategies**

*El síndrome de Prader-Willi es un desorden de diferentes rangos; no todas las personas con SPW exhiben el mismo grado o síntomas de comportamiento. Las siguientes técnicas y estrategias pueden ayudar a casi a todos los individuos que padecen SPW. Tenga en mente que cualquier cosa que incremente la ansiedad tiene el potencial de terminar en un problema de comportamiento, ósea que si reduce/elimina la fuente de ansiedad usted eliminará/reducirá el problema de comportamiento!*

- **Responda con calma en todo momento.** La lógica y razonamiento generalmente no funcionan especialmente cuando el individuo está molesto. **No trate de convencer a alguien de que mejore su estado de ánimo cuando este molesto, pues el sentirá la necesidad de expresar su molestia para que así usted lo entienda.** Escucha, repita su preocupación. Escucha, expresa tu preocupación. Escucha, repita su preocupación. Después de demostrar empatía, responde a una rabieta con indiferencia. Ignora el comportamiento no deseado lo posible.
- **Oposicionismo: A menudo la reacción automática del cerebro es de responder con “NO!”** Esto parece un comportamiento de oposición, desafiante y argumentativo. Evite las preguntas con respuestas de "Si o No". Conceda suficiente tiempo para que el cerebro procese más allá de la oposición. Asegúrese de tener tiempo extra donde quiera que vaya. Límite las opciones preferenciales y el mayor control posible: "¿Quieres ponerte tu abrigo rojo o tu abrigo azul?" "¿Usaras tu abrigo o lo llevaras en la mano?" "¿Quieres empezar a limpiar en 5 minutos o en 8 minutos?" Evite las preguntas abiertas pues son difíciles de procesar y crean ansiedad.
- **Egocentrismo: Las personas con SPW generalmente piensan primero en sí mismos.** Esto puede dificultar que ellos vean las cosas desde la perspectiva de otras personas. No diga, "Si no te apuras, tu abuela llegara tarde a la cita." Diga, "Si tu abuela llega a tiempo a la cita, tendremos tiempo de ver una película!" No diga, "Tus gritos están afectando a los alumnos/vecinos/trabajadores." Diga, "Cuando hables en voz baja, podremos hablar de tu asunto."
- **Frustraciones: Cualquier cosa que parezca, suena o huelva a frustración podría conducir a un problema de comportamiento.** Use "No" con la menor frecuencia posible. Disfrace los Nos: no diga, "No podremos ir afuera." Diga, "También me encantaría ir afuera! Tan pronto terminemos la tarea/labores iremos afuera!" Demuestre empatía: repitiendo las palabras del individuo. Tenga observaciones: "Te ves molesto. ¿Que sucede?"
- **Impulsividad: Las personas con SPW generalmente quieren; lo que quiere, cuando lo quiere, que es ahora mismo.** Antes de entrar a una nueva situación o entorno, 'pinta la imagen' de lo que va a suceder, como se verán las cosas, que sucederá, tus expectativas en cuanto al comportamiento, y que ocurrirá si ocurre un comportamiento no deseado, etc. Premia la paciencia/control de sí mismo. Ten en cuenta que lo que ocurrió en el pasado, ocurrirá en el futuro; "arregla" lo que se necesite arreglar.
- **La Necesidad de Ser Visto como Correcto/Bueno:** La mayoría de personas tienen una fuerte necesidad de estar en lo correcto en todo momento y a cualquier costo. Evita las luchas de poder permitiendo que los individuos "estén en lo correcto." Use frases como, "puede que estés en lo correcto" o "eso es interesante. Tú piensas X y yo pienso Y."
- **Inflexibilidad: Las personas con SPW a menudo tienen dificultad en las transiciones, cambios de rutina o expectativas.** Provea cuentas verbales/visuales, "cinco minutos para salir. Tres minutos pongámonos los zapatos. Un minuto para salir, buen trabajo poniéndose los zapatos y estando listo a tiempo!" No use palabras para "apurar" al individuo; utilice música, entusiasmo y elogios. Provea aviso anticipado a los cambios cuando sea posible. Cuando la persona este indispuesta provea empatía.
- **Obsesiones: El cerebro cree 'si 1 es bueno, 100 es mejor.'** La recolección, acaparamiento, clasificación, tracción o rasgado, puede asociarse con las tendencias compulsivas u obsesivas del cerebro. Ofrezca opciones limitadas de cosas preferidas. Tenga empatía. El medicamento puede ser necesario.
- **Auto-monitoreo: La habilidad de controlar el yo y evaluar con precisión el desempeño propio a menudo esta deteriorada.** Recuerde continuamente hablar bajo; comer despacio, etc.
- **Planeando, Priorizando y Resolviendo Problemas:** Estas habilidades típicamente son bajas. Provea asistencia y guía continúa. Mantenga al individuo pensando y guíalo a tener soluciones en vez de solucionar los problemas por el.
- **Baja Motivación Interna; Mayor Motivación Externa:** Use motivación externa tales como alabanza, fichas de recompensa, sistema de recompensa visual, tiempo especial, pregunté al individuo de que sea su 'ayudante.'
- **Las Personas con SPW generalmente piensan en concreto.** El concepto de tiempo puede ser muy complicado. Haga las cosas tan concretas en como le sea posible. Utilice imágenes, relojes, alarmas, etc. Especialmente enséñele sobre metáforas, modismos y jerga. Hasta que el no aprenda, términos como, "sal de un salto" puede que no entienda lo que en realidad quiere decir "apúrate para salir" y puede que cree ansiedad. Enseñe los significados de estos dichos, esto reducirá la ansiedad y aumentará la aptitud social.
- **No ceda a una rabieta.** Manténgase fuerte y recuerde que si usted cede hoy, la rabieta de mañana será peor.