

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula



Basado en:

Edward M. Hallowell, MD and John J. Ratey MD
(c) 1992 Modificado y ampliado por el DM. Psiquiatra infantil
Joaquín Díaz Atienza.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 1



Estar seguros de que el alumno tiene realmente un TDAH, descartando cualquier tipo de problema médico (Audición, visión, otros...).

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 2



Asegurarse de tener el apoyo de la escuela, de colegas, de los padres y de un conocedor del TDAH a quien preguntar.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 3



No temer pedir ayuda.
No pretender ser un
experto en TDAH.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 4



Preguntar al niño cómo poder ayudarlo. Ellos pueden decir cómo pueden aprender mejor si se les pregunta.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 5



Los niños con TDAH necesitan estructura. Su ambiente debe estructurar lo que ellos no pueden estructurar internamente por sí mismos.
(Listas, recordatorios, previsiones, límites, etc.)

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 6



Poner atención a las emociones involucradas en el proceso de aprendizaje.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 7



Hacer que ellos escriban las reglas y las entiendan. Los niños con TDAH establecen su confianza en la medida en que saben qué se espera de ellos.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 8



Repetir y escribir instrucciones: los niños con TDAH necesitan oír las cosas más de una vez.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 9



Hacer contacto visual frecuentemente con el niño. Una mirada puede recuperarle cuando está soñando despierto. Darle permiso para hacer preguntas.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 10



Sentar al niño cerca del escritorio del profesor o cerca de donde éste esté. Le ayudará a alejarlo de estímulos que le distraigan.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 11



Tomar el control estableciendo límites de forma consistente, predecible, oportuna y planificada.
Contener sin castigar.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 12



Hacer un calendario de actividades tan predecible como sea posible.
Colocarle en lugar visible.
Si se hacen modificaciones advertirle.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 13



Ayudar al niño a hacer sus propios calendarios de actividades para después de la escuela.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 14



Eliminar o reducir la frecuencia de las pruebas o evaluaciones con límites de tiempo.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 15



Permitir válvulas de escape tales como salirse de clase por un momento.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 16



Ir en busca de la
calidad de las tareas
más que valorar la
cantidad.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 17



Supervisar los progresos frecuentemente. Los niños con TDAH se benefician enormemente de "feed-back" frecuentes.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 18



Dividir las actividades largas en varias actividades cortas. Las actividades largas agotan al niño y le harán regresar al tipo de respuesta emocional: "yo nunca seré capaz de hacer esto".

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 19



Introducir innovaciones
diarias.

No ser convencional.

Los niños con TDAH odian
estar aburridos.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 20



La mejor manera de lidiar con el caos en el aula es prevenir y anticiparse a las situaciones.

No sobreestimular.

Los niños con TDAH pueden “hervir”.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 21



Buscar y subrayar el éxito tanto como sea posible. Los niños con TDAH necesitan elogios y ser premiados.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 22



Enseñarles pequeños trucos, como reglas mnemotecnias, claves, ritmos, códigos, etc. Los niños con TDAH tienen frecuentemente problemas con la "memoria de trabajo activa"

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 23



Enseñar a esquematizar y subrayar. Estas técnicas no son fáciles para los niños con TDAH, pero una vez las aprenden, pueden ayudarlos a estructurar y darle forma a lo que están aprendiendo.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 24



Anunciar lo que se va a decir antes de decirlo. Los niños con TDAH aprenden mejor visualmente que por medio de la voz. Escribir lo que se va a decir así como lo que se está diciendo.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 25



Simplificar las instrucciones. Cuanto más simple sea el lenguaje, mayor será la posibilidad de ser comprendido. Decir las cosas llamando su atención.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 26



Usar el "feedback" para ayudarles a convertirse en auto-observadores.

Hacer preguntas como:

- ¿Sabes lo que acabas de hacer?
- ¿Cómo crees tú que podrías haber dicho eso de forma diferente?
- ¿Por qué crees que aquella niña se ve triste cuando tú dices lo que estás diciendo?

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 27



Expresarse de forma
clara y determinante.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 28



Usar un sistema de bonificación con puntos o de recompensa para los más pequeños, para la modificación conductual. Los niños con TDAH responden bien a recompensas e incentivos.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 29



Ofrecer advertencias claras y específicas como un "coach social" para que aprendan a interactuar. Por ejemplo, decir: "antes de que cuentes tu historia pídele a otra persona que cuente la suya primero".

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 30



Enseñar destrezas
para resolver
exámenes.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 31



Hacer juegos de las cosas. La motivación mejora el TDAH.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 32



Separar parejas y tríos,
incluso grupos completos,
que no funcionan bien
juntos.
Intentar muchos cambios.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 33



Poner atención a los vínculos. Los niños con TDAH necesitan sentirse unidos, conectados. A medida que ellos sienten ese vínculo, se sentirán motivados, conectados y menos desentonados.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 34



Dar responsabilidades
en la medida de sus
posibilidades.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 35



Intentar tener un cuaderno de comunicación Casa-Escuela-Casa para evitar “desencuentros” en las reuniones y contribuir al feedback que necesitan.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 36



Intentar hacer
informes diarios
sobre los progresos.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 37



Realizar breves intercambios al final de la clase para crear una estructura para el autoinforme.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 38



Adelantar lo que está por venir, de tal manera que ellos puedan prepararse internamente.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 39



Premie, apruebe,
estimule, alimente.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 40



Hacer que escriban notas para que ellos mismos recuerden sus preguntas. Les ayudará a oír y comprender mejor.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 41



Considerar el desarrollo de alternativas a la escritura a mano.
Administrar pruebas orales.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 42



Mantener la clase atenta señalando a diferentes partes del salón cuando necesite su ayuda.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 43



Tratar de que cada niño
tenga un compañero en
cada proyecto, con
teléfono.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 44



Explicar y tomar con naturalidad el tratamiento que el niño recibe, para evitar estigmas.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 45



Mantener reuniones con los padres a menudo. Evitar el patrón de reunirse únicamente en momentos de problemas o crisis.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 46



Promover la lectura en voz alta en casa y en la escuela.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 47



Repita, repita,
repita...

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 48



Realizar
con ellos ejercicio,
preferiblemente
enérgico y divertido.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 49



Realizar una preparación previa al comienzo de las clases para que el niño maneje el material necesario con seguridad.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 50



Buscar sus momentos
de brillantez.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 51



No pretender cambiar todas las conductas no deseadas al mismo tiempo.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 52



Utilizar el refuerzo positivo aplicando de forma inmediata premios y/o recompensas fáciles y disponibles para recompensar.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 53



Utilizar preferiblemente premios en lugar de castigos para que el niño sienta el colegio como algo estimulante en donde se le aprecia, se le quiere y se le enseña.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 54



Evitar aquellas situaciones que el niño con TDAH no puede controlar. No dejarle mucho tiempo inactivo.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 55



Hacer lo posible por no prestar atención a las conductas no deseadas y aplicar refuerzo a las que se consideren apropiadas.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 56



Tener en cuenta que el niño con TDAH presenta comportamientos que no puede controlar. No creer que lo hace de mala fe.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 57



Estructurar el espacio
de la clase en filas.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 58



Que pueda usted
moverse con facilidad.

60 Recomendaciones para intervenir el TDAH en el aula

Recomendación 59



Los alumnos TDAH
deben estar cerca
del profesor.

60 Recomendaciones

para intervenir el **TDAH** en el aula

Recomendación 60



Colocar al lado del niño con TDAH a alumnos que sean modelos apropiados: atentos, ordenados y que suelen cumplir las órdenes.