

# TÉCNICA DEL AISLAMIENTO (TIME-OUT)

El aislamiento, como modelo especial de castigo, es una técnica muy utilizada para eliminar una conducta problemática y consiste en separar al niño del contexto en el que está ocurriendo la conducta anómala. Dicha separación o aislamiento debe conllevar una privación social. Por ejemplo: separar a un alumno del resto de compañeros de la clase **cuando su comportamiento sea inaceptable y no se pueda ignorar por la gravedad del mismo**.

El aislamiento recibe también el nombre de tiempo-fuera (time-out) o receso de refuerzo y uno de los principales problemas que plantea es el de la elección del lugar de aislamiento social (pasillo, patio...). El nuevo contexto en donde se retire al alumno durante un tiempo aproximado de 5 minutos o hasta que cese la conducta anómala, debe ser un lugar en el que no pueda obtener ninguna gratificación o refuerzo porque, de lo contrario, el lugar de aislamiento sería una *consecuencia agradable* de molestar en clase con lo que se estaría reforzando a esta última.

No sería efectivo la aplicación del tiempo-fuera en un alumno al que se le aisle en el patio y allí tiene la oportunidad de practicar su deporte favorito durante el periodo de tiempo que dura su separación del resto de la clase. Es muy conveniente conseguir la colaboración de otros profesores del Equipo Docente que en esos momentos no den clase o que realicen alguna tarea que pueda ser compatible con la "custodia" del alumno perturbador.

Algunos niños manifiestan comportamientos inadecuados en la clase, especialmente los agresivos. La mayoría de las veces estas conductas alborotadoras son de muy difícil control y resulta poco menos que imposible que el profesor las pueda ignorar produciendo a la vez respuestas emocionales tanto en el propio profesor como en los alumnos. En este caso, el aislamiento consistiría en separar al alumno del resto de compañeros de su clase hasta que cesase en su alboroto para, posteriormente, volverlo a incorporar a la clase.

Pero podría darse el caso de que la "salida" o aislamiento funcionara como reforzador de su conducta alborotadora porque al niño en cuestión no le gusta estar en la clase realizando la tarea escolar. En estos casos habría que determinar cuáles son las actividades reforzantes o situaciones gratificantes para el alumno a efectos de poderlas utilizar contingentemente al aplicar el tiempo-fuera, en el sentido de **privación o separación** del contexto reforzante.

Para que el aislamiento sea efectivo **el alumno ha de experimentar verdadero aburrimiento** de modo tal que prefiera estar en la clase a estar aislado, de lo contrario se le estaría reforzando. Si el niño es aislado en el pasillo, encontrar a otros compañeros para contarles su "aventura" resultará reforzante para él. Generalmente los pasillos son desaconsejables porque existen multitud de elementos distractores que no benefician en absoluto la eficacia de la técnica aplicada por lo que sería recomendable el aislamiento en un lugar apartado de la clase o en alguna dependencia donde pueda estar sometido a control, sin peligros y no poder obtener refuerzo alguno ni por parte de sus compañeros ni por la existencia de estímulos gratificantes en el lugar del aislamiento.

Algunas veces suele ocurrir que el alumno entabla un enfrentamiento verbal con el profesor, discusión que debería ser evitada a toda costa y no debería producir alteración emocional en el docente. El alumno ha de conocer previamente cuál va a ser la consecuencia de su conducta sin la necesidad de tener que producirse discusiones acerca del porqué del tiempo-fuera. El tiempo-fuera debe complementarse con otras técnicas de refuerzo para aumentar las conductas contrarias a las que se pretende eliminar.

### CONCLUSIONES DE LA EFICACIA DE LA TÉCNICA DEL AISLAMIENTO:

- La técnica del time-out suele ser más eficaz que la ignorancia pasiva de la conducta-problema.
- No es aconsejable un periodo de tiempo-fuera de más de 20 minutos. Los periodos de tiempo más cortos están más indicados.
- Debe asegurarse la correcta dinámica entre salir de clase, permanecer en el lugar de aislamiento y volver a entrar a la clase de tal modo que el funcionamiento no quede a la improvisación y al descontrol de los estímulos que pudieran entorpecer el correcto aislamiento temporal del alumno.
- Si la conducta-problema aumenta al indicársele al alumno que debe permanecer cinco minutos fuera de clase, debe aplicársele un castigo moderado de uno o dos minutos en función de la persistencia del problema. Por ejemplo: si al darle instrucciones al alumno de que se retire porque está dando gritos que perturban el orden de la clase continúa en sus gritos, deberá decirsele que se aumentan en unos minutos más su tiempo de aislamiento por el hecho de persistir en su conducta perturbadora.
- Esta técnica ofrece mayor ventaja que el castigo puesto que no se le ofrece al alumno un modelo negativo de agresión para que pueda constituir una fuente de imitación tal y como suele ocurrir en la aplicación del castigo.
- Si se pone en práctica la técnica del tiempo-fuera o aislamiento para la modificación de conductas **altamente disruptivas** resulta necesario involucrar a los padres para que sigan las mismas pautas en el contexto familiar.