

EL ALUMNADO CON TDAH

Adaptaciones pedagógicas:

- ❖ Metodología
- ❖ Evaluación

CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO CON TDAH

El trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad se caracteriza por **tres síntomas** que provocan dificultades en el aprendizaje y en la adaptación familiar, escolar y social:

- ❖ la **inatención**, que se manifiesta en una significativa dificultad para
 - concentrarse en la tarea (atención sostenida),
 - centrarse en un estímulo, obviando los que no son relevantes (atención selectiva) y
 - atender a más de un estímulo al mismo tiempo (atención dividida).
- ❖ la **hiperactividad**, presentando una actividad motriz incesante e inadecuada,
- ❖ la **impulsividad**, con reducida capacidad de autocontrol.

Como consecuencia, es frecuente que los alumnos y alumnas con TDAH:

- ❖ Procesen lentamente la información.
- ❖ Tengan su propio ritmo de aprendizaje.
- ❖ Presenten dificultad para:
 - Organizar y planificar las tareas (deberes, estudio, etc.).
 - Recordar lo sucedido o lo aprendido y aplicarlo a diferentes situaciones.
 - Detectar y corregir los errores en el momento de ejecutar una tarea.
 - Aprender de los errores y de los aciertos.
 - Anticipar sucesos y consecuencias.
 - Consolidar los aprendizajes. ►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Basar el estilo educativo en una comunicación positiva que permita:

❖ Crear un clima de confianza:

- Respetando al discente: evitando actitudes agresivas y de desprecio.
- Manteniendo la palabra.
- Utilizando el mismo patrón comunicativo con todo el alumnado, sin hacer ningún tipo de distinción.
- Aceptando nuestras limitaciones: reconociendo errores, aceptando opiniones contrapuestas, etc.

❖ Escuchar activamente:

- Basando la comunicación en el diálogo.
- Orientándonos siempre hacia el discente, mirándole a la cara, etc.
- No interrumpiendo su discurso.
- Dando señales de interés y de comprensión hacia su mensaje.
- Demostrándole que el diálogo es la mejor forma de solucionar los conflictos, para ello, cuando actúe de forma indebida, antes de anunciarle la sanción, es importante escucharle, dejar que se explique. ►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Basar el estilo educativo en una comunicación positiva que permita:

- ❖ **Mantener una actitud de respeto hacia sus sentimientos mediante prácticas como:**
 - Felicitarle en público. Puede ser un medio de elevar su autoconcepto.**
 - Las correcciones, críticas, etc. procurar hacerlas en privado.**
 - Públicamente no debe hacerse alusión a su bajo rendimiento.**

- ❖ **Hacerle ver que tiene que cumplir las normas como el resto de sus iguales pero al mismo tiempo mostrarle afectividad e intentar mantenerse próximos. Que sepa que nos tiene a su disposición cuando nos necesite. ►**

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Unificar criterios de actuación entre los miembros del equipo docente

- ❖ **Procurar exponer todas las instrucciones de forma breve y clara.**
- ❖ **Adoptar actitudes comunes frente a las conductas disruptivas.** Es importante que las consecuencias que se deriven de ellas sean siempre las mismas con todo el profesorado. Las discrepancias facilitan las conductas manipuladoras del alumnado.
- ❖ **Reforzar positivamente la conducta adecuada** (usar incentivos) manteniendo continuos contactos visuales (con sonrisas, muestras de satisfacción, etc.) y físicos (caricias, etc.).
- ❖ **El trabajo colaborativo del equipo docente es la mejor herramienta de prevención de este tipo de problemática.** Y tendremos muchas más posibilidades de conseguir una evolución positiva si, además,
 - unificamos nuestros criterios con los de la familia y
 - nos coordinamos con otros profesionales que puedan estar ayudando al discente. ►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Unificar criterios de actuación entre los miembros del equipo docente

- ❖ Tener en cuenta que la **poca tolerancia**, la **excesiva presión** y un **ambiente rígido** que el sujeto sienta como hostil pueden generar en él **actitudes negativistas y desafiantes** y es muy probable que vea la situación como una **lucha de poder** entre él y los adultos.
- ❖ **Intentar elevar su motivación y autoestima** proponiéndole actividades que contribuyan a incrementar el autoconcepto como encargarle trabajos de responsabilidad que pueda realizar con éxito o permitirle, al finalizar su trabajo, la realización de tareas que sean de su interés. ►

Unificar criterios de actuación entre los miembros del equipo docente

❖ Dadas las dificultades que este alumnado tiene para una adecuada organización y planificación de las tareas se recomienda un intercambio fluido de información con la familia a través de:

☐ La agenda, que implicará:

- su revisión continuada asegurándose a diario de que apuntó todo y que se lleva el material necesario para el estudio y realización de las tareas.
- su utilización como instrumento de comunicación entre el centro e la familia. La información ha de incluir fundamentalmente los *aspectos positivos*.

☐ El correo electrónico, donde se incluirán los *aspectos negativos*.

❖ Pedirle que colabore en trabajos de aula.

El alumno con TDAH precisa un mínimo de actividad, y tareas como ir a buscar material, repartirlo al resto de la clase, etc., pueden ayudarlo a satisfacer, aunque solo sea en parte, esa necesidad de movimiento. ►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Enseñar habilidades sociales

❖ **Orientar al alumnado en la mejora de las relaciones interpersonales:**

- ❑ Ayudándole de forma constructiva a que sea más auto-observador de su conducta con preguntas como “te das cuenta de lo que hiciste?”, “no habría otra forma mejor de hacerlo?”, “cómo piensas que se sentirá el/la otro/a?”, etc.
- ❑ Utilizando incentivos a medida que sus relaciones van mejorando.

Los niños y niñas con déficit atencional:

- ❖ **Aprenden mejor cuando la información es presentada visualmente.**
- ❖ **Requieren contacto ocular.** De esta forma nos aseguramos de que posibles estímulos distractores no le impidan la recepción del mensaje.
- ❖ **Responden mejor a instrucciones claras y breves.** Y **no se debe hacer más de dos peticiones** a la vez.
- ❖ **En clase debe estar lejos de estímulos distractores**, como ventanas, etc.
- ❖ **En su mesa solo** deberá estar **el material necesario** para la realización de la actividad.
- ❖ **Es importante asegurarse de que captó las instrucciones** que se le dieron (se le puede pedir que nos repita lo que le hemos dicho y preguntarle si lo entiende). ►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

En el aula debe haber un ambiente estructurado y predecible que facilite:

❖ El establecimiento de hábitos de trabajo que simplifiquen el quehacer diario: rutinas de trabajo, tareas planificadas, agenda organizada, etc.

❖ El conocimiento

- Con cierta antelación, de los cambios significativos que se vayan a producir en las rutinas diarias.
- De la normativa de clase que estará siempre a la vista del alumnado.
- De toda la información relativa a horarios, controles, tareas y actividades. Reservando para eso un lugar visible y de fácil acceso.

Proporcionar los apoyos necesarios para orientar

- ❖ En el aprendizaje de técnicas de estudio (subrayado, realización de esquemas) que le permitan rentabilizar más el esfuerzo y optimizar el rendimiento.
- ❖ En aspectos organizativos como preparar todo el material antes de empezar una tarea, ordenar el contenido de los cuadernos, etc. ►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Utilizar materiales informáticos.

En la medida de lo posible utilizar Instrumentos informáticos de aprendizaje.

Con respecto a las tareas

❖ Promover las que puedan despertar su interés:

- Facilitando la participación en actividades de grupo: diálogos colectivos, juegos, trabajos en equipo, etc.
- Utilizando materiales visuales, auditivos y/o manipulativos. El discente retiene mucha más información cuando lee, oye, ve, dice y hace que cuando solo escucha.

❖ Cuidar el diseño, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- Las tareas serán variadas y se adecuarán al tiempo que el discente es capaz de mantener la atención y a su capacidad a fin de para evitar la fatiga y la aparición de actitudes negativas hacia el trabajo escolar
- Se partirá de lo que sabe para avanzar gradualmente procurando que entre una actividad y la siguiente el grado de dificultad sea mínimo con el fin de asegurar el éxito continuado que restablece la confianza en si mismo y eleva el autoconcepto. ►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Con respecto a las tareas

❖ **Cuidar el diseño, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:**

- Cuando no sea capaz de afrontar un trabajo, se volverá al paso anterior, no avanzando hasta que domine el nivel de dificultad en el que se encuentra, de esta manera adquirirá una base sólida que le permitirá enfrentarse a las tareas con seguridad y adoptar ante ellas una actitud más favorable.
- Proporcionarle, en la medida de lo posible, la atención que demanda; y, al mismo tiempo, potenciar su autosuficiencia.
- Los apoyos que se le presten serán mínimos pero suficientes. Se le explicará el ejercicio hasta que sea capaz de continuarlo solo. Si precisa demasiado la asistencia del docente, se deberá revisar el grado de dificultad de la tarea por si no fuera adecuada a su capacidad.
- Cambiar frecuentemente de actividad, variando incluso las orientadas a la consecución del mismo objetivo. La monotonía crea apatía y rechazo hacia el trabajo escolar.
- Cuando finalice la tarea, aunque solo sea por terminarla, se le puede permitir que realice actividades hacia las que muestre especial interés, que actuarán reforzadores. ▶

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Con respecto a los deberes

En este alumnado, el **exceso de trabajo escolar puede generar conductas de evitación y rechazo** por lo que se recomienda:

- ▶▶ **Reducir los deberes.** Son alumnos/as más lentos/as que además disponen de menos tiempo libre que sus iguales ya que por lo general asisten a clases particulares y a actividades motoras dada la necesidad que tienen de hacer ejercicio físico. ▶

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Con respecto a las evaluaciones se recomienda:

- ❖ Dar las fechas, por lo menos, con una semana de antelación.
- ❖ Es preferible realizar exámenes cortos y frecuentes.
- ❖ Respetar el tiempo que el alumno necesita para responder.
- ❖ A ser posible evaluar en las primeras horas del día.
- ❖ Combinar evaluaciones orales y escritas.
- ❖ Adaptar los exámenes combinando diferentes formatos:
 - preguntas de desarrollo (reducirlas al máximo por sus dificultades para estructurar los contenidos y más en una situación de examen ya de por sí estresante para todo el alumnado),
 - verdadero/falso,
 - completar un esquema,
 - opción múltiple,
 - frases para completar;
 - en matemáticas combinar problemas con operaciones,
 - etc.
- ❖ Verificar que entiende las preguntas.
- ❖ Recordarle que revise el examen antes de entregarlo. ►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Técnicas controladoras del comportamiento

El objetivo fundamental de estas **técnicas de modificación de conducta** es:

❑ **Relajación y autocontrol:**

- **Técnica de la Tortuga**
- **Soy un globo**
- **Demora forzada**
- **Autocontrol por medio del habla**

❑ **Debilitamiento o eliminación de las conductas no deseadas:**

- **Extinción**
- **Tiempo Fuera**

❑ **Fijación de las conductas deseadas:**

- **Contrato de conducta**
- **Economía de fichas** ▶▶

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Técnicas controladoras del comportamiento

Relajación y autocontrol

Técnica de la tortuga

- ❑ En clase, las conductas disruptivas pueden tomar la forma de peleas, golpes, burlas, rabietas, falta continua de atención, etc.
- ❑ Estas conductas, normalmente, son consecuencia de la impulsividad que controla el comportamiento del discente y se producen como reacción ante un conflicto con los adultos o con sus iguales o ante la necesidad de llamar la atención.
- ❑ Esta técnica utiliza la analogía de la tortuga, la cual se repliega dentro de su concha cuando se siente amenazada.
- ❑ Se utiliza como juego colectivo en el cual los/las alumnos/as imaginan que son tortugas que se esconden en su concha, encogiéndose, inclinando la cabeza y metiéndola entre los brazos y cerrando los ojos, en un intento de controlar sus impulsos y emociones ante estímulos ambientales.
- ❑ Consiste en lo siguiente: ►►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Técnicas controladoras del comportamiento

Relajación y autocontrol:

Técnica de la tortuga

Se comienza contando una historia

Después de contar la historia, toda la clase escucha y ve la actuación del docente que les enseñará a imitar a la tortuga:

"como me estoy enfadando coloco mis brazos y mis piernas cerrando mi cuerpo, inclino la cabeza y apoyo la barbilla en mi pecho y permanezco así hasta que me pase el enfado"

A continuación lo harán los alumnos y las alumnas, repitiéndolo hasta que lo aprendan. ►►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Técnicas controladoras del comportamiento

Relajación y autocontrol:

Soy un globo

Se trata de un ejercicio que se le plantea al niño como si fuera un juego y que contribuye a su relajación por la oxigenación que proporciona la respiración.

Se le dice al niño:

“Cuando me voy a enfadar me imagino que soy un globo: cojo aire me inflo y luego lo dejo escapar poco a poco”.

Como en el caso anterior, toda la clase ve la actuación del docente y repetirán el ejercicio hasta que lo aprendan. ►►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Técnicas controladoras del comportamiento

Relajación y autocontrol:

Demora Forzada

- ❖ **Consiste en obligar al discente a que antes de emitir una respuesta, reflexione, durante un tiempo mínimo previamente fijado, sobre lo que va a decir.**
- ❖ **Se le exigirá que respete ese período intermedio (intervalo entre la pregunta y la respuesta) cualquiera que sea su contestación (acertada o desacertada). Se trata de crear hábitos que faciliten la reflexión.**
- ❖ **El profesor puede servir de modelo para que el discente comprenda lo que se quiere de él. ▶▶**

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Técnicas controladoras del comportamiento

Relajación y autocontrol:

Autocontrol por medio del habla

- ❖ Se trata de enseñar al alumno a simultanear la verbalización de las acciones con su realización.
- ❖ Al principio, como modelo, el profesor verbalizará las tareas al mismo tiempo que el alumno las ejecuta.
- ❖ Posteriormente, será el sujeto el que, **hablándose a sí mismo**, dirija sus propias actuaciones.
- ❖ Es importante que el sujeto verbalice todas las operaciones, en un principio mediante el **habla externa**. Continuará con el **cuchicheo**, para terminar en el **habla interna** (objetivo a alcanzar). ►►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Utilizar técnicas controladoras del comportamiento:

Debilitamiento o eliminación de las conductas no deseadas

Extinción

Elimina o reduce la frecuencia de una conducta desajustada ignorando al sujeto que la produce. En este caso es importante:

Retirarle la atención:

- Evitando reñirle o gritarle (puede buscar nuestra atención o simplemente provocarnos).
- Reaccionando con serenidad (dando sensación de tranquilidad y dominio de la situación).

Tener en cuenta **el período crítico**. Al no reforzar la conducta conflictiva:

- Al principio ésta tiende a producirse con mayor frecuencia.
- Podemos darnos por vencidos pensando que empeoramos el problema.

Seremos más eficaces si al mismo tiempo reforzamos una conducta alternativa a la que se desea extinguir. ▶▶

Utilizar técnicas controladoras del comportamiento:

Debilitamiento o eliminación de las conductas no deseadas

Tiempo fuera

- ❑ Puede ocurrir que la extinción no sea la técnica adecuada, porque el alumno conflictivo
 - Recibe refuerzo de sus compañeros y compañeras (cuando se ríen por lo que hace o dice).
 - Con sus comportamientos disruptivos impide sistemáticamente dar clase o crea situaciones de riesgo para el grupo.
- ❑ En estos casos, el discente
 - Abandonaría temporalmente el aula hasta que se tranquilice.
 - Será ubicado en un lugar cómodo pero que carezca de cualquier estímulo que pueda distraerle (objetos, personas, acontecimientos, etc.).
 - No realizará ninguna tarea y estará atendido por una persona que lo ignorará hasta conseguir que se aburra y desee incorporarse al grupo.
 - Entonces será el momento de comprometerse a respetar las normas. ►►

Utilizar técnicas controladoras del comportamiento:

Fijación de las conductas deseadas

Contrato de conducta

Es un acuerdo negociado -mejor por escrito- entre dos o más partes en el que se establecen las conductas que van a caracterizar su comportamiento.

Condiciones:

- ❖ **El contrato debe ser justo:** las recompensas sean proporcionales al esfuerzo realizado.
- ❖ **El contrato debe ser honesto.** Ambas partes deben estar dispuestas a cumplirlo.
- ❖ **El contrato debe ser claro.** Las conductas estipuladas deben ser comprensibles, observables y verificables.
- ❖ **El contrato ha de formularse en términos positivos,** evitando las amenazas.
- ❖ **Sólo se obtendrán las recompensas después de haber cumplido las condiciones suscritas.**
- ❖ **Las recompensas por el cumplimiento de las condiciones, deben ser obtenidas inmediatamente.** ▶▶

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Utilizar técnicas controladoras del comportamiento:

Fijación de las conductas deseadas

Contrato de conducta

Componentes de un contrato:

Analizada la conducta a modificar y preparado el menú de reforzadores se procede de la manera siguiente:

- ❖ Citar al alumno en un lugar y a una hora en la que no se produzcan interrupciones.
- ❖ Presentarle la idea del contrato de forma simple. "**Si tú te comprometes a A, yo me comprometo a B y lo vamos a dejar escrito y firmado por ambas partes**".
- ❖ Presentarle y describirle claramente el comportamiento que deseamos obtener.
- ❖ Negociar las recompensas que se obtendrán a cambio.
- ❖ Negociar los costes de respuesta por los incumplimientos.
- ❖ Cualquier modificación que se realice ha de ser negociada por ambas partes.
- ❖ Redactar y firmar el contrato. Depositarlo en un lugar que sea accesible para los signatarios. ►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Utilizar técnicas controladoras del comportamiento

Fijación de las conductas deseadas

Contrato de conducta

Modelo de contrato de conducta:

En Pontevedra a ... de de 2009 se reúnen de una parte D..... y de otra parte D..... y llegan al siguiente acuerdo:

1º Que D..... se compromete a.....

2º Que D..... se compromete a.....

3º Que el presente contrato tendrá una duración de a su término se revisará su cumplimiento.

4º Las consecuencias positivas de su cumplimiento para D..... serán:

y para D..... las consecuencias positivas serán:

5º Las consecuencias negativas del no cumplimiento por parte de D..... serán: asimismo para D..... serán:

Y para que conste a los efectos oportunos se firma el presente documento:

D..... D..... Testigo/s.....

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Utilizar técnicas controladoras del comportamiento

Fijación de las conductas deseadas

Economía de fichas

- Es una técnica de refuerzo que consiste en utilizar fichas para premiar las conductas que se deseen establecer.
- Una ficha es un objeto (cartulina, etc.) que el discente puede canjear por un reforzador.
- Se utiliza:
 - El **reforzamiento positivo** (las fichas que el alumno ganará por las respuestas deseadas) y
 - El **coste de respuesta** (las fichas que perderá por emitir conductas no deseadas). ►►

PAUTAS DE INTERVENCIÓN

Utilizar técnicas controladoras del comportamiento:

Fijación de las conductas deseadas

Economía de fichas

Principios a tener en cuenta:

Las reglas de funcionamiento deben quedar muy claras desde el principio y ser definidas de modo preciso:

Con respecto a las conductas deseadas:

- Las conductas que ganan fichas.
- El número de fichas a ganar por la realización de cada una de ellas.
- Cómo se pueden gastar esas fichas.

Con respecto a las conductas no deseadas:

- Las conductas por las que se pierden fichas.
- El número de fichas que se pierden por la realización de cada una de ellas. ►►

Utilizar técnicas controladoras del comportamiento:

Fijación de las conductas deseadas

Economía de fichas

Principios a tener en cuenta:

- ❖ Deberá asignarse un lugar determinado para el canje de fichas por reforzadores.
- ❖ Los reforzadores más codiciados deberían poseer un valor más alto en fichas.
- ❖ Inicialmente se debe reforzar cada vez que ocurre la conducta deseada. Cuando la conducta ya está adquirida y mantenida, se deberá reforzar de modo intermitente.
- ❖ Cuando las conductas se vayan consolidando paulatinamente se espaciarán los intervalos de intercambio para una deshabitación progresiva de los reforzadores.
- ❖ Al mismo tiempo, se irán reemplazando los reforzadores materiales por reforzadores sociales (elogio, alabanza, sonrisa, aprobación, etc.). ►►