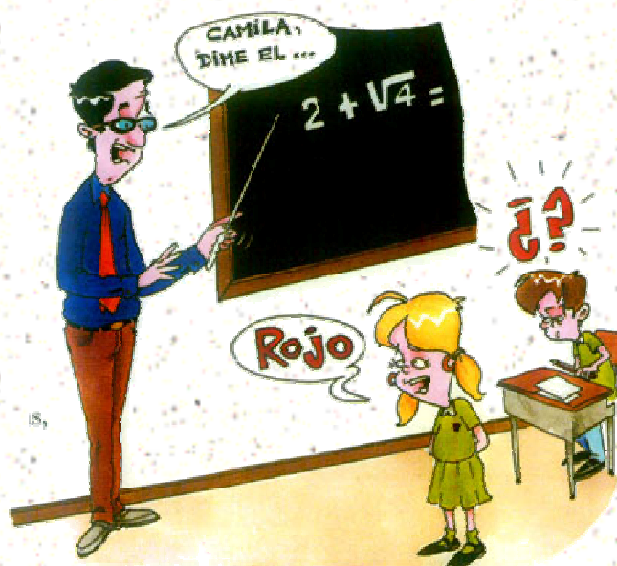


ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN EL AULA PARA ALUMN@S CON TDAH



ACODAH

Asociación Cordobesa del Déficit de
Atención e Hiperactividad



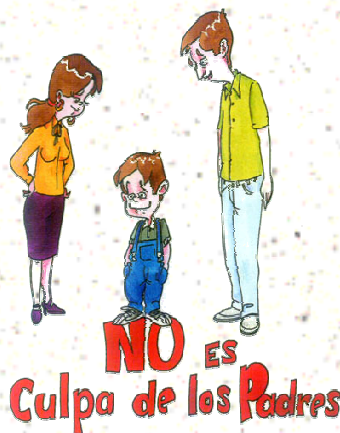
¿Qué es el TDAH?

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, es un trastorno de origen neurológico provocado por un desequilibrio de algunos de los neurotransmisores del cerebro. Se estima que lo padece aproximadamente el 5% de la población infantil-juvenil, con mayor incidencia en niños que en niñas. Sus síntomas suelen manifestarse antes de los 7 años.

El niño o niña con TDAH, tiene una gran dificultad o incapacidad para prestar atención y concentrarse, presenta un nivel de actividad superior a la de l@s niñ@s de su edad y suele ser muy implusiv@.

Estas conductas se manifiestan en al menos dos ambientes de su vida (casa, colegio, en la calle, etc).

Las dificultades que presenta el/la niñ@ con TDAH les ocasionan problemas escolares, tanto de rendimiento, como sociales y de integración que, si no son tratados adecuadamente pueden llevarle al abandono escolar, inadaptación social y desajuste emocional.



Síntomas del TDAH

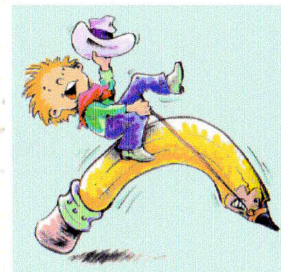
Para ser diagnosticado con TDA/H, los/as niños/as deben exhibir seis de los síntomas en alguna o ambas categorías "A" y "B"

A. Inatención:

- No logra prestar atención a los detalles o comete errores por descuido en sus tareas escolares, el trabajo u otras actividades
- Tiene dificultad para mantener la atención a las tareas o juegos
- Parece no estar escuchando cuando se le habla directamente
- No sigue instrucciones y no termina las tareas escolares u obligaciones
- Tiene dificultad para organizar las tareas y actividades
- Evita, no le gusta o no quiere participar en actividades que requieren esfuerzo mental por tiempo largo
- Pierde los útiles necesarios para completar las tareas o actividades tales como los juguetes, los lápices, libros, o herramientas.
- Se distrae fácilmente
- Es olvidadizo durante las actividades diarias

B. Hiperactividad

- Está inquieto con las manos o los pies, o se mueve demasiado mientras está sentado
- Se va de la silla en la clase o en otras situaciones donde se espera que permanezca sentado
- Corre o salta excesivamente en situaciones donde es inapropiado
- Tiene dificultad para incluirse calladamente en juegos o pasatiempos
- A menudo está en actividad o actúa como si estuviera impulsado por un motor
- Habla excesivamente



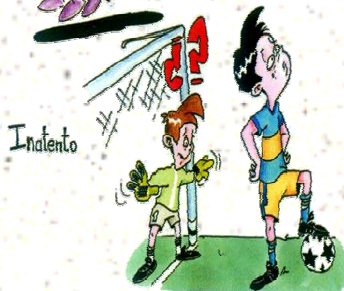
Impulsividad

- Contesta precipitadamente antes de haber terminado la pregunta
- Tiene dificultad para esperar en fila o para guardar turno
- Interrumpe o se entromete en lo que otros están haciendo.

TÍPOS de TDAH



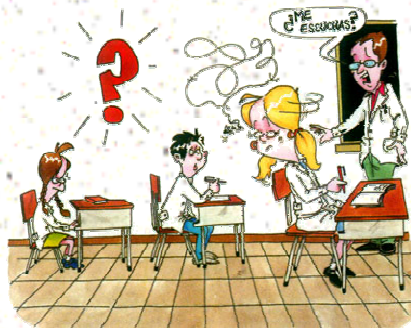
TDAH en el que predominan los síntomas de hiperactividad e impulsividad.



TDAH en el que predominan los síntomas de inatención

Combinado

TDAH en el que los/as niños/as presentan síntomas de ambos. Este es el tipo más común.



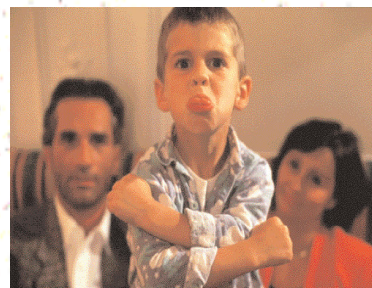
"Todos los hiperactivos, ya sean niños o niñas tienen que enfrentarse a un mayor número de fracasos que los niños sin el trastorno: cometen más errores, les cuesta más seguir la clase, organizarse, controlar sus rabietas, etc. Esta frustración constante es vivida por cada niño de forma diferente"

Isabel Orjales

Áreas de intervención

Las necesidades de cada niño/a son específicas y van a requerir una atención adaptada a sus características, pero en general suelen tener dificultades en:

- Competencia curricular (En general, tienen buena capacidad intelectual pero un bajo rendimiento académico)
 - Comprensión y fluidez lectora
 - Cálculo matemático y resolución de problemas
 - Escritura, ortografía y coordinación
 - Planificación y organización (tiempo, trabajo, orden, etc.)
 - Seguimiento de instrucciones y motivación
 - Percepción y estructuración espacial y temporal
- Dificultades cognitivas
 - Dependencia de campo (no distingue entre estímulos relevantes e irrelevantes)
 - Atención y concentración continuada
 - Procesamiento de la información superficial que le ocasiona problemas de memoria a corto plazo
- Dificultades socio-emocionales
 - Baja tolerancia a la frustración
 - Baja autoestima
 - Sentimientos depresivos
 - Inmadurez
 - Control conductual y emocional
 - Habilidades y relaciones sociales
- Otras, específicas de cada niñ@ debidas o no al TDAH.



Técnicas de intervención

En la atención con niñ@s/as con TDAH suelen ser efectivas las técnicas derivadas de la psicología cognitivo-conductual:

- Refuerzo positivo (Puntos, reconocimiento social y tiempo de atención de los adultos por su buen comportamiento)
- Tiempo fuera y práctica positiva
- Reprimenda (breve, inmediata, aislada y con algún refuerzo positivo)
- Coste de refuerzo (puntos que se conservan o pierden según su conducta)
- Contratos conductuales
- Autoevaluación de la conducta y atribución adecuada de las consecuencias de éxitos y fracasos
- Entrenamiento en autoinstrucciones
- Entrenamiento en solución de problemas y habilidades sociales
- Técnicas de relajación
- MUCHA, MUCHA PACIENCIA



Pautas previas para enfocar el trabajo en clase

- Plantear las normas de clase para tod@s l@s alumn@s
- Evitar situaciones que el/la niñ@ con TDAH no puede controlar (ej. excesivo tiempo en fila, objetos con los que puede jugar y distraerse en clase)
- Retirar la atención ante malas conductas cuando se producen con mucha frecuencia y reforzar las positivas
- Comenzar modificando las conductas menos difíciles y/o dividirla en pequeños pasos que puedan ser reforzados al conseguirlos.
- utilizar el mayor número de aproximaciones al problema (ej. Para que termine el trabajo, acercarlo a la mesa del/la profes@r, reforzarlo si la termina, adaptar la exigencia de la tarea, orientarle el trabajo, etc.)
- Programar un sistema de registro para que el/la niñ@ compruebe que va mejorando
- Evitar las situaciones de competición en clase.
- Potenciar la tutoría individualizada y el acercamiento personal y afectivo al/la niñ@. (facilita el cumplimiento de los compromisos)
- Establecer un sistema de comunicación diaria con la familia (Agenda). Intentar utilizarla siempre desde lo positivo
- Adaptaciones curriculares no significativas (metodología, evaluación, nivel de exigencias, etc.)
- Coordinación y colaboración continua con la familia

Estrategias de intervención

Las estrategias que se presentan hacen referencia a áreas en las que l@s niñ@s con TDAH van a tener alguna dificultad (concentración en clase, estructuración y organización del trabajo, conducta en clase, impulsividad, realización de exámenes, autoestima etc.). Estas estrategias tendrán que adaptarse a la edad de cada niñ@.



Condiciones que facilitan la concentración en clase

- Preparar un pupitre aislado cuando la actividad requiera más concentración y que pueda utilizar voluntariamente cuando lo necesite.
- Sentar al/la niñ@ cerca del/la profes@r y/o la pizarra.
- Controlar su trabajo y atención de forma indirecta (pasando por las mesas, tocando la cabeza o espalda, haciendo un gesto o sonrisa, etc).
- Preparar un lugar donde pueda colocar los objetos con los que se distrae y que posteriormente pueda coger
- Dar instrucciones concretas y cortas sobre la tarea provocando contacto ocular y cercanía física.
- Permitir al/la niñ@ moverse cuando ha permanecido un tiempo razonable en su silla y consideramos que necesita moverse
- Dejar que encima de la mesa tenga solo el material necesario (ej el estuche puede utilizarlo para jugar)
- Tener en clase pasatiempos, juegos u otras actividades para l@s alumn@s que terminen antes y así motivar a l@s más lent@s
- Adaptar las tareas a su capacidad de atención y tolerancia, porque se cansan pronto con el trabajo intelectual (plantear menos tareas o más cortas, no exigir copiar enunciados, reforzarlo/a cuando haya terminado una parte, etc.)
- Si se utiliza el reforzamiento con puntos, colocar el autorregistro en un lugar que le permita levantarse y moverse.
- Intentar reforzar toda la conducta positiva que el/la niñ@ realice.
- Ante los exámenes:
 - utiliza el pupitre aislado
 - Adecua el número de preguntas a su capacidad de concentración
 - Procura entregar las preguntas fotocopiadas.
 - utiliza estrategias para centrar su atención en la tarea (explica las preguntas, supervisa su ejecución, ayúdale a pensar y guiar su pensamiento, etc.
 - utiliza diferentes formas de evaluar (exámenes, preguntas orales, trabajos o actividades extras, etc.)

Mejorar la motivación hacia el trabajo

- Tutorías individualizadas cortas, para aclarar al/la niñ@ que se espera de él/ella, señales que se pueden pactar para mejorar su concentración, rendimiento y conducta, y comentar situaciones ocurridas.
- Reforzamientos con puntos o contratos sobre el trabajo que tiene que realizar y lo que puede conseguir (ej. Se puede plantear en cada trimestre)
- Explicar la materia de manera estructurada y dinámica, haciéndole preguntas, mirarle y acercarse a su sitio, acercar el tema a la vida, etc.
- Animar al uso de la agenda supervisarle y reforzarle por su uso
- Trabajar las técnicas de trabajo intelectual en clase (lugar de estudio, planificación, subrayado, resúmenes, preparación de exámenes, etc.)

Mejorar la conducta y la impulsividad

- Tutorías individualizadas y tutorías grupales para creación y valoración de normas (claras y concretas), comentar situaciones, etc.
- Supervisión constante sin que sea el centro de atención de la clase (pasar por su lado, mirarle, práctica positiva ante conductas inadecuadas, etc.)
- Elogiar las conductas positivas a través de premios o refuerzo social (conductas muy concretas y de forma sincera). El/la niñ@ puede llevar un autorregistro.
- Ignorar conductas concretas como ruiditos, etc., siempre que sea posible.
- Anticipar lo que pueden ser situaciones problemáticas (salidas, actividades imprevistas, etc.)
- utilizar el castigo solo para situaciones muy graves (ej desafíos constantes). Después siempre tutoría individual.
- Preparar en la clase pupitres aislados "lugares para trabajar tranquilo/a"
- Sentarle con un/a compañero/a que presente buen comportamiento
- Sí molesta continuamente utilizar tiempo fuera (ej. preparar un lugar en el que se pueda sentar solo/a y darle una consigna "únete a tu compañero cuando creas que podrás trabajar en silencio")

Mejorar la autoestima y la integración

- Tutorías grupales para trabajar el conocimiento de l@s alumn@s, el trabajo cooperativo, actividades que fomenten la integración social y el compañerismo, técnicas de solución de conflictos, entrenamiento en habilidades sociales, etc.
- Darle responsabilidades en clase (repartir material, hacer recados, ordenar la clase, etc.)
- Modificar el lenguaje para evitar los "NO", las acusaciones, ridiculizaciones y faltas de respeto.
- Reforzar continuamente los esfuerzos que realiza por superar sus dificultades.
- Crear situaciones de confianza con el/la alumn@, mejorando la comunicación.

Ayudar en las dificultades de aprendizaje

Dificultades en la lectura

- Dedicar un tiempo a la lectura de fichas con palabras, frases y pequeños textos
- Entrenar al/la niñ@ a encontrar las palabras importantes de los textos y que ayudan a comprenderlo.
- Utilizar textos motivantes para practicar la lectura individual o grupal
- Utilizar el cartón señalador para no perder la lectura.
- Practicar en clase técnicas de lectura rápida.

Dificultades en la escritura

- Realizar caligrafías sobre los errores y dictados
- Realizar actividades de deletreo
- Plantear crucigramas y otros juegos de palabras.
- Diseñar actividades con el diccionario.
- Trabajar con las palabras con las que suele cometer faltas.

Dificultades en las matemáticas

- Entrenamiento en autoinstrucciones para enfrentarse a las actividades
- Estrategias de solución de los problemas (subrayar los datos, redondear la palabra clave, identificar la operación)
- Enseñar estrategias para identificar la operación (sumar-poner, restar-quitar, multiplicar-poner muchas veces y dividir-repartir)
- utilizar elementos manipulables para comprender mejor los contenidos
- Al practicar las operaciones no plantear muchas al mismo tiempo (combinar el tipo de actividades).



Bibliografía de apoyo

- Guía práctica para educadores. El alumno con TDAH. Fundación ADANA (se puede descargar de www.f-adana.org)
- Orjales, Isabel y Polaina Lorente, Aquilino. Programas de intervención cognitivo-conductural para niños con déficit de atención con hiperactividad. Editorial CEPE
- Orjales, Isabel. Déficit de atención con hiperactividad. Manual para padres y educadores. Editorial CEPE



ACODAH

Asociación Córdobesa del Déficit de
Atención e Hiperactividad

**Avda. de la Alameda, 1 escalera 2, 3º- 4
Córdoba**

<http://personales.ya.com/acodah/>

E-mail: acodah@gmail.com

**ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN
EL AULA PARA ALUMN@S CON TDAH**

Coordinación: Carmen Palma Contreras