



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

“DESARROLLO DE LA ATENCIÓN”

AUTORÍA NURIA CHACÓN GARRIDO
TEMÁTICA PEDAGOGÍA TERAPÉUTICA
ETAPA EI, EP, ESO...

Resumen

En el presente artículo se explicita un programa para desarrollar y entrenar la atención en alumnos cuya habilidad se haya deficitaria. Hablaremos en primer lugar de la definición de discapacidad intelectual, posteriormente pasaremos a describir un programa para el desarrollo de la atención, para a continuación describir las actividades diseñadas y concluir con la bibliografía.

Palabras clave

Desarrollo y entrenamiento de la atención

1. DEFINICIÓN DE DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Las principales necesidades de este tipo de alumnado, giran en torno a desarrollar aspectos de autonomía y socialización, capacidades cognitivas, desarrollo psicomotor, comunicación y apoyo de las áreas instrumentales.

A las personas con limitaciones intelectuales se les ha llamado de múltiples formas: débil mental, subnormal, deficiente mental, retrasado mental, ... Los términos son sinónimos y han ido cambiando debido a las connotaciones negativas que se les atribuía. Desde finales de los ochenta se debate en ámbitos científicos y profesionales cuál es la terminología más adecuada, para denominar a este alumnado. La razón para este cambio conceptual deriva en el carácter peyorativo del término de retrasado mental y de su significado.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

Existen numerosas definiciones sobre el término de deficiente mental; las cuales vienen a identificar los criterios que expresa la Asociación Americana de Retraso Mental (A.A.R.M. 2002) en la décima edición del manual de clasificación y diagnóstico del Retraso Mental. Estos criterios son:

- Limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual, coeficiente intelectual por debajo de 70, puntuación obtenida a través de tests de inteligencia de la escala de Stanford- Binet o en las Escalas de Wechsler.
- Limitaciones significativas en la conducta adaptativa, entendida ésta como el conjunto de habilidades conceptuales, sociales y prácticas aprendidas por las personas para funcionar en su vida diaria.
- Manifestarse antes de los 18 años de edad.

Actualmente la Confederación Española de Organizaciones FEAPS ha cambiado su nombre y propone el término de Discapacidad intelectual frente al de retraso mental para referirse a las personas objeto de su atención.

2. PROGRAMA PARA EL DESARROLLO DE LA ATENCIÓN

Nos vamos a centrar en atender las necesidades educativas del alumno en relación con las dificultades cognitivas que presenta (memoria, atención y razonamiento).

La atención es enterarse de lo que está ocurriendo para poder captarlo. Es la piedra angular para poder aprender, en caso de que esta atención presente déficits debemos entrenar los sentidos para poder compensar y equilibrar este déficit.

Atender implica el desarrollo de ciertas habilidades: la vista, el oído, el tacto, el olfato y el estarse quieto. Quien no mira y no se fija, no aprende bien, puesto que su atención no está dirigida, no está en lo que está sucediendo. En relación con la capacidad de atender podemos decir que la **falta de atención** es uno de los problemas más habituales en todos los ciclos educativos de la Educación



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

Primaria, aunque con toda probabilidad es en los dos primeros ciclos donde este problema resulta más acuciante.

A continuación se explicita una serie de pautas para entrenar y educar dichos sentidos.

Para educar su atención visual, desde pequeños, hemos de lograr, en primer lugar, que los niños establezcan contacto ocular con nosotros y viceversa. Después, ya de mayores, pueden atender sin necesidad de mirar. Hemos de procurar, sobre todo en los niños que son deficitarios en esta habilidad, que al hablarles, nos miren a la cara, y sólo entonces dirigirnos a ellos, eso sí con frases muy sencillas y breves.

Pero para mirar frente a frente conviene que estén cerca. Si aún no consiguiésemos que nos miren, deberíamos sujetarles la cara para ayudarles a que contacten con nosotros al hablarles. Incluso más si su cara se vuelve en otra dirección, deberíamos parar de hablar hasta que nos miren y, entonces seguir. El contacto de los ojos se debe perseguir a toda costa con los que tienen grave déficit. Esa exigencia se irá eliminando a medida que aumente su atención.

Jugar con los niños a fijarse detenidamente en objetos, dibujos, láminas y toda suerte de detalles y estudiarlos, tratando de recordar su composición, sus colores, estructura, distribución, etc., es un buen ejercicio que puede completarse pidiéndoles después que traten de recordar lo han contemplado para que sigan ejercitando la atención. Enseñarles que sean como unos detectives que se fijan en lo que ven por donde pasan y luego traten de recordarlo. Esta actitud les facilitará el aprendizaje porque entran en una dinámica de prestar atención visual y fijarse en lo que tienen delante. Si viajan o pasean con los padres, que les hagan fijarse en objetos y en toda suerte de situaciones. Este ejercicio con niños pequeños despierta curiosidad general.

La atención auditiva, es más difícil de educar que la visual, ya que los sonidos son fugaces y sucesivos y requieren por consiguiente, un esfuerzo mayor para seguirlos.

Una buena manera de asegurarse de que un niño ha escuchado y entendido es preguntarle: “¿Qué te ha dicho?”. Si lo repite bien, tenemos una prueba de su buena captación.

Para entrenarlos en atención auditiva es bueno que practiquen la escucha de sonidos diferentes (de pájaros, de animales, de la naturaleza, de golpes, objetos metálicos..) y que los discriminen. Ese ejercicio puede hacerse en cualquier lugar. Al proceder, hay que hacerlo con ellos a modo de juego y ver quién acierta. Podemos quitar las imágenes de la televisión y hacer que escuchen y sigan el guión, o bien que lo hagan con los ojos cerrados.

La música es uno de los mejores recursos, sobre todo la clásica para entrenar el oído y con ello la atención.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

Se ha de animar a los niños a que cuando conversen con otras personas o con amigos se centren en lo que dicen, para enterarse de lo que está comentando el otro. Quien no sabe escuchar no sabe relacionarse bien y esto deben aprenderlo desde muy temprana edad.

Escuchar atentamente es un buen antídoto para controlar la ansiedad, a no ser que lo que escuchen sea un rollo insoportable.

Entrenar el tacto, el sabor y el olor. Se puede jugar a adivinar, por el tacto, de qué objetos se trata, de qué superficie, tocando los objetos con los ojos cerrados y sintiendo la temperatura, el peso, los detalles, la forma, cualquier objeto es válido y ayuda a concentrarse y relajarse.

Para ejercitar el sabor podemos hacer lo mismo. Probar distintos alimentos y detenerse a saborearlos mientras se come o se bebe. Se puede hacer con los ojos abiertos y también cerrados.

El olor es otro de los sentidos que puede entrenarse. También se puede jugar a averiguar con los ojos cerrados, a qué producto corresponde tal olor o perfume.

Estar quietos. No hace falta tumbarse para permanecer inmóvil. Todo consiste en no mover los músculos que no se estén utilizando en ese instante. Con los niños hay que jugar a estar inmóviles durante uno o dos minutos, a no mover la silla o a dejar el bolígrafo encima de la mesa si no se está escribiendo.

Los niños pueden aprender a observar sensaciones del cuerpo, cuando andan, cuando están quietos, después de un ejercicio, de tensarlo más estando en cuclillas, o haciendo estiramientos, respirando y manteniendo el aire dentro. Todos estos resortes, utilizados con regularidad y a modo de juego con los niños son de enorme utilidad para entrenar su atención en general y ayudarlos a estar concentrados en lo que están viendo, oyendo, tocando, etc.

Pero cuidado, porque se enteran de todo. Hay que tener cuidado con lo que decimos, pues al estar en un tiempo de máxima curiosidad, especialmente hacia todo lo relacionado con los adultos, a los que admiran, los niños captan muchos detalles que, si no estamos atentos, pueden impresionarles o provocar conflictos, es decir, que se enteran de mucho más de lo que creemos. Por eso, debemos tener cuidado con lo que se dice o se hace delante de ellos.

3. ACTIVIDADES DISEÑADAS PARA TRABAJAR LA ATENCIÓN.

Las actividades que se proponen están dirigidas a desarrollar esa capacidad de atención que se necesita para poder aprender sin dificultades en aquellos que deben centrarse en lo que hacen. Los **objetivos** que se desarrollan con estas actividades de atención son:

- Percibir datos en forma de detalles, formas visuales... a través de la vista y su coordinación con las habilidades grafomotrices.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 – MARZO DE 2009

- Entrenarse para seleccionar la información sobre una tarea visual en función de la instrucción recibida.
- Diferenciar las cosas manejando solamente algún criterio dado. Identificar aspectos relevantes.
- Localizar información solicitada de entre un conjunto de elementos que la distorsionan.

Una orientación didáctica para mejorar la eficacia en la realización de las actividades de atención consiste en el empleo del lenguaje como modulador de la conducta para guiar la acción atencional en la tarea. Es aconsejable emplear la técnica de las autoinstrucciones (hablarse a sí mismo, habla autodirigida) consiste en enseñar a los niños a usar el lenguaje como regulador de la conducta y como elemento de autocontrol.

Finalmente, y como criterio general, se debe tener en cuenta que las tareas a realizar deben ser, en un principio, de corta duración y de escasa complejidad en aquellos niños que presenten notorios déficits de atención para, posteriormente, aumentar ambas (duración y grado de dificultad) según el nivel de persistencia en la tarea y de habilidad resolutoria conseguida.

Las **capacidades** que los ejercicios de atención desarrollan son las siguientes:

- Atender selectivamente a determinadas características de un objeto.
- Ejecutar una tarea de localización e identificación del objeto que se ajusta a las características de un modelo propuesto o que se diferencia del resto.
- Obtener información relevante según lo solicitado en la instrucción de la tarea.
- Permanecer un tiempo continuado realizando la tarea sin interrupción (persistencia).
- Codificar y retener imágenes visuales.
- Facilitar el recuerdo a corto plazo.
- Reproducir con exactitud imágenes gráficas (recuerdo).
- Fomentar actitudes de concentración en las tareas de atención visual.
- Generalizar las habilidades conseguidas a los contenidos curriculares.

A continuación se presentan los modelos de **actividades** que trabajaríamos con el alumno en el aula de apoyo a la integración:

1. **Percepción de diferencias.**

Entrenamiento en la discriminación de pequeños detalles que le faltan a una ilustración para ser idéntica a su homóloga y expresar por escrito (en el caso de poseer suficientes habilidades para ello) u oralmente cuáles son los elementos diferenciadores de cada par de ilustraciones.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

Otra modalidad de ejercitación en Percepción de diferencias es la de identificar elementos distintos al modelo dado. En este caso se ponen de relieve las habilidades de comparación de modelos y elección de los que son distintos.

2. Integración visual.
Identificar objetos comunes habituales a partir de la presentación incompleta. La actividad obliga a centrar la atención visual sobre aspectos analíticos o componentes de los elementos (las partes del objeto que se intenta localizar) y hacer un esfuerzo perceptivo de integrar el elemento parcial que se visualiza en un todo integrado. Para ello se debe rastrear ordenadamente la ilustración siguiendo un criterio espacial (de izquierda a derecha, de arriba hacia abajo, etc).
3. Laberintos.
Es una actividad clásica de atención que la que se debe discriminar visualmente cuál es el itinerario a seguir sin ningún “tropiezo”.
4. Discriminación visual. Agudeza visual.
Identificar aquellos elementos que son idénticos a un modelo dado de entre un conjunto de elementos que son perceptualmente similares y que, actuando impulsivamente, inducen al error en las tareas escolares habituales.
5. Seguimiento visual.
Seguir la direccionalidad de las líneas que se encuentran “enmascaradas” unas con otras y que conducen desde un punto a una recta.
6. Identificación de aciertos y errores.
Ejercita la capacidad de autoobservación de las conductas de cada uno, ya sean conductas motrices, escribanas, lectoras, etc. Con este tipo de actividad se percibe qué elemento no configura el modelo correcto (sumas, restas, palabras, frases, etc.).
7. Asociación visual.
En esta modalidad de ejercicio los alumnos y alumnas deben relacionar un modelo con otro idéntico, asociándolo con una flecha. Se deben discriminar dibujos geométricos o secuencias cuyos componentes (círculos, cuadrados, líneas, etc) pueden inducir a la confusión



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

perceptiva por su orientación espacial (arriba-abajo, derecha-izquierda) o su disposición secuencial (orden).

8. Figura-fondo.

Ejercicios para colorear determinadas partes del espacio gráfico para que emerja una figura respecto del fondo blanco.

9. Percepción de semejanzas y diferencias.

El ejercicio consiste en comparar dos objetos y encontrar semejanzas y diferencias según sus características de: qué es, para qué sirve, (utilidad), cómo es (forma, tamaño, composición...). Es importante verbalizar las semejanzas y las diferencias que se encuentren.

10. Atención auditiva.

Este tipo de actividad posee un elevado componente auditivo ya que obliga al alumnado a escuchar atentamente la lectura breve que realiza el profesor o un compañero, siguiendo instrucciones previas que consisten en identificar cada vez que aparece una determinada palabra y señalarla.

11. Selección de tareas atencionales.

Se trata que sea el propio alumno quien seleccione las tareas de atención a realizar según un listado de posibles alternativas a elegir. Se pretende instaurar hábitos de autocontrol y automanejo de su capacidad de atender.

12. Localización rápida de datos.

Son ejercicios en los que prima la velocidad de búsqueda de datos de entre un contexto que ofrece ya cierta dificultad para entresacar determinada información. Se pretende desarrollar la capacidad de seleccionar con rapidez y con exactitud los datos que se piden.

Para concluir podríamos decir que estas actividades formarían parte de un programa de entrenamiento cognitivo, bien diseñadas por nosotros o recogidas de material existente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 – MARZO DE 2009

4. BIBLIOGRAFÍA

- García Vidal, J. y González Manjón, D. (1993): *Programas de Refuerzo de Atención y Memoria II*. Madrid: EOS.
- Yuste Herranz, C y García Nieto, L. (1995). *Refuerzo y Desarrollo de Habilidades Mentales Básicas: Atención Selectiva. Percepción y Memoria Visual*. Seguimiento 2.4. Madrid: ICSE.

Autoría

- Nombre y Apellidos: NURIA CHACON GARRIDO
- Centro, localidad, provincia: C.E.I.P. VIRGEN DEL MAR, ALGECIRAS, CÁDIZ.
- E-mail: nuria_ch_g@hotmail.com