



Guía de actuación con el alumnado con TDA-H

*(Déficit de atención con
hiperactividad)*



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

HEZKUNTZA, UNIBERTSITATE
ETA IKERKETA SAILA

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN



ISBN 84-457-2312-X



9 788445 723128

P.V.P. : 6 €

3 baterabiltzeko tresnak recursos para la inclusión

Guía de actuación con el alumnado con TDA-H

*(Déficit de atención con
hiperactividad)*

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

HEZKUNTZA, UNIBERTSITATE
ETA IKERKETA SAILA

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia

Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

Vitoria-Gasteiz, 2006

Guía de actuación con el alumnado con TDA-H : (déficit de atención con hiperactividad) / [autores, ADAHigi, AHIDA, ANADAHI].– 1.ª ed.– Vitoria-Gasteiz : Eusko Jauriaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia = Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco, 2006

p. ; cm.– (Baterabilitzeko tresnak = Recursos para la inclusión ; 3)

Port. y texto contrapuesto en euskera: "AFN-H sindromea duten ikasleekin jarduteko gida ..."

ISBN 84-457-2312-X

1. Trastornos por déficit de atención con hiperactividad. 2. Niños hiperactivos-Educación. I. ADAHigi, Asociación de Déficit de Atención con Hiperactividad-Gipuzkoa. II. AHIDA, Asociación de Padres de Hiperactivos con Déficit de Atención e Impulsividad de Bizkaia. III. ANADAHI, Asociación de Niños y Adultos con Déficit de Atención, Hiperactividad e Impulsividad de Álava. IV. Euskadi. Departamento de Educación, Universidades e Investigación.

V. Título (euskera). VI. Serie

616.89-008.47/.481

376.1-056.14

TÍTULOS PUBLICADOS

1. Guía para elaborar menús sin gluten
2. Educar a niños y niñas con cáncer. Guía para la familia y el profesorado

Edición: 1ª setiembre de 2006
Tirada: 4.000 ejemplares
© Administración de la Comunidad Autónoma del País Vasco
Departamento de Educación, Universidades e Investigación
Internet: www.euskadi.net
Edita: Eusko Jauriaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco
Donostia-San Sebastian, 1 - 01010 Vitoria-Gasteiz
Autores: ADAHigi, AHIDA, ANADAHI
Dibujos: Mikel Villanueva
Diseño y maquetación: Xabin Arzelus
Impresión: RGM, S.A.
ISBN: 84-457-2312-X
D. L.: BI-2092-06

SUMARIO

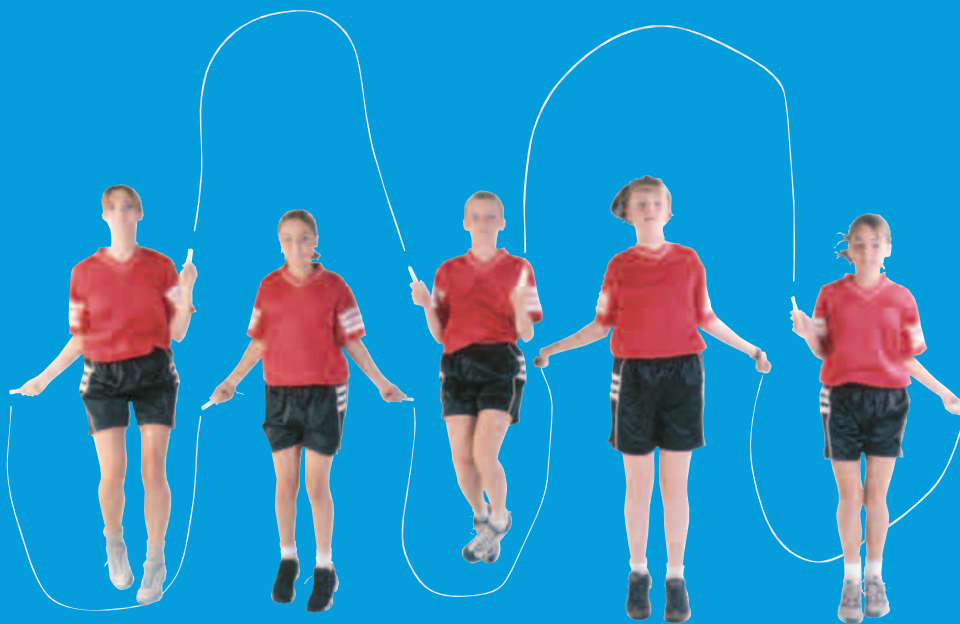
- AGRADECIMIENTOS	4
- PRESENTACIÓN	5
- PRÓLOGO	6
- DEFINICIÓN. ¿QUÉ ES EL TDA-H?	7
- RECOMENDACIONES PARA TRATAR CON NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES CON TDA-H EN EL AULA	10
- DÉFICIT DE ATENCIÓN: <i>Recomendaciones para tratar en el Aula con los niños y niñas de Educación Primaria</i>	17
- HIPERACTIVIDAD: <i>Recomendaciones para tratar en el Aula con los niños y niñas de Educación Primaria</i>	18
- DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD: <i>Recomendaciones para tratar en el Aula con Adolescentes de Educación Secundaria Obligatoria</i>	21
• Consideraciones a tener en cuenta por el equipo directivo	22
• Consideraciones en las relaciones sociales	23
• Consideraciones para el aula	25
• Consideraciones en las evaluaciones	26
• Consideraciones y colaboración con la familia	27
- PIDA AYUDA, SI CREE QUE LA NECESITA	28
- ASOCIACIONES	29
- LIBROS RECOMENDADOS	30

AGRADECIMIENTOS

El Departamento de Educación, Universidades e Investigación, agradece a ADAHgi, Asociación de Déficit de Atención con Hiperactividad-Gipuzkoa; AHIDA, Asociación de Padres de Hiperactivos con Déficit de atención e impulsividad de Bizkaia y ANADAHI, Asociación de Niños y Adultos con Déficit de Atención, Hiperactividad e Impulsividad de Álava, la elaboración del texto y las facilidades dadas para la publicación de esta guía.

Del mismo modo agradece a Mikel Villanueva por la donación generosa de las ilustraciones del cuadernillo enriqueciendo así su contenido.

El agradecimiento quiere ser extensivo a todos los niños y niñas con déficit de atención con hiperactividad por enseñar a sus padres y madres que las dificultades y errores son el camino del aprendizaje.



PRESENTACIÓN



La "Guía de actuación con el alumnado con TDA-H" que se publica en la colección "baterabiltzeko tresnak-recursos para la inclusión" se inscribe dentro de las actuaciones en torno a la primera línea prioritaria de Innovación Educativa para el trienio 2003-2006, que concreta la larga trayectoria del Departamento de Educación, Universidades e Investigación en la consecución de una escuela inclusiva.

La construcción de una escuela inclusiva si bien es una responsabilidad de la administración educativa también debe ser un compromiso de todas las personas que nos movemos en torno a la importante tarea de la educación de los niños, niñas y jóvenes del País Vasco: profesorado, padres y madres, el propio alumnado, la comunidad social donde se ubica la escuela, el movimiento ciudadano etc.

Una educación que pretenda superar las barreras para el aprendizaje y la participación promueve proyectos educativos que superen las barreras que la escuela puede establecer al aprendizaje y a la participación del alumnado con especiales dificultades. Proyectos que además de acoger posibiliten el aprendizaje. También facilita la creación de redes de centros inclusivos así como coordina los agentes educativos para el apoyo en la superación de dichas dificultades. Del mismo modo potencia la participación de las familias a favor de la inclusión educativa.

La opción por una escuela inclusiva exige estar trabajando por una educación básica de calidad para todas las personas y habilitar las escuelas para que atiendan a todos los niños y niñas de su comunidad. Esto significa desarrollar escuelas que acojan a todo el alumnado cualquiera que sean sus características, desventajas y dificultades valorando la diversidad como una riqueza... y considerado que la desigualdad no es tal riqueza.

El presente documento ha sido realizado por un grupo de madres con hijos e hijas con TDA-H de Álava, Gipuzkoa y Bizkaia. Para su realización se ha contado con la ayuda de Psicólogas, Psicopedagogas y Trabajadoras Sociales colaboradoras en las asociaciones que sobre hiperactividad existen en los tres territorios de la Comunidad Autónoma del País Vasco.

El Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco al tiempo que agradece esta colaboración desinteresada manifiesta su deseo de continuar en esta línea de participación de las familias en la apuesta por una escuela inclusiva donde tengan cabida todos los niños y niñas de nuestra Comunidad.

Tontxu Campos Granados

Consejero de Educación, Universidades e Investigación
Gobierno Vasco

PRÓLOGO

Hasta hace aproximadamente una década, el TDA-H (Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad) era un gran desconocido para la mayoría del profesorado. Actualmente, aunque las cosas han cambiado en parte, se sigue con más frecuencia de la deseada, confundiendo a los niños y niñas aquejados de este trastorno que presentan problemas de conducta, con mala educación o que no tienen límites. A veces se busca la responsabilidad en el entorno familiar, se busca la causa donde no está y se les impide recibir el trato y el tratamiento que precisan. Existe la falsa creencia de considerar a todos los niños y niñas con el mismo potencial para el desarrollo del autocontrol y por tanto es misión no sólo de padres y madres sino también del profesorado que consigan dicho autocontrol.

Aquí nos encontramos con unos niños, niñas y adolescentes con dificultades de rendimiento y de comportamiento en los que la causa hay que buscarla en procesos internos a ellos mismos. Si no tenemos esto claro podríamos llegar a la conclusión equivocada de que cualquier dificultad emocional, de conducta o de aprendizaje son consecuencia de una relación pobre o patológica en el seno de la familia, de pautas de crianza desacertadas o de un manejo inadecuado de las conductas a corregir.

Las personas adultas no somos los causantes de sus comportamientos y dificultades pero sí que podemos facilitarles la ayuda necesaria para evitarles problemas añadidos como el fracaso escolar, el déficit de autoestima o frustraciones innecesarias.

Este trastorno es más frecuente en los niños que en las niñas en una proporción, de acuerdo con DSM-IV, de 4 a 1. Se estima que de un 3% a un 5% de los niños/as en edad escolar padecen TDA-H. Hay evidencia científica de la relación existente entre este trastorno y algunas de las dificultades de aprendizaje mejor estudiadas.

En la base del presente cuadernillo está la creencia de que solamente a través de la coordinación de todas las personas adultas (padres, madres, educadores, educadoras y otros profesionales), implicados en la educación de estos niños, niñas y adolescentes se podrán obtener los resultados deseados. La ayuda al profesorado y un pequeño esfuerzo por parte de todas las personas implicadas en su educación puede mejorar en gran medida la vida de este niño, niña y adolescente.



DEFINICIÓN. ¿QUÉ ES EL TDA-H?

Con las siglas TDA-H nos referimos a un trastorno plurisintomático que se denomina Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad y como cualquier otro trastorno tiene sus particularidades que lo definen. Se trata de las siguientes:

- a) La característica principal del trastorno por TDA-H es un patrón persistente de desatención y/o hiperactividad-impulsividad, que es más frecuente y grave que el observado habitualmente en sujetos de un nivel de desarrollo similar.

- b) Algunos síntomas de hiperactividad-impulsividad o de desatención causantes de problemas tienen necesariamente que haber aparecido antes de los 7 años de edad. Sin embargo, en muchas ocasiones son diagnosticados habiendo estado presentes los síntomas durante varios años.
- c) Los síntomas deben producirse al menos en dos situaciones: ámbito escolar, familiar y/o laboral. Debe haber pruebas claras de deterioro en el ámbito en el que el niño/a se desenvuelve.
- d) El TDA-H tiene su entidad propia sin que vaya asociado a otra patología (por ejemplo: trastorno del estado de ánimo, trastorno de ansiedad, trastorno disociativo, trastorno de la personalidad, etc.).

Este trastorno tiene tres síntomas nucleares:

- **Déficit de atención**
- **Hiperactividad**
- **Impulsividad**

La Asociación Americana de Psiquiatría (APA) ha acordado que se pueden distinguir dentro de los niños y niñas hiperactivos tres subgrupos o tipologías:

1. Predominan los síntomas de inatención.
2. Predominan los síntomas de hiperactividad e impulsividad.
3. Tienen los tres síntomas: la inatención, la hiperactividad y la impulsividad.

Cada una de estas tres tipologías puede ser leve, moderada o grave.

TRASTORNO DE DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD TDA-H

DÉFICIT DE ATENCIÓN

- Dificultades para mantener la atención, concentración.
- Parece que no escuchan.
- No siguen instrucciones.
- No terminan actividades.
- Dificultades para organizar tareas.
- Dificultades para retener datos y ordenes.
- Extravían objetos.
- Evitan esfuerzo mental.
- Se distraen.
- Descuidados en actividades diarias y actividades académicas.

HIPERACTIVIDAD

- Se remueven en su asiento.
- Abandonan su asiento.
- Corren, saltan en situaciones inapropiadas.
- Dificultades para dedicarse a actividades tranquilas.
- Siempre en movimiento.
- Necesidad de cambiar de actividad continuamente.
- Hablan en exceso.
- Propensos a los accidentes.

IMPULSIVIDAD

- Actúan antes de pensar.
- Precipitan respuestas.
- Dificultades para guardar turnos.
- Interrumpen actividades o conversaciones.
- Dificultades para medir las consecuencias de sus actos.

RECOMENDACIONES PARA TRATAR CON NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES CON TDA-H EN EL AULA

Explicarle al niño, niña o adolescente el problema que tiene y que lo acepte. Debemos transmitirle confianza y esperanza de que puede llegar a controlar sus impulsos y llevar una vida normalizada. De ahí la importancia del estímulo y refuerzo de manera constante y continuada (si esto es importante para todos, niños y adultos, es indispensable para quienes sus conductas les hacen dudar de su valía personal). Sólo de esta forma podremos evitar el desánimo que le producen sus dificultades y lograr que siga el mismo ritmo de aprendizaje del grupo de iguales.

"Pueden porque creen que pueden". Estos niños, niñas y adolescentes tienen que aprender a ser conscientes de sus potenciales, para que les lleven a sentirse bien y así poderse desarrollar. Somos las personas adultas que nos relacionamos con ellos y ellas quienes tenemos la responsabilidad de crear ese ambiente adecuado y necesario.

PRIMEROS PASOS

- **Aceptación del trastorno por parte de los/as padres/madres y orientación a los mismos**
- **Formación del profesorado en el manejo del trastorno**

Es conveniente separar la persona del acto, ya que en la mayoría de los casos no son conscientes de las consecuencias de sus acciones. Fomentar la buena conducta, la utilización del elogio, es fundamental cuando se trata de alumnos o alumnas con TDA-H. Dar una palmada en la espalda, mostrar aprobación, animar, cuidar con cariño... es el refuerzo más deseado. Busque y resalte el éxito tanto como le sea posible. Viven con tantos fracasos que necesitan todos los éxitos que puedan conseguir.

Los niños y niñas con TDA-H se benefician enormemente cuando reciben comentarios positivos, admiración o reconocimiento. Les encanta que se les animen. Lo asimilan y mejoran con ello. Y sin ello se encogen y se apagan. Frecuentemente uno de los aspectos más devastadores del TDA-H no es el trastorno en sí mismo, sino el daño secundario que produce en la autoestima personal. No escatime con estos el darle ánimos y alabanzas, ajustando siempre el refuerzo al esfuerzo realizado y no al logro obtenido.

Enséñele a reflexionar, transmítale información que le ayude a auto-observarse mejor. Suelen ser muy malos/as definiendo su comportamiento, frecuentemente no tienen ni idea sobre cómo resultan para los demás o sobre cómo se han comportado. Intente darle siempre esa información de manera constructiva. Hágale preguntas que fomenten la reflexión sobre su propio comportamiento.

Por el contrario, cuando sea necesario llamarles la atención, hágalo siempre a solas, de forma exclusiva, con delicadeza; tienen un gran sentido del ridículo. Hable frecuentemente con ellos/as y averigüe cuál es la manera en la que mejor se desenvuelve, conozca sus puntos de vista, sus dificultades y progresos.



Las normas y los límites también son básicos, les estructuran y les dan seguridad. Establézcalos de forma muy clara, bien definidos y de manera adecuada a su edad:

- Actúe con firmeza pero no con rigidez.
- Combine la tolerancia con una disciplina adecuada. Hay que tener una mayor tolerancia, pero sin desviar ni modificar las normas y pautas predeterminadas.
- Ponga las normas en paredes o sitios visibles. Haga que las escriban y las cuelguen en dichos lugares.



Les da confianza el conocer perfectamente lo que se espera de ellos y ellas:

- De un toque de atención antes de decir las cosas y luego dígalas.
- Repita y escriba las instrucciones.
- Coméntelas y repítalas de nuevo.
- Marque objetivos progresivos día a día.
- Alterne los objetivos con refuerzos y juegos de "premio".
- Evite el exceso de estimulación, principalmente en los juegos.

Es básico entender el trastorno y tener una mayor tolerancia que la que uno tendría con un niño, niña o adolescente que le cuesta menos concentrarse y controlarse. Las personas adultas hemos de aportar todo aquello que le falta: organizarse, estructurar sus actividades en pequeños pasos para que se acostumbre a planificar, hacer, acabar y comprobar. Hay que aprovechar sus capacidades y ayudarle a disfrutar de la vida escolar.

RECUERDE

- NO ES QUE NO QUIERA CENTRARSE, NO PUEDE HACERLO
- DÍGALE LO QUE HACE BIEN PARA QUE PUEDA REPETIRLO
 - ACOMODE LA TAREA A SU RITMO DE TRABAJO
 - PERMÍTALE VÁLVULAS DE ESCAPE

Reconozca y refuerce aquellas conductas que resulten positivas. De nuevo insistimos en la importancia de los refuerzos. El reconocer públicamente una acción positiva le dará ánimo para repetir la siguiente, así como confianza en sí mismo/a. Ofrezcale incentivos (cuentos, juegos, trabajos manuales, vídeos...). Los niños, niñas y adolescentes con TDA-H responden bien a los incentivos y gratificaciones. Muchos son, de hecho, pequeños grandes negociantes.



PROBLEMAS ASOCIADOS AL TDAH

COMPORTAMENTALES	RELACIONES PERSONALES	ESTADOS DE ÁNIMO	DIFICULTADES ACADÉMICAS
<ul style="list-style-type: none"> • Desafiantes • Oposicionistas • No respetan normas... • Pérdida de control ante exigencias 	<ul style="list-style-type: none"> • Rechazo por el grupo de iguales • Falta de habilidades sociales • Etiquetados por el entorno social • Baja tolerancia a las críticas 	<ul style="list-style-type: none"> • Dominados por la desilusión • Estado de ánimo decaído • Baja tolerancia a la frustración • Cambios bruscos de humor 	<ul style="list-style-type: none"> • Planificación • Procesamiento del pensamiento • Memoria de trabajo • Relaciones espacio temporales • Coordinación viso-motora • Orden y pulcritud

De aquí que no debamos entrar en su juego cuando el niño o la niña nos reta y nos pone a prueba. Cuando el niño o la niña haga algo que deba ser reprobado, exprese el por qué de su enfado de forma breve, con pocas palabras y después concédale un tiempo de reflexión sobre su conducta.

Estos niños y niñas suelen tener unas preferencias claramente definidas y mucha imaginación, además de una imparable necesidad de moverse. Utilice esta necesidad para encargarles pequeñas responsabilidades que ayuden a que su imagen, al cumplirlas, sea positiva. Llevar y traer cosas a secretaría o dirección, abrir o cerrar ventanas... pueden ser actividades que les mantienen en movimiento, les ayudan a descansar entre una tarea y otra, y les dan sentido de utilidad. Otórguele responsabilidad siempre que sea factible. Permítale que diseñe su propio sistema para recordar lo que tiene que llevar en su mochila escolar, o haga que le pida ayuda en vez de decirle siempre lo que necesita.

Hable despacio, relajadamente y de forma clara. Haga que se fije en la vocalización, mirando los labios de la persona que está hablando. Simplifique las instrucciones, las opciones, los calendarios. Cuanto más simple sea su lenguaje, más probable es que sea comprendido. Utilice un lenguaje animado, ya que, de la misma manera que el color llama la atención visualmente, el lenguaje "en color" mantiene la atención.



Permítase ser una persona divertida, graciosa o escasamente convencional. Les encanta el juego y responden ante él con entusiasmo. Les ayuda a enfocar su atención. Tenga en cuenta que gran parte del "tratamiento" implica aspectos muy tediosos como estructuración, reforzamiento de la atención, calendarios, normas, listados..., muéstrole que todo ello no tiene que ir emparejado con ser una persona aburrida, y que la clase no tiene por qué ser monótona. Estos niños y niñas tienen bastante más talento de lo que puede parecer a simple vista. La creatividad, la diversión, la espontaneidad y el sentido del humor es una de sus características más positivas.

Presionar no es una buena táctica. Además intentará imitar esta acción y quizás se vuelva contra usted. Cuando sea necesario utilizar el castigo siempre debe ser **FIRME, INTENSO, INMEDIATO, PROPORCIONADO** y que tenga que ver con la conducta que se castiga.

**TIENDEN A SER RESISTENTES ANTE LAS ADVERSIDADES Y
A DESARROLLAR LA GENEROSIDAD,
LES ENCANTA AYUDAR
Y SON CAPACES DE HACER PARA CON LAS DEMÁS PERSONAS
COSAS QUE NO SON CAPACES DE HACER PARA SÍ**

Algo que debemos tener presente de manera constante es la necesaria e imprescindible colaboración y coordinación entre el profesorado, la familia y los profesionales de la salud. Se deben conocer perfectamente las pautas a seguir en cada ambiente e intentar aunar esfuerzos. Las estrategias que mejor funcionan son establecer un plan de trabajo entre el centro escolar, la familia, y profesionales de otros servicios. Es necesaria una colaboración continua en la búsqueda de soluciones. También deben planificarse revisiones y evaluaciones periódicas del plan de trabajo.

Por parte de las personas adultas y refiriéndonos a padres, madres y profesorado, hemos de conocer nuestros propios límites. No debemos tener miedo de pedir ayuda a profesionales, ya que, no tenemos por qué ser especialistas en este trastorno.

Debemos poder sentirnos con comodidad pidiendo ayuda, cuando creamos que la necesitamos. Es importante que los/as padres/madres se protejan y se cuiden con el fin de poder ayudar mejor al niño/a.

El trabajo dentro del aula con los niños, niñas y adolescentes con TDA-H no siempre es fácil, y el Centro debe utilizar todos los Recursos Institucionales existentes. Si usted en su aula tiene un niño/a con estas características y cree que necesita ayuda para poder atenderle hable con la dirección del centro para comunicárselo a los Berritzegunes.

DÉFICIT DE ATENCIÓN

Recomendaciones para tratar en el Aula con los niños y niñas de Educación Primaria

1. Mantenga contacto visual frecuente. Puede que sea capaz de romper una situación de distracción únicamente con su mirada.
2. Sobre las tareas escolares:
 - Tienen que ser cortas, estructuradas y motivadoras. Mejor pocas, variadas y supervisadas.
 - Utilice esquemas. Enséñele a hacer esquemas. Enséñele a subrayar.
 - Favorezca la lectura en voz alta, tanto en clase como tarea escolar para casa. Utilice los cuentos y el contar historias.
 - Márquele tiempos para que ajuste su tarea a ellos. Tener en cuenta al establecer dichos tiempos que necesitan una cierta "propina" o "ventaja", ya que la facilidad de distracción, la hiperactividad y la impulsividad juegan en su contra.

**EL CAMINO PARA LA DISCIPLINA NO ES EL CASTIGO,
SINO EL REFUERZO DE LO POSITIVO**

3. Establezca periodos de descanso frecuentes.
Teniendo en cuenta su imposibilidad para mantener la atención durante un periodo de tiempo prolongado, es conveniente que entre tarea y tarea se le permita descansar o variar de actividad (beber un vaso de agua, prepara el material para la siguiente tarea, abrir o cerrar las ventanas, ...).

4. Ante los exámenes.

El tener un déficit de atención significa que su tiempo de atención es menor, y el esfuerzo que tiene que hacer es mayor, por eso en los exámenes se cansará antes. En situación de examen la ayuda pasa por dividir o adaptar la cantidad de información, esto es, ponerle menos preguntas o darle la oportunidad de hacer el examen en dos veces. Otra posibilidad sería la de realizar exámenes orales, pues el rendimiento es mayor que en el escrito. Aplique estas pautas a todo el grupo si lo cree conveniente.

HAY QUE MANTENERSE ALERTA A LOS MOMENTOS BRILLANTES

5. Utilización de medios técnicos que favorezcan su atención (videos, ordenadores, etc.).

6. Programar la actividad diaria. Programar el trabajo/tarea para la jornada alternando asignaturas teóricas con trabajo práctico (estudio-ejercicio, estudio-trabajo).

HIPERACTIVIDAD

Recomendaciones para tratar en el Aula con los niños y niñas de Educación Primaria

1. Fomente el ejercicio físico, preferentemente el vigoroso ya que les ayuda a eliminar la excesiva energía.

2. Establezca "tiempos" para que se mueva.

**EL EXCESO DE ENERGÍA TIENE SU PARTE POSITIVA
HAY QUE SABER CANALIZARLA**

3. Deje que sea su "ayudante".

- Como las esperas le cuestan, déle la oportunidad de que sea su ayudante al poner el vídeo, al repartir... y dígale al grupo lo bien que lo hace.
- Facilítele las salidas y entradas del aula, teniendo en cuenta que tiene dificultades en mantener una fila.
- Haga un poco "la vista gorda", aunque siempre se le debe hacer saber de antemano que es lo que está permitido y lo que no.

4. Promueva la expresión, son personas muy creativas e imaginativas. Se expresan bien con gestos, teatro, mimo....

**EL/LA NIÑO/NIÑA CON TDA-H NECESITA APOYO
SOMOS LOS ADULTOS QUE INTERACTUAMOS CON ÉL/ELLA LOS
QUE TENEMOS QUE FACILITARLE LAS CONDICIONES NECESA-
RIAS PARA QUE RINDA ADECUADAMENTE**

5. Favorezca que expresen sus tareas mediante trabajos escritos que puedan leer en clase, haciendo a la vez ejercicio de expresión, organización, etc.
6. Ajuste horarios. Los horarios de mayor esfuerzo, rendimiento escolar, si se puede, adecuarlos a la toma/efecto de la medicación (si está medicado/a).



***Fomente el ejercicio físico
ya que les ayuda a eliminar la excesiva energía***

DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD

*Recomendaciones para tratar en el Aula
con Adolescentes de Educación Secundaria Obligatoria*



CONSIDERACIONES A TENER EN CUENTA POR EL EQUIPO DIRECTIVO

1. El centro escolar y el profesorado necesitan apoyo institucional, formación e información sobre el TDA-H.
2. Elaboren un proyecto educativo de continuidad para su alumnado con TDA-H, que abarque toda su vida escolar, que deberá asumir todo el profesorado (no es una cuestión de voluntades).
3. El profesorado que vaya a trabajar con un alumno o alumna con TDA-H deberá conocer sus características de antemano.

**EN LOS Y LAS ADOLESCENTES CON TDA-H
PODEMOS ENCONTRAR LO QUE BUSQUEMOS,
LO BUENO Y LO MALO,
PERO SI QUEREMOS AYUDARLES
TENEMOS QUE CENTRARNOS EN LO POSITIVO
Y NO EN LO NEGATIVO**

4. Si no conocieran dicho Trastorno, facilitenles la formación necesaria.
5. Ante las posibles dudas sobre el TDA-H siempre pueden ponerse en contacto con los servicios de apoyo a la docencia, Berritzegunes.
6. Busquen el modo de que su alumno o alumna con TDA-H pueda beneficiarse de una tutoría individualizada.

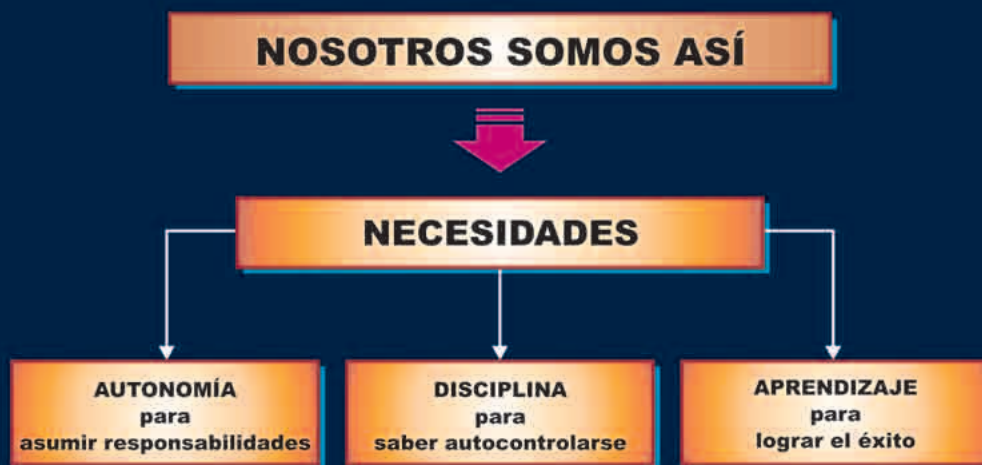


CONSIDERACIONES EN LAS RELACIONES SOCIALES

1. Establezca una relación de respeto, utilice un lenguaje claro y conciso. Cuando tenga que dirigirse a su alumno-a con contundencia hágalo en un tono afable.
2. Utilice la comunicación asertiva, no confronte ni presione conductas o acciones en momentos de crisis, no obligue al alumno-a a remediar su conducta en momentos en que está alterado/a.
3. Establezca castigos en momentos que no haya conflicto.
4. Evite criticarle públicamente o ponerle en evidencia. Usted sabe que comete errores, comételes con él en privado y hágale partícipe de las soluciones para corregirlos.
5. Dígale lo que tenga que decirle lo antes posible. Hable con frecuencia con su alumno o alumna, tanto para motivar como para corregir actitudes; haga que la conversación sea breve y amena. Expresé sus ideas con claridad.

6. Procure que sienta su proximidad. Usted es su guía en el centro escolar, recuérdese que estará ahí si le necesita, que cuando le corrige no es para hacerle sentir mal, si no para ayudarlo y hacerle saber en qué puede mejorar.
7. Acompáñele y ayúdele a crecer. No sea la piedra con la que tropiece en el camino, si no la mano que le ayuda.

TRANSMITA LOS MENSAJES DE FORMA
HONESTA, RESPETUOSA,
DE MANERA DIRECTA Y OPORTUNA



CONSIDERACIONES PARA EL AULA

1. Manténgale cerca de usted.
2. Acuerde con su alumno o alumna un lenguaje gestual para cuando necesite llamar su atención.
3. Busque el contacto visual cuando explica o da instrucciones. Pídale de vez en cuando y privadamente que la repita para asegurarse que ha captado la información, no de por hecho que ha captado la información.
4. Explíquelo el vocabulario empleado en las instrucciones de los ejercicios.
5. Indíquelo los aspectos más importantes de la materia que están manejando.
6. Incentive el subrayado.
7. Divídale la presentación de tareas en pequeñas partes y pídaselas en cortos espacios de tiempo.
8. Revise con frecuencia sus tareas.
9. Sea flexible a la hora de la entrega de trabajos y cuadernos. Hágale responsable de su recogida, le ayudará mejor a recordar la fecha de presentación y aumentará su autoestima.
10. Utilice lo que hace bien para reforzarle, no incida demasiado en los fallos (su autoestima es frágil).
11. Refuerce aquellas habilidades en que se desenvuelve mejor.
12. Favorezca las actividades visuales y dinámicas.
13. El exceso de severidad no soluciona la hiperactividad, desmotiva a los-as adolescentes aumentando la sensación de fracaso.

AYUDAR SIGNIFICA:

- SI NO SABE, ENSEÑAR
- SI NO QUIERE, MOTIVAR
- SI NO PUEDE, APOYAR



CONSIDERACIONES EN LAS EVALUACIONES

1. Valore y adapte el tiempo que necesita para hacer el examen y ofrézcale un lugar libre de distracciones que favorezca su concentración. Recuerde que tiene dificultad para calcular y organizar el tiempo que necesita para hacer las pruebas de un examen.
2. Asegúrese de que lee con atención los enunciados de las preguntas (no es problema de entender, sino de atender), resalte si fuera necesario aquellas palabras que puedan ayudarle a orientar su respuesta.
3. Observe. Es posible que en algunas materias resuelva mejor su examen de forma oral.
4. Planifíquelo los exámenes. Es preferible que le examine con más frecuencia pero con menor número de preguntas.
5. Valore su esfuerzo por aprender tanto como lo aprendido; **EL ÉXITO NO ESTA EN EL RESULTADO SINO EN EL PROCESO.**

LA CRÍTICA GENERA INSEGURIDAD Y AUMENTA EL CONFLICTO, LA PROPUESTA PROMUEVE LA SOLUCIÓN

CONSIDERACIONES Y COLABORACIÓN CON LA FAMILIA

1. Colabore de manera sistemática con la familia, ésta estará interesada en hacerlo con usted.
2. Interésese por el tratamiento de su alumno o alumna con TDA-H. Si su alumno-alumna toma algún tipo de medicación, es un error pensar que la "pastilla" le cura, sólo le prepara para que tanto él o ella como usted trabajen mejor.
3. Supervise con frecuencia su agenda.



4. Asegúrese de que anota toda la tarea, sólo así será posible la colaboración de la familia: si conocen lo que ha de hacer podrán pedirle que lo haga.
5. Refuerce por escrito las actitudes positivas y progresos. Esto ayudará a aumentar su autoestima y la de su familia. Cuando necesite la colaboración de la familia para corregir y mejorar algunas actitudes, utilice otro tipo de contactos (teléfono, entrevista...).
6. Favorezca que los padres y madres actúen como tales, compartan sus experiencias y marquen conjuntamente expectativas posibles y reales.

PIDA AYUDA, SI CREE QUE LA NECESITA

Si usted cree que necesita ayuda para desarrollar su trabajo docente y educativo de manera eficiente con este alumnado:

- Hable con otros profesores y profesoras del centro y comparta sus experiencias buscando cómo atender mejor a su alumno o alumna.
- Consulte con el Profesorado Consultor o Profesorado Orientador. Posiblemente podrán ayudarle.
- Solicite orientación al Asesor o Asesora de n.e.e. del Berritzegune asignado a su centro.
- Puede pedir ayuda a los equipos técnicos de las Asociaciones.



**UN ALUMNO/A CON
TDA-H
ES UN ALUMNO/A
AGRADECIDO/A**

ASOCIACIONES

Las Asociaciones que se citan más abajo pueden ser una buena ayuda para establecer una mediación entre el entorno escolar y el entorno familiar.

Si quiere hacer cualquier consulta, recibir más información, aclarar dudas, compartir inquietudes y/o experiencias... puede ponerse en contacto con la asociación.



ADAHigi

Asociación de Déficit de Atención
con Hiperactividad-Guipúzcoa
C/ Katalina Eleizegi, 40 bajo
20009 DONOSTIA

Teléfono: 943 459 594

e-mail: adahigi@wanadoo.es



AHIDA

Asociación de Padres de Hiperactivos
con Déficit de atención e impulsividad
Centro de voluntariado
Parque de Gobelaurre s/n
48930 Getxo-BIZKAIA

Teléfono: 944 315 783

e-mail: ahida05@euskalnet.net



ANADAHI

Asociación de Niños y Adultos con Déficit de
Atención, Hiperactividad e Impulsividad
Pintor Vicente Abreu 7, bajo
01008 VITORIA-GASTEIZ

Teléfono: 945 213 943

e-mail: anadahi@euskalnet.net

LIBROS RECOMENDADOS

En la actualidad existen bastantes libros que explican de manera exhaustiva el trastorno del TDA-H, entre los que nos gustaría destacar los siguientes:

1. A.P.A. *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-IV)*. Masson. Barcelona 1994.
2. AVILA-ENCÍO, C. y POLAINO-LORENTE, A. *Cómo vivir con un niño hiperactivo. Comportamiento, diagnóstico, tratamiento ayuda familiar y escolar*. Narcea. Madrid 1999.
3. AVILA-ENCÍO, M.C. y POLAINO-LORENTE, A. "Adaptación del Classroom observation code en la población escolar para la evaluación de la hiperactividad infantil". *Anuario de Psicología*, 48, 55-68. 1991.
4. BARKLEY, R. A. *Niños hiperactivos. Cómo comprender y atender sus necesidades especiales*. Paidós. Barcelona 1999.
5. BAUERMEISTER, J. J. *Hiperactivo, Impulsivo, Desatento. ¿Me conoces?. Guía sobre el déficit atencional para padres, maestros y profesionales*. Ed. Grupo Albor-COHS. Barakaldo. Bizkaia. 2002.

El Dr. José Bauermeister es catedrático en el departamento de Psicología de la Universidad de Puerto Rico. Lleva más de 25 años estudiando y trabajando con niños/as diagnosticados de Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDA-H), conocedor de la vasta literatura acerca del TDA-H que existe en inglés, nos ofrece un buen resumen en este libro.

6. BENJUMEA, P. y MOJARRO, M. D. "Trastorno hiperactivo. Clínica. Comorbilidad. Diagnóstico. Tratamiento". En J. Rodríguez Sacristan (Dir.) *Psicopatología infantil básica. Teoría y casos clínicos*. Pirámide. Madrid 2000.
7. BROWN T. E. *Trastorno por Déficit de Atención y comorbilidades en niños, adolescentes y adultos*. Ed. Manson. 2003.

8. CABANYES, J. y POLAINO-LORENTE, A. "El perfil psicopatológico del niño hiperactivo: análisis sintomatológico y clínico". En A. Polaino-Lorente y col., *Manual de hiperactividad infantil*. Unión Editorial. Madrid 1997.
9. FARRÉ-RIBA, A. y NARBONA, J. "Escalas de Conners en la evaluación del trastorno por déficit de atención con hiperactividad: nuevo estudio factorial en niños españoles". *Revista de neurología*, 25 (138), 200-204. 1997.
10. GARCÍA PÉREZ, Manuel. *¡Soy hiperactivo-a! ¿qué puedo hacer?*. Ed. Grupo Albor-COHS. Bilbao. 1997.

Lectura que pretende ayudar a chicos-chicas padres y madres y educadores/as a entender el TDA-H con un lenguaje fácil de comprender y sencillos recursos para poner en práctica.
11. GARCÍA PÉREZ, Manuel y MAGAZ LAGO, Ángela. *Mitos, Errores y Realidades sobre la Hiperactividad. Guía para Padres y Profesionales*. Ed. Grupo Albor-COHS. Bilbao 2003.

Lectura que pretende responder a todas esas cuestiones sobre el TDA-H que más preocupan a familiares y profesionales con niños/as y adolescentes con este trastorno.
12. GARGALLO LÓPEZ, F. *Niños Hiperactivos*. Ed. Ceac Educación. 2005.
13. GIUSTI, E., HEYDL, P. y JOSELEVICH, E. "AD/HD en la escuela: algunas consideraciones". En E. Joselevich (comp.), *Síndrome de déficit de atención con y sin hiperactividad A.D/H.D.* Paidós. Barcelona 2000.
14. GREEN C, CHEE K. *El niño muy movido o despistado*. Ed. Médici. 2000.
15. HALLOWELL, M. *TDA: controlando la Hiperactividad*. Ed. Paidós. Barcelona 2001.
16. HEYDL, P. "Evaluación diagnóstica en el AD/HD". En E. Joselevich (comp.), *Síndrome de déficit de atención con y sin hiperactividad A.D/H.D.* Paidós. Barcelona 2000.

17. JOSELEVICH, E. *AD/HD ¿Qué es?, ¿Qué hacer? Recomendaciones para padres y docentes*. Ed. Paidós. Barcelona 2003.
18. JOSELEVICH, E. (compiladora). *Síndrome de Déficit de Atención con/sin Hiperactividad. AD/HD en niños, adolescentes y adultos*. Ed. Paidós. Barcelona 2003.
19. JOSELEVICH, E. *¿Soy un adulto con AD/HD? Comprensión y estrategias para la vida cotidiana*. Ed. Paidós. Barcelona 2004.
20. MIRANDA, A, y otros. *El niño hiperactivo TDA-H, intervención en el aula. Un programa de Formación para el profesorado*. Ed. Universitat Jaume I. Castellón. 1999.
21. MIRANDA CASAS, Ana; Amado Luz, Laura y Jarque Fernández, Sonia. *Trastornos por Déficit de atención con Hiperactividad. Una guía práctica*. Ediciones Aljibe. Málaga 2001.

Esta guía está pensada para todos aquellos padres, madres, educadores/as y personas en general interesadas en el TDA-H.
22. MIRANDA, A. y SANTAMARÍA, M. *Hiperactividad y dificultades de aprendizaje*. Promolibro. Valencia 1996.
23. MIRANDA, A. ROSELLÓ, B. SORIANO, M. *Estudiantes con deficiencias atencionales*. Ed. Promolibro 1998.
24. MORENO, I. *Hiperactividad. Prevención, evaluación y tratamiento en la infancia*. Pirámide. Madrid 1995.
25. MORENO, I. *El niño Hiperactivo*. Ed. Pirámide. Madrid 2005.
26. ORJALES, I. *Eficacia diferencial en técnicas de intervención en el síndrome hiperactivo*. Tesis doctoral presentada en el Dpto. de psicología evolutiva y de la Educación. Universidad Complutense. Madrid 1991.
27. ORJALES VILLAR, Isabel. *Déficit de atención con Hiperactividad. Manual para padres y educadores*. Ed. CEPE. Madrid. 1998.

Manual claro y sencillo que ayuda a la comprensión del Déficit de Atención, la Hiperactividad y la Impulsividad. Dedicamos varios capítulos a explicar el papel del maestro/a ante este problema y propone diferentes estrategias de actuación a seguir en el aula.

28. RIEF, S. *Cómo tratar y enseñar al niño con problemas de Atención e Hiperactividad*. Ed. Paidós. Barcelona 1993.

29. SOUTULLO ESPERÓN, César. *Convivir con Niños y Adolescentes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDA-H)*. Ed. Médica Panamericana. Madrid 2004.

Libro en el que se intenta responder a aquellas preguntas más frecuentes que padres, madres y profesores/as se hacen sobre el TDA-H, a partir de la experiencia de años trabajando con estos niños/as y adolescentes.

30. TAYLOR, E. *El niño hiperactivo*. Edaf. Madrid 1985.

31. TAYLOR, E. *El niño hiperactivo*. Ed. Martínez Roca. 1991.

32. VALLET, R. E. *Niños hiperactivos. Guía para la familia y la escuela*. Ed. Cincel-Kapelusz. Madrid. 1980.

