



HFIniciatives

Creixem — Guia per a professionals

Seguiment estructurat d'hàbits i rutines amb reforç positiu

Per a psicologia, psicopedagogia, escola, logopèdia i atenció precoç

creixem.hfiniciatives.com

1. Resum executiu

Creixem és una aplicació web que ajuda les famílies a instaurar hàbits i rutines mitjançant reforç positiu i economia de fitxes.

La família defineix poques conductes observables, registra el dia a dia i comparteix, si ho decideix, un informe PDF amb el professional.

El valor professional és disposar d'un registre estructurat entre sessions, dades comparables, llenguatge compartit i un document útil per revisar el procés.

- Registre diari estructurat entre sessions.
- Evolució comparable setmana a setmana.
- Llenguatge compartit amb la família.
- Informe PDF per a sessió, tutoria o coordinació.

2. Fonament del mètode

- Reforç positiu. Augmenta la probabilitat d'una conducta reforçant-la quan apareix, en lloc de castigar la contrària.
- Economia de fitxes. La fitxa és un reforç immediat que es bescanvia per activitats, temps compartit o recompenses acordades.
- Formulació positiva. Els objectius es defineixen com a conductes observables i en positiu.
- Registre diari. Registrar també forma part de la intervenció: manté l'atenció i fa visible el progrés.
- Programes de reforç. El suport es pot adaptar i espaiar progressivament quan la conducta es consolida.

Creixem ordena el procés; les persones hi aporten sentit, context i criteri professional.

3. Com s'utilitza

1. Crear el compte adult i protegir la configuració.
2. Afegir la criatura amb nom o sobrenom, any de naixement i avatar.
3. Començar amb una a tres conductes concretes i observables.
4. Definir els dies actius del pla; només aquests entren als càlculs.
5. Acordar recompenses, preferentment activitats i temps compartit.
6. Fer el registre diari; es poden recuperar oblits recents.
7. Revisar saldo, recompenses i evolució amb la criatura.
8. Generar l'informe del període per revisar-lo o compartir-lo.

4. Com es mesura el progrés

Mètrica	Fórmula	Lectura
Constància de registre	dies registrats / dies esperats	Mesura l'adherència de l'adult al registre.
Èxit en els objectius	dies assolits / dies esperats	Describeu fins a quin punt apareix la conducta.

Fases de la conducta

Introducció. Conducta nova o encara en aprenentatge.

Consistència. Almenys 10 dies amb dades i 60% d'èxit en 28 dies.

Consolidada. Almenys 21 dies amb dades i 80% d'èxit en 28 dies.

5. Lectura de l'informe

- Els percentatges es calculen sobre dies actius ja transcorreguts i posteriors a l'inici del programa.
- La finestra mòbil de 28 dies evita que tota la història dilueixi els canvis recents.
- Les setmanes 2, 4, 8 i 12 funcionen com a punts naturals de revisió.
- Els senyals de descens, recuperació o possible abandonament requereixen prou dades.
- Les setmanes de vacances, malaltia o custòdia compartida es poden marcar com a no representatives i queden fora dels càlculs.

L'informe PDF inclou

- Capçalera amb període i data de generació.
- Constància, èxit, dies registrats i fitxes.
- Avís quan la cobertura és insuficient.
- Evolució setmanal i taula per conducta.
- Fase actual de cada conducta i setmanes excloses.

6. Usos professionals

Psicologia i psicopedagogia

Revisar el registre entre sessions, observar canvis i acordar un únic ajust assumible.

Escola

Parlar amb dades concretes i compartir llenguatge de reforç entre casa i aula.

CDIAP i atenció precoç

Acompanyar la instauració d'hàbits entre visites espaiades amb un registre simple.

Revisió suggerida: començar per l'informe, diferenciar constància de registre i èxit, situar el context i acordar un únic pas petit.

7. Privacitat, límits i glossari

Privacitat

- Les dades queden anonimitzades i no permeten identificar una persona concreta; es pot utilitzar un sobrenom.
- El professional no accedeix al compte: només veu allò que la família decideix compartir.
- L'esborrat del compte elimina les dades associades.

Límits

- No és una eina clínica ni diagnòstica.
- No fa recomanacions terapèutiques.
- No substitueix el criteri professional.
- Les dades són autoregistres descriptius, sense barems poblacionals.

Glossari

- Dia esperat: dia actiu, ja transcorregut i posterior a l'inici.
- Constància: dies registrats dividits pels dies esperats.
- Èxit: dies assolits dividits pels dies esperats.
- Fase: estat calculat amb els últims 28 dies.
- Setmana exclosa: període no representatiu que no entra als càlculs.

info@hfiniciatives.com · hfiniciatives.com · creixem.hfiniciatives.com