

TDH en el Aula: Consideraciones y estrategias de actuación

Julia Fabri Masiá

Jornadas Formativas 2017

Alumnos con TDAH: Estrategias para la evaluación escolar

- Los alumnos con **TDAH** (Trastorno por déficit de atención e hiperactividad) pueden presentar a lo largo de su escolaridad **dificultades en el aprendizaje**, asociadas a la sintomatología del propio trastorno. A pesar de que su capacidad y nivel intelectual resulten normales, estos alumnos van a poder mostrar retrasos significativos en las diversas áreas del curriculum académico.

Dificultades que pueden presentar estos alumnos

- **Problemas para mantener la atención** en la tarea, sobre todo en aquellas que requieran de un nivel de atención prolongado.
- Debido a la impulsividad que presentan estos alumnos, realizan la tarea de forma rápida y precipitada cometiendo de esta forma errores por descuido y casi nunca revisando la tarea antes de su entrega.
- Problemas en la memorización de los contenidos debido a, entre otros factores, la afectación de la **memoria de trabajo** y la falta de atención.

- Dificultades en la planificación del tiempo, tanto escolar como socio-familiar.
- Dificultades de organización, del material escolar, entrega de trabajos, exámenes...
- Dificultades a la hora de seguir las instrucciones marcadas por el profesor.

Medidas que pueden llevarse a cabo:

- Proporcionar el tipo (oral o escrito) y formato (tipo test, a desarrollar, preguntas cortas...) de la prueba que mejor se adapte al alumno.
- Entregar al alumno el examen por escrito prescindiendo de la copia y el dictado, con el fin de evitar errores durante el proceso.
- Para aquellos alumnos que presenten problemas en la escritura se podrá permitir la realización de la prueba de forma oral o mediante un procesador de textos.

- De cara a la organización de los exámenes; se deberán programar con suficiente antelación para que los alumnos puedan organizarse. No deberán programarse dos exámenes para el mismo día evitando así el sobreesfuerzo al igual que sería conveniente ponerlos a primera hora de la mañana para su mayor rendimiento. Incluso podría permitírsele realizar el examen en dos partes, una por la mañana y la otra por la tarde.

- Se debería realizar un seguimiento durante los exámenes. Podemos recordarle el tiempo que le queda para la finalización del mismo, utilizar cronómetros... Nos aseguraremos de que haya comprendido bien las preguntas del examen al igual que comprobaremos que ha respondido a todas las preguntas recordándole que revise todas respuestas antes de su entrega.
- Por último, podemos permitirle moverse o incluso ponerse de pie durante el examen debido a que su actividad motora no le permite quedarse sentado durante la totalidad de la duración del examen.

Tipos de adaptaciones curriculares individualizadas (A.C.I.)

- **Adaptaciones Curriculares de Acceso al Currículo:** Son modificaciones o provisión de recursos espaciales, materiales, personales o de comunicación que van a facilitar que algunos alumnos con necesidades educativas especiales puedan desarrollar el currículo ordinario, o en su caso, el currículo adaptado.
- Suelen responder a las necesidades específicas de un grupo limitado de alumnos, especialmente de los alumnos con deficiencias motoras o sensoriales. Las adaptaciones curriculares de acceso pueden ser de dos tipos:

- **De Acceso Físico:** Recursos espaciales, materiales y personales. Por ejemplo: eliminación de barreras arquitectónicas, adecuada iluminación y sonoridad, mobiliario adaptado, profesorado de apoyo especializado.

- **De Acceso a la Comunicación:**

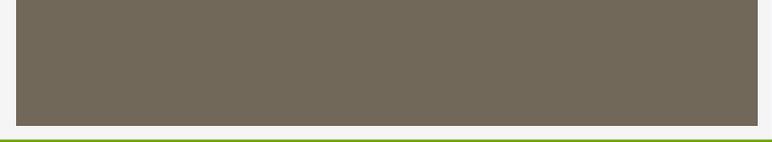
Materiales específicos de enseñanza: aprendizaje, ayudas técnicas y tecnológicas, sistemas de comunicación complementarios, sistemas alternativos: Por ejemplo: Braille, lupas, telescopios, ordenadores, grabadoras, lenguaje de signos.

Adaptaciones Curriculares Individualizadas (ACI)

- Son todos aquellos **ajustes o modificaciones** que se efectúan en los diferentes elementos de la propuesta educativa desarrollada para un alumno con el fin de responder a sus necesidades educativas especiales (n.e.e.) y que NO pueden ser compartidos por el resto de sus compañeros.

Pueden ser de 2 tipos:

- **No Significativas:** Modifican elementos no prescriptivos o básicos del currículo. Son adaptaciones en cuanto a los tiempos, las actividades, la metodología, las técnicas e instrumentos de evaluación. En un momento determinado, cualquier alumno tenga o no necesidades educativas especiales puede precisarlas. Es la estrategia fundamental para conseguir la individualización de la enseñanza y por tanto, tienen un carácter preventivo y compensador.



- **Significativas o Muy Significativas:**

Modificaciones que se realizan desde la programación, previa evaluación psicopedagógica, y que afectan a los elementos prescriptivos del currículo oficial por modificar objetivos generales de la etapa, contenidos básicos y nucleares de las diferentes áreas curriculares y criterios de evaluación. Estas adaptaciones pueden consistir en:

Estas adaptaciones pueden consistir en:

- - Adecuar los objetivos, contenidos y criterios de evaluación.
- - Priorizar determinados objetivos, contenidos y criterios de evaluación.
- - Cambiar la temporalización de los objetivos y criterios de evaluación.

- - Eliminar objetivos, contenidos y criterios de evaluación del nivel o ciclo correspondiente.
- - Introducir contenidos, objetivos y criterios de evaluación de niveles o ciclos anteriores.

Para **la puesta en práctica** de este tipo de adaptación se debe redactar un **documento escrito** que contendrá al menos **4 apartados**:

- Datos personales y escolares del alumno.
- Informe o valoración de la competencia curricular del alumno.
- Delimitación de las necesidades educativas especiales del alumno.
- Determinación del tipo de currículo adaptado que seguirá el alumno con sus respectivas modificaciones (objetivos, contenidos, metodología, actividades y criterios de evaluación) así como el seguimiento de la adaptación curricular. Se concretarán, además, los recursos humanos y materiales necesarios.

- *Las ACI´s significativas deben ser supervisadas por la Administración Educativa*

(Servicio de Inspección de zona o Educativa) para su aprobación y su futura puesta en práctica.

Entender las emociones del alumno TDAH para educarle mejor

- Entender las emociones que fluyen en los niños hiperactivos es fundamental para facilitarles su deseo de mejora. Las emociones pueden ser positivas (se estimulan con gestos positivos pequeños que perciban en el profesor, en sus padres, en sus hermanos, en sus amigos), pero también son más sensibles que otros niños a captar en sus personas cercanas gestos, palabras, tonos, que les transmiten una emoción negativa.
- Ejemplo...

- Presentan más dificultades que otros niños en atender a las señales sociales y anticipar los resultados y las consecuencias que éstos tendrán en uno mismo y los demás, lo que les provoca problemas de rechazo social, aislamiento forzado, y en ocasiones soledad crónica.

Estas dificultades socioemocionales se correlacionan con déficits en su Inteligencia Emocional, es decir, en su manejo y regulación de la emoción y los afectos.

- El entrenar a los afectados por el TDAH a realizar ejercicios de autoconocimiento, autoexpresión emocional, la empatía y la autoestima, potenciará el óptimo desarrollo socio-afectivo, que a su vez le ayudarán a generar estrategias de autocontrol intrínsecas que palien la desregulación emocional que en ocasiones padecen los afectados en el TDAH. Todo esto les reportará beneficios tales como:

- Aumentará la autoestima.
- Aumentará las probabilidades de éxito académico.
- Mejorará el clima familiar y escolar-
- Repercutirá positivamente en la salud mental.
- Aparecerán con mayor frecuencia las interacciones sociales con éxito.

Conciencia Emocional:

- Es la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en el que aparece. Es algo que debemos enseñar a nuestros hijos desde su temprana edad, de lo contrario serán como muchos adultos que no saben controlar sus sentimientos, porque no lo reconocen en el momento en que están sintiendo.

- Si tienes conciencia de que la rabia está apoderándose de ti, como un volcán en erupción, entonces podrás saber cómo actuar para no estallar.
- Además de saber identificar el sentimiento, también es importante comprender su intensidad, para así controlarlo antes de desborde.

Regulación Emocional

- Es la capacidad que nos permite controlar la expresión de nuestros sentimientos y emociones, adecuándolos al momento y al lugar. Eso, para un adulto que no ha trabajado la educación emocional en su vida, es bastante difícil, imagínalo en un niño con TDAH. Conseguir que un niño con TDAH controle su impulso de rabia, por ejemplo, en el momento que ya entró en "activación" es difícil, pero no es imposible.

Autonomía Emocional

- Es un conjunto de habilidades emocionales relacionadas con la autogestión de los sentimientos. Su objetivo es evitar la dependencia emocional. Ese es un paso muy importante dentro de la educación emocional, porque tú no podrás estar siempre al lado de tu hijo para ayudarlo a controlarse.

Competencia Social

- Es la capacidad para reconocer las emociones en los demás y saber mantener relaciones interpersonales satisfactorias. Debemos enseñar a nuestros hijos a escuchar e interpretar la comunicación no verbal. La empatía es la clave de la competencia social

El manejo del TDAH en el aula: Estrategias para el éxito

- Debido a su falta de retención en mente: Crear a su alrededor listas, tarjetas, signos, pegatinas.
- Por tener un deterioro en el tiempo: Poner un reloj en su mesa, dividirles el tiempo.
- Por no poder ver el futuro: Desglosar en etapas o tareas, leer varias páginas y hacer apuntes (libro).

- Tratar el problema con motivación, aprender técnicas de modificación de la conducta y aplicación de consecuencias tanto positivas como negativas.
- Permitir más manipulación externa de las tareas y normalizar el problema tanto como se pueda.

- No se les debiera dar tanto trabajo como a los demás o al menos dividírselo.
- Todos los pupitres deben estar mirando al profesor y al afectado situarle delante.
- Enfocar en la productividad. El punto de rendimiento está en clase, no en casa (punto de desempeño). Se les debiera de dar los lunes la tarea a realizar a lo largo de la semana, anotada o fotocopiada. Así la vida familiar se podrá organizar en torno a los deberes.

- Los deberes no tienen ningún valor en primaria. Son importantes en secundaria. Superior a 1 hora y media es improductivo. Lo ideal es utilizar 10 minutos por curso.
- Mayor libertad de movimientos, ejercicio físico, más descansos, clases más interactivas. Cuanto más se puedan mover, mejor aprenderán.
- Para no hacer distinciones entre los que levantan la mano y no la levantan utilizar una "pizarra contestación" para todos.

consideraciones básicas para utilizar en nuestras aulas

- Tener en los centros una profesora experta en TDAH encargada de todos los niños con TDAH y que recomiende a los profesores que hacer en el aula. Mantener una comunicación bilateral.
- No retener en el mismo grado: Cuando se les retiene los niños se vuelven más agresivos y las niñas más depresivas.
- Centrarse durante las 2 primeras semanas del curso en el comportamiento más que en la materia que se va a dar

- Mantener un contacto físico y visual para llamar su atención.
- Preguntarle cuantos problemas puede hacer.
- Dejarles manejar el ordenador.
- Para usar recompensas: La primera semana se les dice a todos los padres que limpien los armarios y lo lleven en una caja al colegio para usar ese material como recompensa.

- Ganarse una recompensa en casa por su comportamiento en el colegio.
- Usar cartulinas de colores para comunicarse cuando se pueden mover o acercarse a la mesa del profesor.
- El castigo no funciona si no existe una compensación disponible por algo positivo.

Cómo un profesor puede comprender y ayudar a un alumno/a con TDAH

- **1. Conocer la situación del alumno**

Deberá estar al tanto del funcionamiento del niño, sus necesidades y sus puntos débiles así como de la forma de poder ayudarlo.

- **2. Profundizar en el conocimiento del trastorno**

o 3. Establecer un vínculo profesor-alumno

Tener una relación positiva entre el alumno y el profesor: Más que ningún otro niño, los alumnos con TDAH necesitan de apoyos positivos, elogios y ánimos.

El profesor debe mostrar interés cuando el alumno esté trabajando en su mesa. Acercarse a su mesa habitualmente y preguntarle si tiene dudas o necesita apoyo, es una forma de darle seguridad al alumno y animarle a que siga trabajando.

- También es importante de cara a evitar llamar la atención públicamente, comunicarse de **forma discreta**, casi invisible para el resto del grupo. Un chasquido de dedos o apoyar la mano en su hombro puede hacerle recuperar su atención. Es importante que el profesor acuerde con el alumno unas señas que hagan que el alumno comprenda que debe corregir algo o continuar con su trabajo.

○ 4. Focalizarse en la autoestima

Aceptar las dificultades. Tratar con normalidad las dificultades sin darles excesiva importancia tanto de cara al alumno como de cara al grupo. Recordar públicamente que nadie es perfecto y que todo el mundo lleva su ritmo.

- Identificar los esfuerzos. Recordarle al alumno tanto en privado como públicamente, que su intervención ha sido muy buena, que su colaboración ha sido muy positiva para el resultado, que el esfuerzo es notable y visible, que el cambio de actitud y comportamiento es algo que todo el mundo está valorando muy positivamente, etc.

- Intentar modificar el lenguaje. Procurar expresarse de manera más positiva evitando expresiones como "Bien, **pero** lo puedes hacer mejor". Es preferible usar expresiones como: "Muy bien. La próxima intenta mejorar esto". Cambiar los mensajes negativos por mensajes de ánimo para el futuro.

- Cuidar la autoestima del niño/a.
- No hacer comentarios que le hieran.
- No significar al alumno/a en público.
- No identificar "persona" y "conducta". Evitar usar el verbo "ser", sustituyéndolo por "estar", "tener", etc.: "eres un despistado/a", "estás despistado/a".

- Ser asertivos y expresar las conductas inadecuadas en positivo: “te portas fatal” “valoro mucho más cuando te portas bien”.
- Reconocer la mínima mejora en su conducta y en su rendimiento académico.

- Estar alerta y reforzar inmediatamente las conductas adecuadas con elogios públicos, premios o buenas notas en la agenda para informar a la familia.
- Enviar informes frecuentes a los padres y madres, para comunicar los avances. Si son positivos en la agenda o cuadernos. Si son negativas a través de correo electrónico u otras vías a las que no acceda el alumno/a.

- Asignar responsabilidades al niño o la niña delante de todo el grupo y organizar actividades en las que pueda tener éxito, para reconocer su valía.
- Valorar más el esfuerzo y no tanto el resultado.

○ 5. Favorecer la integración

El profesor debe promover actividades y tareas donde el alumno con TDAH pueda destacar positivamente a los ojos del grupo (destacar sus destrezas).

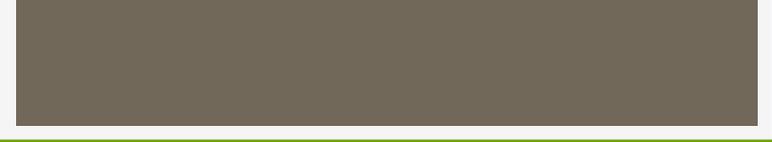
- También debe favorecer la inclusión dentro del grupo con actividades y dinámicas grupales dándole un papel importante dentro de éste. Así el alumno integrado en el grupo colaborará para la consecución de objetivos conjuntos compartiendo el éxito del resultado con sus compañeros.

○ 6. Normalizar las dificultades

Promover la lectura en voz alta aunque tengan dificultades al leer, se equivoquen, corran, etc. Hay que darles tiempo para poder rectificar, repetir, sin presionar ni comprar, ni infundir miedo al error. No sólo los alumnos con TDAH tienen dificultades al leer, por lo que la lectura en voz alta ayudará a des-estigmatizar que sólo el alumno con TDAH tiene dificultades.

○ 7. Adaptarse a sus necesidades

Sentarlo en un lugar tal que le podamos supervisar sin necesidad de levantarnos, situándole además lejos de distracciones (ventanas, ruidos, puerta...) y junto a compañeros en los que se pueda apoyar para copiar o completar las tareas a realizar o apuntes.



Las instrucciones deben darse con proximidad física y con contacto ocular, de una en una, de manera concisa, clara y asegurándose siempre de pedirle feedback (asegurarse de que ha entendido, pidiéndole que lo repita).

- Si el profesor identifica que el alumno necesita de medidas que vayan más allá de sus competencias en el aula, deberá informar al orientador para trazar un plan más específico.