



Hoja Informativa

El Ciclo de Crisis en Casa

Muchos de nosotros como padres nunca hemos escuchado del ciclo de crisis en lo que se refiere a la conducta de nuestros hijos y debido a eso usamos las intervenciones equivocadas en el peor momento posible. Muchos educadores han recibido entrenamiento en esta materia y han aprendido que intervenciones usar con la esperanza de romper este ciclo antes que alcance su plenitud. Observe este gráfico ubicado en [el Manual de Asistencia Técnica LRBI de Utah](#).



Como usted puede ver, hay varias etapas en un ciclo de crisis. Ayudar a su hijo a reconocer alguna de estas lo ayudará (el ó ella) a aprender técnicas para manejar sus conductas así como su reacción en esta situación. (*Hoja de trabajo en la última página.*)

1. CALMA

Saben usted y su hijo a que se parece y como se siente la calma? En este punto el menor sigue indicaciones y acepta comentarios correctivos y puede ignorar los irritantes. Es un buen momento para enseñarle a su hijo reglas, conducta apropiada y habilidades para resolver problemas.

2. CAUSA

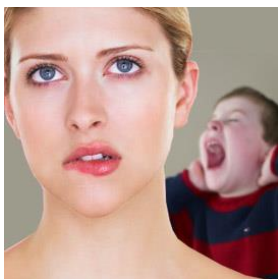
Luego usted puede identificar lo que puede causar la irritación algo como sonidos fuertes, exigencias académicas difíciles, demasiada estimulación, y cambios de horarios, etc? La causa puede ser externa ó interna. Para menores ansiosos, enseñar y practicar el tener un Plan A y un Plan B puede ayudar.

3. AGITACIÓN

A qué se parecen la agitación ó conductas en aumento? Observe por señales tales como puños cerrados, mandíbulas apretadas, aumento en lloriqueos, etc. A este punto si usted puede redirigir ó distraer a su hijo, podría ser capaz de detener el ciclo.

- Ofrezca opciones y decisiones razonables
- Haga modificaciones al entorno
- Muestre empatía por las preocupaciones del menor.

Es también esencial para el padre permanecer en calma y no participar en una pelea fuerte.



4. ACELERACIÓN

Cuando el menor está en aceleración, la conducta se convierte más desafiante, más intensa, puede ser peligrosa y volverse más personal (Eres la peor madre del mundo). Las intervenciones se enfocan más en seguridad. Usted tiene que eliminar todos los factores detonantes y seguir el plan de crisis que usted ya ha elaborado. No participe en argumentos y confrontaciones. Use un tono calmado pero serio.

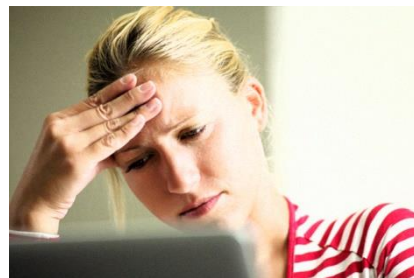
5. PICO

Esto es cuando el menor ha perdido control y puede mostrar los problemas de conducta más severos. Durante ésta etapa, el menor puede ser agresivo físicamente, auto lesionarse, destruir propiedad, hiperventilar ó huir. El componente más importante es la seguridad. Despéje la habitación de sus otros hijos y remueva artículos peligrosos. No confronte, discuta ó trate de razonar. Calma es esencial. Educador y especialista en conducta Marian Hunt compara a su hijo en este punto como lanzar gasolina al fuego.

6. DESESCALADA

Su hijo puede parecer asustado y confundido en este punto y puede culpar a otros, minimizar el problema ó retirarse.

- Remueva el exceso de atención
- No regañe
- Evite culpar
- No fuerze las disculpas
- Tome en cuenta la función de la conducta
- Enfatize el comenzar de nuevo



7. RECUPERACIÓN

Su hijo puede retirarse, ir a dormir, ó intentar corregir el problema. Algunas veces los menores se disculparán y estarán muy tristes y avergonzados por su conducta. Este puede ser el momento de continuar con consecuencias. Después, interrogue y revise conducta apropiada. Alguna muestra de conducta apropiada debe ser reforzada positivamente.

Algunas preguntas para resolver problemas que el menor debe contestar al ser interrogado son:

- Qué hice?
 - Porqué lo hice?
- Qué pude haber hecho en cambio?
- Qué es lo siguiente que tengo que hacer?
 - Puedo hacerlo?

La información de esta hoja se adaptó de:

Preparándose para & Respondiendo a Crisis, Sugai & Covin, 1999, OSEP Centro en PBIS

[Manual de Asistencia Técnica LRBI:Apoyos de Conducta Positiva & Selección de Intervenciones de Conducta Menos Restrictivas](#), Consejo de Educación de Utah, 2015

Hoja de Trabajo del Ciclo de Crisis



Crisis Cycle Phases	Responses
1 CALM	•
2 TRIGGER	•
3 AGITATION / ESCALATION	•
4 ACCELERATION	•
5 PEAK CRISIS	•
6 DE-ESCALATION	•
7 RECOVERY	•