



Guía de Actuación en la Escuela ante el Alumno con TDAH

ÍNDICE

Introducción **5**

¿Qué es el TDAH?	7
Diagnóstico y tratamientos	8
El alumno con TDAH	10
¿Cómo identificarlo?	
Dificultades en el aprendizaje	
Trastornos añadidos	
Consideraciones generales	

Alumnos de Primaria **17**

Déficit de Atención	17
Síntomas	
Pautas para mejorar la atención	
Ejercicios prácticos	
Hiperactividad	21
Síntomas	
Pautas para controlar la Hiperactividad	
Ejercicios prácticos	
Impulsividad	24
Síntomas	
Pautas para controlar la Impulsividad	
Ejercicios prácticos	

Alumnos de Secundaria **29**

Déficit de Atención y Problemas en el Aprendizaje	30
Síntomas	
Pautas para combatir problemas en el aprendizaje	
Ejercicios prácticos	
Hiperactividad e Impulsividad	34
Síntomas	
Pautas para combatir la Hiperactividad y la Impulsividad	
Ejercicios prácticos	

Evaluación **37**

INTRODU



ceciÓN

Esta guía práctica pretende ampliar el conocimiento del profesorado sobre el Trastorno de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH) para que pueda comprender el trastorno y actuar convenientemente. Ser consciente de la enfermedad y de lo que conlleva es un primer paso para que el profesor sea capaz de identificar al alumno con TDAH y facilitarle las herramientas adecuadas para ayudarle a desarrollar sus habilidades académicas de forma óptima.

TDAH no es un retraso mental ni falta de inteligencia. Esta idea falsa ha surgido porque las dificultades de atención pueden incidir negativamente en el rendimiento académico.

Personas con cualquier nivel de cociente intelectual pueden tener este trastorno. Los niños con TDAH experimentan muchas dificultades para concentrarse y prestar atención, por lo que no terminan sus actividades correctamente. Esto hace que su rendimiento en clase sea menor de lo esperado con respecto a su capacidad intelectual.

Por otra parte, los comportamientos impulsivos del niño con TDAH no son malintencionados, sino que se derivan de los síntomas del trastorno y de su dificultad para retener lo aprendido y aplicar los conocimientos, incluyendo las normas de conducta.

El fracaso escolar -que puede acentuar la falta de integración de estos niños o incidir negativamente en su autoestima- es uno de los factores que empeoran el pronóstico del TDAH. Por ello, es de gran importancia que el profesor realice al niño una valoración pedagógica que determine sus necesidades académicas. Ésta le permitirá establecer un plan de intervención escolar personalizado, en el caso de ser necesario, que podrá implicar la adaptación no significativa de alguno de los elementos del currículo, como se recoge en esta Guía.

De esta manera, el profesor podrá adaptar las actividades educativas del alumno con el fin de facilitar que el trastorno evolucione favorablemente y el niño pueda desarrollar plenamente sus capacidades en el ámbito escolar. En ocasiones no será necesario realizar adaptación curricular alguna, siendo suficiente con modificar las estrategias de acercamiento al estudiante por parte de los profesores.

Además de esta posible adaptación curricular, es imprescindible la colaboración entre el profesorado y los padres a lo largo de todo el curso escolar, intercambiando información y experiencias, con el fin de controlar y realizar un seguimiento completo del niño con TDAH. Este trabajo en equipo resulta fundamental para aliviar los síntomas del trastorno del niño, apoyándole en su desempeño académico y social.

Por tanto, una adecuada información sobre el TDAH y su manejo favorecerá que, tanto los profesores como los padres y cuidadores, perciban la enfermedad de una manera objetiva y equilibrada que les permita afrontar la enfermedad del alumno con TDAH con una actitud apropiada y contribuir así a mejorar su pronóstico y evolución.



¿Qué es el TDAH?

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es el trastorno psiquiátrico más frecuente en la infancia y afecta al 5% de la población en edad escolar. Esto supone uno o dos niños por aula.

Este trastorno neurobiológico está provocado por un desequilibrio existente entre dos neurotransmisores cerebrales: la noradrenalina y la dopamina, que afectan directamente a las áreas del cerebro responsables del autocontrol y de la inhibición del comportamiento inadecuado. Esto provoca en los niños que lo padecen un nivel inapropiado de inatención, hiperactividad e impulsividad, que es incoherente con su nivel de desarrollo.

El TDAH provoca en el niño las siguientes alteraciones en su conducta:

- Hiperactividad: manifiesta un mayor nivel de actividad, dada

su edad, con dificultades para mantenerse quieto.

- Impulsividad: presenta dificultades para controlar sus respuestas, conductas y emociones.
- Inatención: tiene problemas para concentrarse y prestar atención a una misma tarea durante un periodo de tiempo.

Dependiendo de cuál de esos síntomas predomine en el niño con TDAH, se establecen tres subtipos del trastorno: Hiperactivo-impulsivo, Inatento o Combinado.

Muchas de estas conductas son habituales en la mayoría de los niños, por eso a la hora de identificar a un niño con TDAH se ha de tener en cuenta la cantidad e intensidad de los síntomas, así como su permanencia en el tiempo (más de 6 meses) y en diferentes situaciones y contextos sociales (casa, colegio, etc.)

Diagnóstico y tratamientos

En un primer momento suelen ser los padres o los profesores quienes perciben anomalías en el comportamiento del niño, pero el diagnóstico debe de ser formulado por profesionales médicos expertos en TDAH. El neuropediatra, el psiquiatra infantil, el psiquiatra y el neurólogo son los especialistas más capacitados para hacerlo.

El diagnóstico del TDAH se realiza en base a la clínica médica, puesto que aún no hay pruebas de laboratorio capaces de determinarlo. Los Criterios del Manual Estadístico y de Diagnóstico DSM-IV-TR y las descripciones clínicas y pautas para el diagnóstico de la Clasificación Internacional de las Enfermedades de la Organización Mundial de la Salud (CIE-10) son los procedimientos más utilizados internacionalmente.

Para una detección eficaz, el profesional sanitario deberá recabar el máximo de información posible sobre la situación del niño. Para ello, efectuará entrevistas y cuestionarios a los padres, profesores y al propio niño. Asimismo, realizará una serie de análisis clínicos que le permitirán descartar otros posibles problemas:

- Análisis psicológico del niño que indique sus capacidades y limitaciones.
- Análisis médico, incluyendo pruebas físicas, para dictaminar que los síntomas no corresponden a otro tipo de enfermedad.
- Análisis psicopedagógico, que indique la existencia de riesgo de fracaso escolar.

Una vez diagnosticado el trastorno, el médico procederá a realizar una evaluación para determinar la gravedad de los síntomas y el grado de deterioro del paciente. De esta manera podrá evaluar más adelante la mejoría con el tratamiento que se decida.

La terapia que ha demostrado ser más eficaz para tratar íntegramente los síntomas nucleares del TDAH es el tratamiento multimodal. Esto conlleva la inclusión de padres, profesores, médicos y psicólogos en todos los niveles de la terapia.

Por tanto, se coordinan a un mismo tiempo tratamiento farmacológico, psicológico y psicopedagógico. Este programa multidisciplinar se adaptará a las características individuales del niño en base a su edad y sexo, así como a su entorno familiar y social.

El tratamiento farmacológico ayuda a compensar la producción irregular de los neurotransmisores dopamina y noradrenalina dañados, actuando directamente sobre ellos

y aliviando los síntomas del trastorno. Estos fármacos pueden ser estimulantes o no estimulantes y siempre será un médico quién determine la opción más adecuada para cada niño.

El tratamiento psicológico involucra tanto al niño con TDAH como a sus padres. De ahí que se desarrolle una terapia familiar e individual que ayude a paliar el estrés derivado del TDAH en el hogar; una psicoterapia conductual al niño para facilitarle su autocontrol y mejorar su autoestima y habilidades sociales; así como un entrenamiento a los padres que les capacite para controlar las conductas del niño y apoyarle en su desarrollo social, emocional y escolar.

En cuanto al tratamiento psicopedagógico, implica la colaboración conjunta de los padres y el profesorado, así como la puesta en práctica en el aula de programas conductuales y de aprendizaje diseñados especialmente para niños con TDAH.

El alumno con TDAH

¿Cómo identificarlo?

Dado que los comportamientos derivados de los síntomas del TDAH suelen ser similares a los de un niño sin el trastorno, hay que tener en cuenta que éstos alcanzan un nivel y una frecuencia fuera de lo normal.

Hay que descartar cualquier otro problema conductual o psicológico del alumno que pueda confundirse con TDAH. Así, antes de dar la voz de alarma a los padres y evitar errores en el diagnóstico, el profesor deberá consultar al psicopedagogo del centro sobre los síntomas, así como confirmar con los padres del niño que sus alteraciones conductuales se reiteran en casa.

La intervención del profesor es de gran ayuda para detectar un posible alumno con TDAH, debido al elevado número de horas que pasa con los alumnos y a las diferentes actividades que desarrolla con ellos. Junto con el psicopedagogo puede que le sea preciso recomendar a los padres que consulten a un médico o psicólogo que evalúe al niño e inicie así el proceso adecuado para lograr un diagnóstico preciso y definitivo del TDAH.

Por ello, es de vital importancia que el profesorado conozca los síntomas del trastorno y sea consciente de las consecuencias que el TDAH provoca en su alumno, de manera que tenga la capacidad de ayudarlo, implementando una serie de acciones adecuadas a sus necesidades.

Los alumnos con TDAH suelen ser niños mucho más inquietos, impulsivos y distraídos que el resto de sus compañeros. Sus síntomas hacen que les sea extremadamente difícil quedarse quietos en clase, terminar sus tareas correctamente y a tiempo o no molestar a sus compañeros.

Algunos ejemplos de estas manifestaciones pueden ser:

Inquietud

Casi siempre están en constante movimiento, como impulsados por un “motor”, retorciéndose en su asiento y moviendo excesivamente las manos y los pies; hablan en exceso, corren o saltan en situaciones inadecuadas, les resulta difícil jugar tranquilamente, entorpecen los asuntos de los demás, tocan cosas que no deben, etc.

Impulsividad

Hacen lo primero que se les ocurre; responden sin pensar, dicen comentarios inapropiados y sólo ven las consecuencias de sus actos cuando es demasiado tarde y ya han hecho o dicho algo fuera de lugar; sin embargo no aprenden y vuelven a reaccionar de forma irreflexiva; molestan en clase y a sus compañeros, por lo que no se les aceptan.

Distracción

Tienen grandes dificultades de concentración y se distraen fácilmente con cualquier estímulo que se cruza en su camino, dejando las cosas a medias; no escuchan lo que se les dice o parecen que están con la mente en otro lugar, se aburren fácilmente; pierden el hilo de la lectura y tienen poca habilidad para el estudio.

Dificultades en el aprendizaje

Los síntomas derivados del TDAH dificultan el aprendizaje del niño que los padece, ya que influyen directamente en la atención y hace que su cerebro estructure los contenidos asimilados de manera diferente.

Esto implica que el alumno con TDAH tenga problemas en diferentes tareas, como leer, escribir, memorizar, recordar, escuchar, hablar, deletrear, razonar, organizar la información y aprender las distintas materias, por lo que se ven perjudicados los siguientes procesos de aprendizaje:

- Los adquiridos por textos.
- Los adquiridos por explicaciones orales y escritas.
- Los que requieren solución de problemas matemáticos.
- Los que requieren de una comprensión de las relaciones entre ideas.



Trastornos añadidos

El TDAH, además de afectar al desarrollo social, emocional y académico de los niños que lo padecen, suele presentarse con otros trastornos asociados. Éstos pueden darse cuando no se ha tratado el TDAH correctamente durante un largo periodo de tiempo, pero también pueden surgir por otras razones que no están relacionadas con la enfermedad.

Por tanto, es fundamental distinguirlos a la hora de realizar un diagnóstico preciso. Algunos de ellos son:

Trastorno negativista desafiante

Es el más frecuente en niños con TDAH en edad escolar y lleva al niño a mostrarse hostil y desafiante, presentando conductas de oposición haciendo lo contrario de lo que se le ordena. Esto le ocasiona enfados y riñas con adultos y hace que se sienta más sensible a los comentarios de los demás.

Trastorno de conducta

Suele presentarse principalmente en la adolescencia. Al tener tantos problemas en el colegio y con los padres, el niño termina por desafiar de forma persistente todas las normas sociales y se saltan los derechos de los demás. Con frecuencia, faltan a clase y se escapan de casa.

Ansiedad por separación

Es una causa frecuente de rechazo y fracaso escolar. El niño tiene mucho miedo de separarse de los padres, lo que conlleva que en el colegio esté distraído y manifieste síntomas físicos como dolores de cabeza o de estómago, aunque la causa de éstos sea psicológica.

Trastornos del ánimo

Sus características principales son alteraciones en el estado de ánimo; el niño se muestra triste, deprimido, irritable o eufórico. También hay alteraciones en sus pensamientos (con ideas de culpa, inutilidad, etc.) o físicas (en el sueño, el apetito, etc.).

Consideraciones generales a tener en cuenta

El profesor, junto con los padres, es una pieza clave a la hora de encauzar el comportamiento del alumno con TDAH y minimizar los efectos de sus síntomas con el fin de mejorar su aprendizaje, sus habilidades sociales y su autoestima.

Para ello, el profesor puede poner en práctica unas medidas relativamente sencillas, pero muy efectivas que, en términos generales, son:

- La tolerancia, la paciencia y la autoridad son fundamentales en un profesor que tiene alumnos con TDAH.
- Cuando hay que hablar con ellos, lo mejor es hacerlo en privado, para no avergonzarle frente al resto de la clase.
- Hay que valorar el nivel en el que se encuentra el alumno en las distintas materias, identificando sus debilidades y fortalezas.
- Es apropiado que el aula donde esté el niño con TDAH tenga un número reducido de alumnos y un ambiente positivo de trabajo.
- Las normas deben de ser claras, con un clima de orden y compañerismo.
- Es conveniente que se ubique en la primera fila, rodeado de alumnos tranquilos. A ser posible, alejado de ventanas y puertas para evitar la distracción.
- Sobre el pupitre sólo debe de tener lo que es necesario en cada momento, acostumbRANDOLE a que guarde lo que ya no vaya a utilizar.
- Las órdenes e instrucciones en el aula deben ser cortas y directas, con refuerzos positivos.

- Es conveniente adaptar contenidos, tareas y exámenes, haciéndolos más breves o, incluso, de forma oral si se considera necesario. Con la finalidad de evitar la distracción, es mejor limitar el formato a una o dos preguntas por página.
- En algunos centros, es posible que exista un psicopedagogo para afrontar situaciones extremas.

El niño con TDAH puede tener un correcto desarrollo escolar si se aplican las intervenciones adecuadas en el aula sin perjuicio para el resto de los alumnos. Esto no significa bajar el nivel de exigencia del alumno con TDAH, sino implantar unas técnicas de modificación conductual y de intervención en el aula adaptadas a sus necesidades específicas. De esta manera, se le podrá ayudar a combatir sus síntomas y las conductas que se derivan de ellos, evitando que cometa erro-

res por descuido, a terminar sus tareas adecuadamente y a disminuir su mal comportamiento. Todo ello conllevará la mejora de su rendimiento académico y su integración con los compañeros, propiciando un buen ambiente general en el aula.

A continuación se indican unos consejos prácticos según el síntoma prevalente del niño con TDAH en función de su etapa escolar e incidiendo en los puntos a tratar en los que tiene problemas: evaluación, comportamiento, modificación de su conducta, motivación, etc.

ALUMNOS D



E PRIMARIA

Déficit de Atención

Síntomas

Los niños con TDAH en los que prima el Déficit de Atención presentan los siguientes síntomas:

- Incapacidad para mantener la atención en los detalles.
- Facilidad de distracción.
- Problemas para seguir las instrucciones que se le marcan.
- Errores en las tareas escolares provocados por descuido.
- No parece escuchar cuando se le dirige la palabra.
- Dificultades para la organización.
- Evita realizar tareas que precisan de un esfuerzo mental sostenido.
- Pérdida de objetos necesarios para sus actividades.

Pautas para mejorar la atención

Forma de dar órdenes

- Deben ser breves, claras y concisas.
- Mantener contacto visual con el alumno.
- Enseñar estrategias de autoinstrucciones mediante el habla interna, para que el alumno module su conducta a través del lenguaje. Para ello, los niños deberán memorizar de forma gradual los siguientes mensajes e incorporarlos a su trabajo diario:
 - Escucho y pongo atención a lo que tengo que hacer.
 - Cuando leo, me fijo mucho.
 - Pienso lo que tengo que hacer. Marco un plan.
 - Hago el ejercicio con cuidado. Puedo hacerlo bien.
 - Repaso con atención y corrijo lo que esté equivocado.
 - Lo conseguí. Soy bueno en esto.

Motivación

- Hacer las actividades más divertidas, rompiendo con la monotonía.
- Reafirmar y premiar conductas adecuadas.
- Transmitirle el concepto de “ganar doble”: terminar una tarea ya es ganar, pero además, se le recompensará por haber tenido la conducta adecuada.
- Hacerle comentarios a menudo sobre lo que está haciendo (“así vas muy bien”, “estás teniendo un error”, etc.). Es conveniente elogiar al niño cuando está concentrado. Para ello, se puede seguir la técnica de la alabanza, que consiste en valorar al alumno aquello que ha hecho bien, de forma descriptiva, sincera y positiva.
- Fomentar los premios, en lugar de los castigos. Éstos hay que limitarlos a cuando sea necesario y sólo funcionan si son muy inmediatos.
- Es primordial prestar atención al alumno cuando realice algo positivo y reforzar sus acciones con el contacto físico (abrazos, tocar el hombro, chocar la mano...).

Control de estímulos

- Sentar al alumno cerca del profesor y acordar con él una señal que evite su distracción.
- Disminuir al máximo los estímulos irrelevantes que haya en el aula, así como en su pupitre, y que puedan distraerle. Al menos, apartarlos de su campo de visión.
- Transmitir la información de manera explícita. Para ello, se pueden utilizar elementos que sirvan como recordatorios (dibujos, fichas, notas, etc.).
- Es necesario enseñarles técnicas para organizar el tiempo. Para que tengan constancia del mismo, hay que materializarlo en objetos, como relojes, cronómetros, relojes de arena, etc.

Se pueden desarrollar las siguientes actividades:

- Elaborar un horario con el alumno y pegarlo en su escritorio.
- Colocar un reloj de cartón, que señale la hora en la que termina la jornada escolar. Completarlo con un cartel adjunto en el que aparezca esa misma hora con palabras y números.
- Utilizar un reloj que suene regularmente.



Supervisión de tareas

- Crear rutinas para todo el aula y estructurar el funcionamiento de las clases.
- Incluir en la rutina cinco minutos diarios para la organización del material.
- Avisar con tiempo de los cambios en las rutinas.
- Mostrar paso a paso lo que hay que hacer en cada tarea.
- Establecer compañeros de supervisión y estudio que ayuden al alumno, de tal modo que la dedicación del profesor disminuya.
- Describir detalladamente en la pizarra las tareas a realizar. No limitarse a nombrarlas.
- Dar algún tipo de responsabilidad al alumno en la organización de la clase, como puede ser mantener limpia la pizarra.

División de las actividades

- Fraccionar las tareas en pequeños pasos, para que el alumno asimile mejor los conocimientos y evitar que se aburra.
- Planificar el trabajo y los descansos.
- Enseñar al niño cómo debe de organizarse él mismo.
- Explicarle las ventajas que obtendrá en el futuro con la realización de las tareas.



(Ejercicios prácticos. Primaria 1, 2 y 3).

Hiperactividad

Síntomas

Cuando el síntoma predominante es la hiperactividad, los alumnos presentan estas actitudes:

- Incapacidad para permanecer sentado.
- Cambia de postura, mueve las manos frecuentemente y hace bastante ruido.
- Corre o salta en exceso cuando no debe de hacerlo.
- Habla demasiado, interrumpe a los demás y no espera su turno.
- Actúa sin pensar.

Pautas para controlar la Hiperactividad

Fomentar la actividad controlada

- Programar al alumno pequeñas tareas o responsabilidades de ayuda al profesor, para eliminar la tensión y energía acumuladas por permanecer quieto. Además, se refuerza su autoestima al sentirse útil para la clase.
- Acordar que se levante hasta la mesa del profesor para mostrarle los deberes. De este modo, mientras el resto de compañeros permanece quieto en su pupitre, el alumno con Hiperactividad se habrá desplazado en varias ocasiones.

Controlar los estímulos

- Reducir la cantidad de tarea y establecer períodos de descanso.
- Desempeñar las tareas que impliquen un esfuerzo mental después de periodos de esfuerzo físico, para que el cansancio favorezca a su concentración.
- Materializar el tiempo con relojes, cronómetros u otras herramientas similares para que tengan conciencia del mismo.
- Permitir el murmullo y el movimiento en el aula, encargándole tareas que le permitan levantarse cada cierto tiempo (limpiar la pizarra).

Afrontar situaciones generales de manera óptima:

- No hacer caso cuando el alumno realice movimientos incontrolados o establecer algún tipo de señal con él de modo amigable para que corrija su actitud sin necesidad de regañarle. Un ejemplo podría ser guiñarle un ojo.
- Evitar que los compañeros imiten o animen al alumno con TDAH a realizar esos movimientos.
- Realizar un refuerzo positivo ante las acciones correctas que lleve a cabo el alumno.



Quando el alumno tiene problemas para permanecer en la silla:

1. Hablar con el niño para que explique por qué no puede estar sentado en su silla. Es posible que el tamaño no sea apropiado para él y haya que cambiarla por otra o, incluso, quizás sea mejor permitirle que le dé la vuelta para que se siente a horcajadas.
2. Permitirle una cierta movilidad en el aula. Una buena opción puede ser delimitar un área con cinta adhesiva e indicarle que puede caminar dentro de ella cuando quiera.
3. Acordar con él un refuerzo positivo a cambio de quedarse sentado durante un periodo de tiempo. Si no lo cumple, se le retiraría temporalmente el privilegio de poder hacerlo. De este modo, tendría que desarrollar sus tareas de pie.
4. Ser tolerante y dejar pasar algunas de sus actitudes, dado que es habitual que los niños hiperactivos no puedan estar sentados por razones físicas.

(Ejercicios prácticos. Primaria 4 y 5).

Impulsividad

Síntomas

Los alumnos con TDAH en los que predomina la impulsividad suelen tener estos síntomas:

- Dificultad para controlar las acciones.
- No miden las consecuencias y se saltan las normas.
- Tienen problemas para respetar los turnos.
- Les cuesta trabajo seguir instrucciones y realizar tareas en las que tengan que aplicar estrategias de análisis de estímulos y buscar la alternativa correcta.
- Dejan un trabajo sin terminar y pasan a otro.



Pautas para controlar la impulsividad

Establecer las reglas

- Deben definirse claramente las normas generales del aula y explicar las consecuencias de su incumplimiento.
- Tienen que estar expuestas a la vista de todos y que se recuerden a menudo.
- Desarrollar normas personalizadas para el alumno con TDAH y hacer que antes de cada situación repita en voz alta las que correspondan hasta que sean un hábito para él.

Segmentar las actividades

- Dividir los trabajos favorece a la asimilación de contenidos, así como a la organización para ir realizando las tareas. Se complementa con el uso de las autoinstrucciones para dirigir la conducta.
- Fragmentarles el futuro, indicándoles lo que llegará tras realizar cada tarea.

Recompensar las acciones correctas

- El refuerzo positivo es una táctica de elevada eficacia para el control de la conducta.
- Para que sea efectiva, hay que limitar esa recompensa a conductas determinadas.

- Las recompensas sociales suelen ser más apropiadas que las materiales y tienen mayor efectividad.
- Establecer un sistema de puntos para premiar al niño con TDAH cada vez que adopte una actitud correcta o consiga un objetivo marcado. Se puede establecer un sistema similar para todo el aula.
- Ignorar las actitudes inapropiadas (extinción de la atención) y, en el caso de que sean muy molestas, utilizar, sin abusar, el “tiempo aparte”. Consiste en aislar al alumno durante un tiempo determinado en un lugar sin estímulos y, una vez pasado ese tiempo, retomar la actividad sin hacer mención a lo ocurrido.

Cuando el alumno ve que se le valora una determinada actitud, tenderá a repetirla.

Es conveniente que se le indique al alumno que este tiempo es algo positivo para él.

El alumno se sentaría lejos del resto de la clase durante un tiempo determinado:

- Generalmente, se establece un minuto apartado, por cada año que tenga el niño. Por ejemplo, si tiene cinco años, permanecerá alejado cinco minutos.
- Si ese tiempo no es suficiente, un segundo paso suele ser mandar

al alumno a que se siente fuera del aula. Regresará cuando él mismo considere que está en condiciones de hacerlo.

- En caso de que los problemas persistan, el paso que sigue es enviar al alumno a otra aula para que pase un tiempo lejos. Es apropiado asociarse con otro profesor, a cuya clase se pueda ir a realizar otra tarea.

Una estrategia adecuada para que el alumno corrija su actitud es establecer una “silla para pensar” durante un pequeño periodo de tiempo, destinado a la reflexión sobre una actitud concreta.



Fomentar la reflexión

- Pensar en voz alta puede ayudar al alumno a generar un lenguaje interno que controle su conducta.
- Acostumbrarle a que cada vez que vaya a realizar alguna tarea siga el siguiente esquema: Pensar, Decir en voz alta y Hacer la actividad.

Pasos a seguir si el alumno está fuera de control:

- Llevar al niño fuera del aula.
- Intentar que se tranquilice.
- Aplicar un protocolo de intervención individualizado que habrá sido acordado previamente con el psicopedagogo o el orientador del centro.



(Ejercicios prácticos. Primaria 6 y 7).

ALUMNOS



DE SE

CUNDAARIA

En general, los jóvenes que se encuentran en la adolescencia necesitan de un guía que les oriente y dé seguridad para su desarrollo personal y profesional. Un papel que adquiere mayor importancia aún en los adolescentes con TDAH.

Los síntomas que presentan los alumnos de Secundaria con esta patología son iguales a los descri-

tos en niños de Primaria. Asimismo, las pautas para controlarlos, son también similares, aunque hay que adaptarlas a la edad y capacidad de los jóvenes en cuestión.

A pesar de ello, en este capítulo se desarrollan pautas concretas para trabajar con alumnos de Secundaria con TDAH, aunque puede recurrirse también a las anteriormente descritas.

Déficit de Atención y Problemas en el Aprendizaje

Síntomas

A menudo, los adolescentes con TDAH suelen tener problemas en el aprendizaje, lo que les lleva a una constante frustración. Esto se debe a que, aunque son inteligentes, se ven incapaces de demostrarlo, bien por conflictos a la hora de asimilar conocimientos, como por dificultades a la hora de transmitirlos. Los síntomas que presentan los jóvenes con este trastorno son los siguientes:

- Siente apatía por el colegio o instituto.
- Se aburre durante las clases.
- Debido a que no es capaz de mantener la atención, suele no entender las explicaciones del profesor.
- A pesar de que es inteligente, sus calificaciones son bajas.
- Tiene problemas de concentración durante el estudio, lo que impide la asimilación de conocimientos.
- Deja la realización de las tareas para el último momento.
- Es posible que en algunas materias obtenga buenos resultados, mientras que en otras fracase. Esto puede deberse al interés que tenga en la asignatura y en la forma de impartir clase del profesor.

Estas dificultades generales suelen tener consecuencias concretas en el aprendizaje, en áreas como la lectura, las matemáticas, la escritura, el procesamiento del pensamiento, la memoria visual, la auditiva, las relaciones espacio-temporales, la coordinación visomotora, el orden y la pulcritud.

Pautas para combatir los problemas de aprendizaje

Cómo impartir las clases:

- Ofrecer un alto grado de motivación, participación y refuerzo multisensorial.
- Evitar la abundancia de explicación verbal y el dictado del material.
- Las lecciones deben de ser dinámicas y estructuradas para motivar el aprendizaje. Las rutinas ayudan a una mejor organización.
- Explicar con detalle los procesos sobre cómo hacer las cosas.
- Enseñar técnicas de estudio, con aplicación práctica en el aula.
- Fomentar el trabajo cooperativo entre alumnos para ayudar en la dedicación continua a una misma tarea.
- Dividir el trabajo en pequeñas cantidades para ayudar al cumplimiento de cada una de las tareas.
- Tratar de empatizar con el alumno a través de una actitud de autoridad, apoyo y confianza, para que se sienta apoyado en el proceso del aprendizaje.

Para lograr que el alumno aprenda a aprender:

- Actuar como mediador entre el joven y las estrategias y habilidades para aprender, asimilar y dominar contenidos.
- Aplicar una enseñanza para todos, de tal modo que se responda a las necesidades de los diferentes alumnos, asegurando el éxito académico. Para ello, hay que cambiar el concepto de decirle al estudiante lo que ha hecho mal, por el de enseñar a cómo hacerlo bien. Asimismo, hay que:
 - Conocer las debilidades y fortalezas de cada alumno.
 - Transmitir conocimiento vinculado a la asociación y la vivencia.
 - Favorecer el análisis de la información.
 - Motivar la realización de ejercicios prácticos.
- Mantener una comunicación fluida con los padres para informarles de cómo pueden ayudar para fortalecer el aprendizaje de sus hijos.

Motivar al alumno para que trabaje:

- Ofrecer algún tipo de incentivo que ayude al alumno a interesarse por conseguir alguna meta.
- Fomentar la persistencia como una vía para obtener el éxito.
- La motivación depende en gran parte de las posibilidades reales de conseguir lo propuesto. Por el contrario, la desmotivación es fruto de una elevada dificultad.
- A través de las tareas, los alumnos buscan satisfacer una serie de necesidades, que hay que ayudarles a conseguir:
 - Independencia, mediante la toma de sus propias decisiones.
 - Capacidad de resolución, tras comprobar que pueden hacer las cosas por si mismos de manera satisfactoria.
 - Sentido de pertenencia, formando parte de algo más grande.
 - Estimulación, a través de encontrar placer con lo que se hace.

Adecuación curricular:

- Es necesario adaptar el programa educativo a las necesidades particulares de cada alumno, con el fin de evitar el fracaso. El profesor está plenamente cualificado para hacerlo, solicitando la ayuda del orientador en caso de considerarlo necesario, ya que no supone una disminución del nivel de exigencia, sino una adaptación en la forma de transmitir y adquirir conocimientos, así como en los procedimientos para su evaluación.
- Antes de realizar las adecuaciones, hay que tener en cuenta varios puntos:



Respecto al alumno:

- Analizar sus debilidades y fortalezas en materia de estudio.
- Identificar sus necesidades.
- Marcar claramente el objetivo de la enseñanza.
- En base a ello, realizar una adecuación concreta y adaptada a las características de cada estudiante que lo necesite.

Respecto al resto del grupo:

- Explicar en qué consiste una adecuación curricular.
- Fomentar el respeto a las diferencias de cada uno de los miembros.
- No etiquetar a nadie como “diferente” o “especial”, y fomentar que el resto del grupo tampoco lo haga.
- Dejar claro que adecuación curricular no significa disminuir el nivel de exigencia.

- De forma paralela, el profesor debe de enseñar al alumno formas de compensar sus debilidades, de tal modo que poco a poco vaya superándolas. En cualquier ca-

so, hay que tener en cuenta que los problemas de atención y aprendizaje no se curan con la madurez, y la necesidad siempre estará ahí aunque pase el tiempo.

Hiperactividad e Impulsividad

Síntomas

Las actitudes propias de la adolescencia, que aparecen por tratarse de una etapa de desarrollo, se ven agravadas cuando el joven padece TDAH con predominio de Impulsividad o Hiperactividad. Por ello, antes de tomar medidas, hay que determinar las causas de esos comportamientos.

Los síntomas son los siguientes:

- Conducta rebelde ante el intento de terceros de controlar sus emociones y comportamiento.
- Continuo enfrentamiento con la autoridad.
- Rechazo al colegio dado que no encuentra relación entre el mundo real y lo que le ofrecen en las aulas.

Pautas para combatir la Hiperactividad e Impulsividad

Prevenir la aparición de conflictos:

- Crear un ambiente en el que se fomente la comunicación.
- Establecer las reglas de una forma clara y precisa.
- Tener previstos patrones de actuación para afrontar situaciones de enfado, frustración o, incluso, agresión.
- Mantener una actitud hacia el alumno que favorezca la confianza.

Ejercer la disciplina:

- Adoptar una actitud firme a la hora de hacer que se cumpla la norma. Esta actitud se caracteriza por la claridad, pero siempre de forma respetuosa, abierta y afectiva.
- Evitar actitudes permisivas (falta de firmeza y constancia) y dominantes (promueven la hostilidad y el ambiente negativo), que son menos efectivas. El respeto entre ambas es fundamental en las relaciones dentro y fuera del aula.

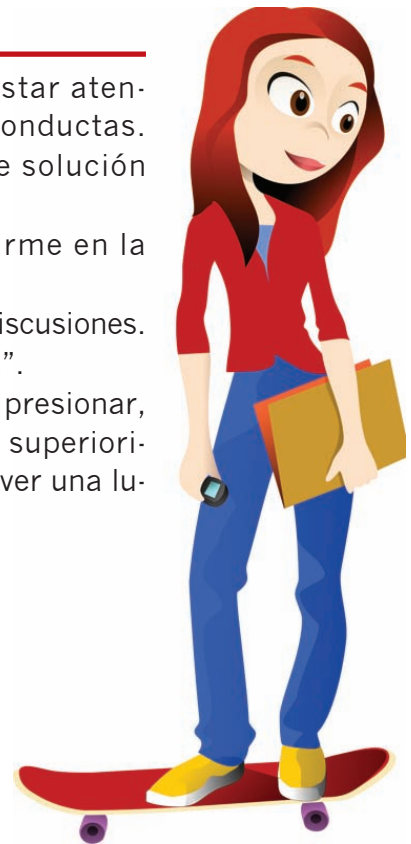
- Adoptar una comunicación positiva, en la que se escuche al adolescente, sin enjuiciar, ni criticar, primando siempre la comprensión, la confianza y la empatía.
- Utilizar la negociación para la resolución de conflictos. El profesor debe identificar el origen del problema y plantear posibles formas de solucionarlo, haciendo partícipe al alumno para que asuma su responsabilidad.
- Cambiar castigos por consecuencias lógicas. Es decir, cuando un alumno lleve a cabo una conducta inadecuada, en lugar de amonestarlo, se le aplicará una consecuencia lógica de la misma. Por ejemplo, si habla en clase con un compañero, se le separará de él para evitar que continúe haciéndolo.
- Utilizar el costo de respuesta para disminuir comportamientos inapropiados. Consiste en que el joven tiene que pagar con un privilegio como consecuencia de no cumplir lo establecido. Para ello, el

alumno debe de saber previamente qué comportamientos son los que derivan en esta medida.

El tiempo que dure la supresión de privilegios no debe ser muy extenso, ya que puede convertirse en un castigo para el alumno.

Cómo afrontar las conductas desafiantes:

- Es conveniente no prestar atención a determinadas conductas.
- Ofrecer alternativas de solución ante un problema.
- Mostrar una actitud firme en la toma de decisiones.
- Escuchar sin entrar en discusiones.
- Utilizar el “tiempo fuera”.
- No hay que sermonear, presionar, adoptar una actitud de superioridad, ni tampoco promover una lucha de poder.



EVALUA



CIÓN

El contexto escolar en el que se trabaja con los alumnos con TDAH es decisivo en el resultado de su evolución académica. Al tratarse de alumnos con un trastorno de origen neurobiológico, dependiendo de ese contexto, sus síntomas de inatención, hiperactividad e impulsividad se agravarán y se darán con mayor frecuencia e intensidad (lo que desembocará en una deficiente

evolución) o, por el contrario, se atenuarán, logrando así que el alumno evolucione satisfactoriamente.

Es imprescindible que el profesor tome las medidas de actuación precisas para establecer una evaluación personalizada, adaptada a las necesidades de todos los alumnos con TDAH con el fin de conseguir su éxito escolar.

A continuación se indican una serie de recomendaciones para determinar el sistema de evaluación correcto para estos alumnos:

Tipo de exámenes

- Reflexionar sobre cuál es el tipo de prueba (oral o escrita) y formato (de desarrollo, verdadero/falso, esquemas, frases para completar, etc.) más conveniente para el alumno con TDAH. Para ello, el tutor debe recopilar de todos los profesores que imparten clase al alumno los diferentes formatos de exámenes que utilicen para así establecer las pruebas más idóneas que facilitan al alumno demostrar sus habilidades y conocimientos adquiridos.
- Entregar los exámenes escritos al alumno, para evitar la lentitud de procedimientos, como la copia o el dictado.
- Permitir al alumno que presente problemas de escritura, hacer los exámenes de forma oral o mediante procesador de textos.



Calendario

- Coordinar el calendario de los exámenes, para evitar el sobre-esfuerzo de estos alumnos a la hora de su preparación y realización. Por ello, es conveniente realizar como máximo dos exámenes a la semana, aunque es preferible que sólo fuese uno. En todo caso, se debe procurar que nunca coincidan los dos el mismo día.
- Programar los exámenes al menos con una semana de antelación y entregar a los padres antes de las fechas de realización.
- Realizar los exámenes en las primeras horas de clase, para lograr el máximo rendimiento.

Antes del examen

- Aconsejarle el uso de marcadores de tiempo (cronómetros o recordatorios), para conseguir una adaptación a sus dificultades de la gestión del tiempo.

- Asegurarse de que tiene todo el material necesario para realizar la prueba de evaluación: folios, lápices, gomas, etc., y que tenga varios para que, si se caen al suelo, no pierda tiempo en buscarlos.

Durante el examen

- Cerciorarse de que el alumno ha entendido bien las preguntas que se le formulan en el examen, permitiéndole acercarse a la mesa del profesor si tiene alguna duda, tantas veces como sea necesario.
- Dejarle moverse en el asiento o ponerse de pie cuando lo precise, ya que su actividad motora no le permite estar todo el tiempo de la prueba en su asiento.
- Permitirle que haga el examen en una o dos sesiones, si se le observa muestras de cansancio mientras realiza la prueba escrita.

-
- Algunos alumnos con TDAH van muy lentos, mientras que otros se precipitan y, debido a su impulsividad, responden mal a las preguntas. Por ello, durante el examen se le debe dar el siguiente apoyo:
 - Guiarlo si no se concentra.
 - Asegurarse de que entienda las preguntas.
 - Comprobar que ha respondido a todas las preguntas.
 - Recordarle que repase sus respuestas antes de entregarlas.

Evaluación continua

Los exámenes continuos ayudan a los alumnos con TDAH a obtener una información que les permite mejorar en su proceso de aprendizaje, ponerse nuevas metas y poder exponer aquello que sa-

ben en todo momento. Esto conlleva un aumento de los buenos resultados, lo que a su vez hace que su motivación sea mayor, y por tanto, se sientan más exitosos. Asimismo, al sentirse mejor emocionalmente, están más dispuestos a dejarse modelar, por lo que se minimiza también el riesgo de que ocasionen problemas de conducta en el centro educativo.

Por tanto, el intercambio de información entre profesor y alumno con TDAH es fundamental para saber qué conocimientos ha interiorizado y cómo puede seguir progresando, por lo que se han de establecer las siguientes pautas de actuación:

- Encontrar sus mejores momentos de rendimiento para realizar la evaluación continua en las horas de clase de las diferentes materias.
- Las evaluaciones formales deben ser frecuentes y no deben contener mucha materia para evitar que realicen un esfuerzo excesivo para su preparación. Éste suele provocarles un cansancio y agotamiento que les impide rendir, les desanima y propicia que abandonen antes de empezar a estudiar, debido a su incapacidad para sostener la atención y concentración durante el tiempo necesario.



Si a pesar de la adopción de estas medidas y otras similares los alumnos fracasan y no se obtienen los resultados esperados, los tutores deberán coordinar actuaciones con todos los profesores para analizar la situación y plantearse cómo mejorar el aprendizaje previsto, tomando medidas de ajuste curricular y educativo que permitan mejorar el proceso educativo del alumno.

En definitiva, se trata de que la evaluación a los escolares afectados por TDAH sea personalizada, de manera que se les permita combatir el fracaso académico, mientras se respetan los principios pedagógicos de calidad, equidad y atención a la diversidad del alumnado, que son consustanciales a nuestro sistema educativo.

f.e.a.a.
f.e.a.a.



DAH

*Federación Española de Asociaciones
para la ayuda al Déficit de Atención e
Hiperactividad.*

C/ Reina Victoria, 14. Edificio Alicante
30203 Cartagena-Murcia
Tels.: 96 8528208 / 650 968834
e-mail: adahimurcia@hotmail.com

Si desea contactar con la asociación de su comunidad,
encontrará sus datos en nuestra página www.feadah.org