

Los acuerdos con adolescentes

Realizar acuerdos y/o contratos con adolescentes es una técnica de modificación de conducta que se lleva a cabo en el contexto familiar y/o escolar.

Se trata de **establecer qué conductas se esperan de los hij@s**, así como las consecuencias positivas o negativas que se derivan. Es importante que padres e hij@s, en el caso de familias, acepten el acuerdo y se comprometan.

Se utilizan para conseguir la mejora de conductas respecto al autocuidado personal. Es de todos conocido cómo a algunos adolescentes les cuesta realizar tareas de limpieza personal, ordenar en su espacio personal y colaborar en la corresponsabilidad familiar, entre otras.

Características de los contratos

- **Especifican claramente el comportamiento que se espera del adolescente.** En este sentido cada vez que se revisa el contrato se está recordando el comportamiento y además con las mismas condiciones.
- Presentan una situación bastante igualitaria: el **mensaje** viene a ser *“vamos a acordar entre los dos cómo será nuestra relación y las consecuencias que tendrá, dentro de un tiempo revisaremos la relación y aplicaremos las consecuencias que hemos establecido”*.
- **Se tienen en cuenta los gustos e intereses del adolescente** en los compromisos adquiridos.

Las **ventajas de estos contratos y acuerdos** son las siguientes:

- Cuando **se les permite a los chic@s colaborar en la aplicación de un programa** de tratamiento de problemas conductuales, existen **mayores posibilidades de mejora** respecto a la imposición del programa.

Esta cuestión es especialmente importante en los casos de adolescentes, ya que la necesidad de definir su identidad personal, el interés por la autonomía y la independencia correlacionan claramente con la filosofía de esta técnica.

- El contrato explica lo que pasa después de un determinado comportamiento. Esta especificación sirve como reglas o instrucciones para que el adolescente y el profesorado o familia sepan cómo comportarse y qué consecuencias seguirán a su conducta. Es decir, **enseña qué se espera de ell@s y cuál debe ser el comportamiento.**



Ejemplo de contrato de conducta con adolescentes

CONTRATO DE CONDUCTAS

Yo, *Cristina Martín*, me comprometo a mejorar mi comportamiento a través de las siguientes conductas:

Asearme y cambiarme de ropa al levantarme, todos los días.

Hacer la cama y ordenar mi cuarto, todos los días.

Si mi comportamiento mejora **en una semana**, mis padres se comprometen a:

Comprarme una raqueta de tenis.

La Hija

Los Padres

Fdo:

Fdo:

Para saber más

RINN, R. C. y MARKLE, A. (2005): **Paternidad positiva. Técnicas de modificación de conducta en los hijos**. Ed. Mad. Colección: Eduforma.

ARTOLA T. (2002): **Situaciones cotidianas de tus hijos adolescentes**. Madrid. Ed. Palabra.

La negociación con adolescentes. Web de asesoramiento en la educación de los hij@s.
www.guia-padres.com