



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

“ATENCIÓN EDUCATIVA PARA EL ALUMNADO CON TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD”

AUTORIA ISABEL MARÍA ROSAL GIMÉNEZ
TEMÁTICA TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO
ETAPA E.I Y E.P.

Resumen

El trastorno por déficit de atención con hiperactividad está clasificado por el DSM IV (1994) junto a otros como el trastorno negativista desafiante, trastorno disocial... como uno de los trastornos por déficit de atención y comportamiento perturbador. La respuesta educativa que este alumnado requiere no sólo debe ir dirigida al propio individuo, sino que debe abarcar al mismo profesorado y por supuesto a las familias.

Palabras clave

Trastorno por déficit de atención con hiperactividad, relajación, impulsividad, autocontrol, lenguaje interior, atención, coordinación, profesorado, familia

1. INTRODUCCIÓN

Como maestra especialista en Pedagogía Terapéutica (PT), las funciones que desempeño en mi centro educativo no sólo van en una única dirección; alumnado, sino que la coordinación con el resto del profesorado y familias es un elemento clave para el desarrollo de la personalidad y de las capacidades de los alumnos/as; físicas, intelectuales y por supuesto también sociales. Son en estas últimas donde nos vamos a centrar.

Los alumnos/as con trastorno por déficit de atención con hiperactividad no suelen evidenciar graves conductas sociales desadaptativas hasta que no inician un programa formal de educación que les coloque bajo “presión” y les exija unas demandas. Es en ese momento cuando el profesor/a percibe la incapacidad de estos alumnos/as para adaptarse a las expectativas habituales.

Muchas de las familias y profesores/as de estos alumnos/as se ven desbordados por las dificultades que conlleva este trastorno, recurriendo en unos casos a la sobreprotección y en otros muchos a las regañinas y los castigos, siendo inadecuadas ambas opciones.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

Como PT mi intervención con el alumnado con Trastorno por déficit de atención con hiperactividad irá dirigida en tres direcciones:

- Orientar al profesorado acerca de la actitud que debe mantener ante estos niños/as y sobre el clima de aula que realmente favorece la atención de este tipo de problemas.
- Ofrecer una serie de pautas de actuación a las familias.
- Elaborar un programa de atención personalizada para tratar de reducir al máximo los síntomas del cuadro hiperactivo.

Antes de abordar estas tres actuaciones, debemos hacer una breve descripción del Trastorno por déficit de atención con hiperactividad.

2. TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERCTIVIDAD (TDAH)

El TDAH se considera un trastorno evolutivo que aparece a una edad temprana (entre los 2 y los 6 años) y empieza a “desaparecer” entre los 10 y 15 años. No obstante algunos autores han comprobado que si bien es cierto que el nivel de actividad suele descender, no ocurre lo mismo con sus problemas de atención, sociales y educativos, incluso en ocasiones aumentan sus dificultades emocionales o su conducta antisocial.

El cuadro hiperactivo se caracteriza por tres síntomas:

- Actividad motriz excesiva y mal regulada; dicha actividad se manifiesta por una actividad corporal excesiva, desorganizada y sin un fin concreto. La mala regulación del movimiento permite hacer un diagnóstico diferencial con la actividad motriz excesiva que exhiben algunos niños/as en los periodos iniciales del desarrollo (2 años).
Pueden darse además problemas de coordinación motora, falta de persistencia motora, sincinesias...
- Trastornos de atención; estos trastornos o déficit suelen abarcar dificultades para:
 - Atender a varios estímulos a la vez (capacidad de atención)
 - Seleccionar los estímulos relevantes de los no relevantes (atención selectiva).
 - Mantener la atención durante el tiempo necesario para la realización de una tarea (atención sostenida)
- Impulsividad (falta de autocontrol). Suele ser entendida como una actividad inmediata, bien para satisfacer sus deseos, o para resolver tareas. Existe un problema de autocontrol, con una carencia de estrategias que permitan al niño recoger, analizar, procesar y expresar la realidad. El fracaso es evidente, lo que provoca ansiedad que aumenta esa impulsividad.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

Estos síntomas suelen acompañarse de otros problemas tales como:

- Relacionados con la ansiedad; temores, trastornos del sueño, enuresis nocturna...
- Relaciones sociales alteradas; pueden llegar al aislamiento.
- Conductas antisociales; molestar en clase, hacer ruidos, no obedecen, se pelean...
- Escasa resistencia a la frustración y nivel bajo de autoestima.
- Problemas de tipo perceptivo-cognitivo; dificultades de memoria, dificultad en captar ideas abstractas, déficit en habilidades metacognitivas y de planificación, dificultades de coordinación motora, inversiones en la escritura...
- Etc.

3. ORIENTACIONES AL PROFESORADO QUE ATIENDE AL ALUMNADO CON TDAH

El tratamiento al niño/a hiperactivo es muchísimo más eficaz si el profesorado que lo atiende se interesa en ello. El elemento esencial será que el profesor/a haga todo lo posible para ofrecer un buen modelo de conducta personal: acercarse a los alumnos/as de forma tranquila, equilibrada y relajada, escucharles con atención y atender a su comportamiento adecuado.

Algunas sugerencias más específicas en cuanto a la actitud a mantener con estos alumnos/as son:

- Actuar siempre de forma que transmita su fe en el alumno/a, esperar de él que actúe bien, proponiéndole aquello que puede hacer, y que lo consiga de forma adecuada.
- Estar seguro de que sus objetivos individuales y expectativas con respecto al alumno/a son adecuadas y razonables para éste/a, asegurándose así éxitos considerables.
- Dar órdenes, instrucciones y normas de forma clara y concisa. Intentar hablar menos y actuar o demostrar más.
- Ofrecer un plan de aprendizaje para la clase diaria, variado, pero estructurado y estable, de forma que sus alumnos/as puedan preverlo y contar con él.
- Implicar a los padres, otros estudiantes y voluntarios de todas clases, disponiendo así de tanto personal de entrenamiento como sea posible.
- Asegurarse de elogiar un buen modelo de conducta entre los alumnos/as. Por ejemplo no dudar en decir: "Raquel realmente sabe lo que hace", "Vamos a ver lo bien que Andrés está haciendo eso, podríamos copiar su trabajo" y así sucesivamente.
- Ignorar en lo posible la conducta inadecuada del alumno/a hiperactivo e inmediatamente buscar un buen modelo para alabarlo y señalarlo. Cuando la disciplina sea necesaria, mostrarse tranquilo, firme y seguro, razonable y adoptando siempre una actitud educativa.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

En relación al clima de aula que favorece la atención a este tipo de problemas, proponemos las siguientes orientaciones:

- Ofrecer tareas y ejercicios de aprendizaje adecuados, diseñado para reducir la hiperactividad, mediante el desarrollo de la relajación, la inhibición muscular y la atención y concentración.
- Diseñar actividades con diferentes formas de movimiento físico o distensión cada veinticinco o treinta minutos por lo menos.
- Utilizar marcadores para señalar la página. Tarjetas para señalar los renglones de la página y “ventanas concentradoras” (tarjetas con un orificio central) para centrar la atención.
- Programar actividades para los niños/as hiperactivos, tales como: ser monitores de la escuela y en el aula; llevar mensajes, películas, libros, borrar la pizarra, etc.
- Establecer un rincón para trabajos manuales y actividades artísticas con mesa de arena, caballete, arcilla y materiales de usos múltiples, para exploración sensorial y relajación.
- Emplear tapones para los oídos y las orejeras para reducir la distracción auditiva.
- Asegurarse de que la temperatura, la iluminación, el equipamiento, el color de los muebles del aula y los materiales educativos son los adecuados.
- Diseñar una hoja de registro positiva para contar los continuos progresos del alumno/a; no emplear los grados de comparación o marcas tradicionales.
- Establecer un rincón en el aula donde los niños/as puedan ser separados de los demás cuando sea necesario. (Se pueden utilizar mamparas de madera, cartones de cajas grandes pintados...)
- Desarrollar un programa de educación de padres para enseñarles como tratar a sus niños/as hiperactivos.

4. PAUTAS DE ACTUACIÓN PARA LAS FAMILIAS DE NIÑOS/AS CON TDAH

Las siguientes orientaciones deberían ser consideradas por los padres e intentar llevarlas a la práctica:

- Desarrollar una observación positiva, analizando las habilidades, aptitudes, intereses y valores del niño/a. Estimular su desarrollo posterior y valorarlos y disfrutarlos con su hijo/a. Ayudarle a emplear sus habilidades como compensación de sus limitaciones o alteraciones.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

- Ayudar al niño/a a desarrollar su autoconfianza y autoestima por competencia de consigo mismo primero antes que con los demás. Estimularles a reconocer sus progresos y ejecuciones, por lentas o limitadas que éstas puedan ser.
- Ofrecerle demostraciones de cariño y aceptación a través de frecuentes caricias, zalamerías, cosquillas, besos...Tener siempre presente que el niño/a hiperactivo necesita gran cantidad de contacto físico y afecto paterno.
- Sorprender al niño/a realizando alguna cosa deseable, tan frecuentemente como sea posible, y recompensarle con una alabanza, palabra bondadosa, palmada en la espalda o sonrisa.
- Estar seguro de aceptar al niño/a hiperactivo tal como es: un niño/a con potencial humano para continuar creciendo y desarrollándose. Ser realista con respecto a sus aptitudes y limitaciones y adecuar, por consiguiente, expectativas y demandas.
- Intentar ver el lado positivo de las cosas, reír y bromear con el niño/a. Ayudarle a descubrir y apreciar el humor y a reírse de sí mismo a la vez.
- Implicar al niño/a en el establecimiento de reglas, regulaciones, limitaciones, esquemas, esparcimientos y otras actividades personales y familiares.
- Darle responsabilidades familiares razonables y tareas caseras en consonancia con sus aptitudes. Enseñarle a realizarlas y después alabar su cumplimiento.
- Comunicar al niño/a cuando realiza una conducta inadecuada y explicarle lo que usted siente acerca de su comportamiento; después proponerle que ponga en práctica otras formas de conducta más aceptables y estimularle para que las lleve a cabo en el futuro.
- Insistir en que el niño/a coopere socialmente jugando, ayudando y colaborando con otros en la familia y en la comunidad. Proporcionarles oportunidades adecuadas para la participación social y elogiar la conducta cooperativa.

5. PROGRAMA DE ACTIVIDADES PARA LA ATENCIÓN DE ALUMNO/A CON TDAH.

En este apartado trataremos de exponer una serie de actividades tipo para tratar de facilitar en el niño/a la relajación, la reducción de la tensión, de la impulsividad, el desarrollo del lenguaje interior y la estimulación de la atención y concentración.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 9 – AGOSTO DE 2008

5.1. Actividades de relajación

- Enseñar al niño/a a respirar profunda y lentamente, mientras permanece en diferentes posturas: de pié, sentado y tumbado.
- Hacer que el niño/a se siente con los ojos cerrados y escuche el ritmo uniforme y lento del metrónomo.
- Enseñar al niño a concentrarse en relajar grupos específicos de sus músculos mientras está tumbado. Por ejemplo, pedirle que cierre los ojos y lentamente levante el brazo derecho por encima del cuerpo, que lo vuelva a la colchoneta, pedirle que haga lo mismo con el otro brazo, las piernas, etc.
- Hacer que los alumnos/as se sienten en grupos con las manos entrelazadas, con los ojos cerrados, mientras se relajan o escuchan música o poemas.
- Ofrecer objetos de piel suave, animales de peluche, etc, para acariciarlos y abrazarlos.
- En ocasiones permitir a los alumnos/as acariciar animales llevados a clase, tales como conejos, hámsters, patos, cachorros...
- Durante momentos de tensión acariciar el cabello y la cara del alumno/a.
- Hablarle lenta, tranquila y razonablemente.
- Etc.

5.2. Actividades para la reducción de la tensión.

- Planificar en clase, con frecuencia, dramatizaciones o representaciones de historias y otras tareas.
- Asignar al niño/a hiperactivo ejercicios para reducir la tensión en músculos específicos o partes del cuerpo. Por ejemplo hacer que el niño/a inquieto sobrepractique la agitación, golpee con el bolígrafo, balancee las piernas, etc.
- Dar la posibilidad de percutir diferentes tambores; eliminar moscas con un matamoscas, etc.
- Ofrecer ejercicios de saltos tales como “saltar el burro”, saltar a la cuerda, encestar en baloncesto, etc.
- Realizar ejercicios de estrujar con la mano empleando pelotas de goma variadas, esponjas húmedas, pelotas de papel, etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 9 – AGOSTO DE 2008

- Hace que el niño/a levante pesos adecuados y lleve al día una hoja de registro de sus progresos.
- Realizar ejercicios isométricos tales como apretar las manos una con otra, empujar las paredes, etc.
- Ofrecer música del agrado del alumno/a para bailar.
- Hacer que el niño/a haga muecas con la cara (alegre, triste, enfadado, asustado, etc) para ejercitar y relajar los músculos faciales.
- Etc.

5.3. Actividades para favorecer el autocontrol.

En el ámbito de la hiperactividad hay dos tipos de influencias que afectan al desarrollo de los métodos de autocontrol. El primero procede del trabajo de Kagan (1965) sobre la impulsividad y el segundo tiene sus orígenes en los trabajos de Vygotsky (1930) y Luria (1961) sobre las influencias de las verbalizaciones en la regulación de los actos motores en los niños/as pequeños.

❖ Impulsividad

Basándonos en los trabajos de Kagan (1965) sobre la impulsividad, se considera que los niños/as impulsivos a diferencia de los reflexivos de igual edad y niveles de desarrollo similares, cometen más errores en sus respuestas escolares.

Debemos enseñar a los niños/as impulsivos a usar estrategias reflexivas mediante:

- Las autoverbalizaciones
- Aprendiendo a retrasar las respuestas.
- Prestando atención a las características relevantes de los estímulos recibidos.

❖ Lenguaje interiorizado

Vygotsky (1930) sostenía que el lenguaje interiorizado es fundamental para controlar la conducta y especialmente para inhibir los actos motores.

Para los niños hiperactivos, la incorporación de su propio lenguaje en la planificación tiene una importancia enorme en la realización de las tareas, ya que facilita la organización de sus propias actividades.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

Proponemos una serie de estrategias:

- Aprendizaje de autoverbalización de órdenes
 - Ante una pregunta:
 - Repetir la pregunta
 - Parar, escuchar, mirar y pensar antes de responder.
- Autoverbalizaciones encubiertas
 - Hablarse a sí mismos sobre los aspectos relevantes de la resolución de problemas.

5.4. Actividades de atención y concentración.

- Comentar el problema clara y francamente con el niño/a y demostrarle exactamente cómo y a qué debe atender y en qué debe concentrarse.
- Hacerle preguntas al niño/a como las siguientes:
 - “¿Qué estás haciendo en este momento?”
 - “¿Qué está haciendo Francisco en este momento? Está haciendo un buen trabajo; dime como lo está haciendo”
 - “¿Qué debes de hacer tú ahora?”
- Pedir a los alumnos/as que cierren los ojos, escuchen una historia gravada y, luego, la resuman.
- Emplear ocasionalmente el contacto físico directo con el niño/a para ayudarle a centrar su atención. Por ejemplo sujetar sus manos y dirigir su cabeza u otras partes del cuerpo siguiendo ejercicios específicos tales como caminar sobre un recorrido, dibujar un laberinto, etc.
- Enseñar al alumno/a a anotar sus propios progresos y éxitos en su cuaderno de registro tan pronto como sea posible.
- Estimular al niño/a para seleccionar y trabajar en un proyecto propio que refleje sus propios intereses.
- Ofrecer abundantes tareas y actividades de aprendizaje breves (cinco, diez o quince minutos)
- Procurar que el niño/a oiga secuencias de audiciones de sonidos, letras, números...y que las repita.
- Permitir a un compañero/a-tutor que ayude al niño/a hiperactivo a trabajar en tareas difíciles, ofreciéndole así un modelo para imitar directamente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 9 – AGOSTO DE 2008

- Hacer que el niño/a represente y simule formas adecuadas de atención y concentración.
- Convenir una señal entre el profesor/a y alumno/a hiperactivo, que le ayude a responder adecuadamente. Por ejemplo, el profesor/a puede colocar una tarjeta roja sobre su pupitre para informarle y avisarle que es el momento de finalizar su trabajo y prepararse para la siguiente actividad.
- Etc.

6. BIBLIOGRAFÍA

- American Psychiatric Association (1994). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*.
- Barkley, A. (1999). *Niños hiperactivos: como comprender y atender sus necesidades especiales*. Barcelona: Paidós.
- Jarque, S. Miranda, A. y Amado, L. (2001). *Trastornos por déficit de atención con hiperactividad: una guía práctica*. Málaga: Aljibe.
- Orjales, I. (1998). *Déficit de atención con hiperactividad: manual para padres y educadores*. Madrid: CEPE.
- Safer, D.J. (1979). *Niños hiperactivos: diagnóstico y tratamiento*. Madrid: Aula XXI.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Isabel María Rosal Giménez
- Centro, localidad, provincia: CEIP Cruz Verde. La Rambla. Córdoba
- E-MAIL: irosal75@hotmail.com