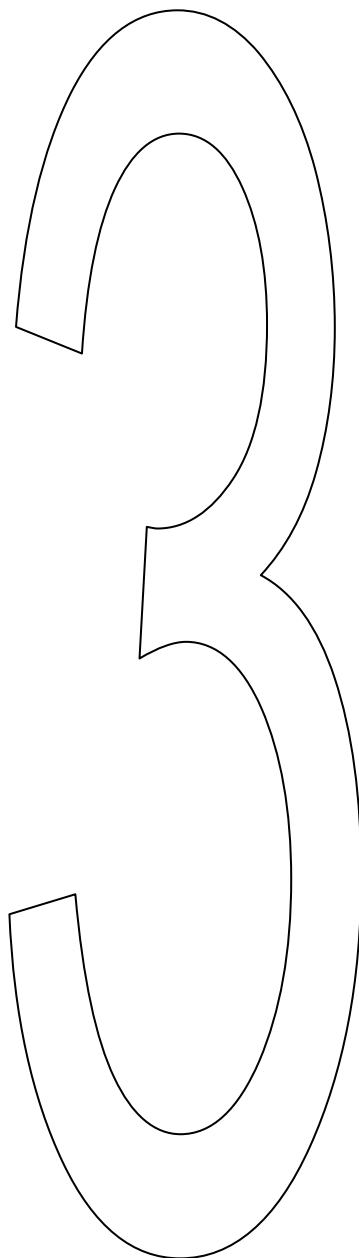


TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN / HIPERACTIVIDAD

Dra. Isabel Orjales Yillar

*Profesora del Departamento de Psicología
Evolutiva y de la Educación.
Facultad de Psicología (UNED)*



T D A H

ESTRATEGIAS PARA LA MEJORA DE
LA CONDUCTA Y EL RENDIMIENTO
ESCOLAR DEL NIÑO CON TDAH
EN EL AULA



ESTRATEGIAS PARA LA MEJORA DE LA CONDUCTA Y EL RENDIMIENTO ESCOLAR DEL NIÑO CON TDAH EN EL AULA

En el capítulo II de esta serie dedicada a los niños con déficit de atención con hiperactividad, realizábamos una descripción del perfil comportamental, cognitivo, social y emocional de los niños con este trastorno y un planteamiento general del programa de intervención. Destacábamos, entonces, la necesidad de combinar el tratamiento farmacológico, en aquellos casos que así lo requieran y con la dosificación y duración necesaria, con los programas de entrenamiento cognitivo-comportamental dirigidos al niño, a los padres y a los profesores.

Entre las acciones terapéuticas encaminadas a mejorar el comportamiento y el rendimiento del niño con TDAH, debemos distinguir aquellas que requieren sesiones individuales y personal especializado en entrenamiento cognitivo-comportamental y aquellas medidas que deben tomar los profesores en el marco general del aula y los padres en el contexto familiar.

En este capítulo realizaremos una introducción general al programa cognitivo-comportamental individual aplicado al niño en sesiones individuales y nos centraremos especialmente en las estrategias de actuación del profesor en el aula. En el último capítulo de esta serie de cuatro documentos sobre TDAH destacaremos

la importancia del apoyo, asesoramiento y entrenamiento a las familias.

El enfrenamiento del niño con TDAH en sesiones individualizadas puede ser realizado en el marco escolar o de forma extraescolar, por lo general durante uno o dos días por semana, y llevado a cabo por un psicólogo, pedagogo o psicopedagogo especializado. No se trata de una clase de apoyo corriente en la que se explican y practican de forma personalizada los mismos contenidos escolares que se dan en clase. Se trata de sesiones de entrenamiento específicas en las que, a través de la aplicación de técnicas cognitivas y comportamentales, se ayuda al niño a desarrollar mejores estrategias de análisis de la información y solución de problemas y un estilo de pensamiento más reflexivo.

Una de las técnicas más utilizadas en niños entre los 8 y 12 años de edad es el *entrenamiento mediacional cognitivo o autoinstruccional* desarrollado por Meichenbaum para el tratamiento de niños impulsivos y adaptado recientemente por Orjales (2000). Este entrenamiento consiste en enseñar al niño una serie de pasos que le sirvan de guía de pensamiento para resolver, de forma reflexiva, diferentes tareas cognitivas, académicas o de solución de problemas



sociales. En la **figura 1** se incluye un esquema de las autoinstrucciones diseñadas por Orjales (1988) a partir de la propuesta original de Meichenbaum (1976) para este tipo de entrenamiento. Durante la sesiones, el niño realizará las tareas utilizando los pasos de la figura 1 hasta automatizar esta secuencia de pensamiento reflexivo. Ello le permitirá frenar su impulsividad cognitiva, tomar conciencia de las estrategias que puede aplicar, descubrir cuáles de ellas pueden ser más eficaces y generalizarlas a diferentes tareas y situaciones.

Además de fomentar el pensamiento reflexivo, el entrenamiento autoinstruccional ayuda al niño a analizar el tipo de fallos que comete, le permite prever su ejecución futura y, con el entrenamiento adecuado, analizar de forma correcta la causa de sus errores (*entrenamiento atribucional*). Las investigaciones reflejan que la mayoría de los niños con TDAH se muestran muy subjetivos e inmaduros en sus apreciaciones sobre su rendimiento. Cuando se les explica una tarea y se les pide que evalúen cómo creen que la realizarán, sus expectativas son superiores a las de los niños sin TDAH y no se modifican, como sucede en estos otros, después de haber realizado la tarea, incluso aunque ésta sea difícil y haya sido diseñada para que los niños fracasaran. De no modificarse los estilos atribucionales de estos niños, el impacto con la realidad puede provocar en ellos el despertar de sentimientos de falta de control sobre su vida y la aparición de síntomas depresivos.

Las sesiones de entrenamiento cognitivo-comportamental, como hemos podido apreciar, se centran en el entrenamiento de los procesos de pensamiento, preocupándose el terapeuta más por el modo en el que trabaja el niño que por el tipo y cantidad de tareas que realiza. Es muy frecuente hoy en día que muchos profesores recomienden cuadernillos de atención a los niños con TDAH para que los realicen durante las vacaciones. Pues bien, debemos tener presente que realizar cien fichas de atención no siempre puede modificar de forma efectiva el modo en que trabaja un niño con

TDAH. Quizá le confiera una mayor habilidad o rapidez para identificar diferentes tareas que le resulten familiares, pero si antes utilizaba una estrategia incompleta de selección de la información y una búsqueda de soluciones por ensayo y error, éstas no se habrán modificado por la simple ejecución de las tareas. El entrenamiento cognitivo-comportamental pretende, utilizando una menor cantidad de material, enseñar activamente al niño cómo realizarlas. Hacerle consciente de las estrategias que utiliza no sólo aumentará la probabilidad de éxito futuro, sino que le ayudará a ser más consciente de sus propias habilidades, le conferirá mayor seguridad en sí mismo, aumentará su percepción de control sobre su conducta y mejorará su autoestima.

En las sesiones individuales cognitivo-comportamentales se aplican además otras técnicas de intervención que permiten al niño tomar conciencia de sus mejoras, compensar con estrategias nuevas los déficit y hablar y comprender mejor lo que le sucede. Se controla a través de las sesiones la percepción que tiene del TDAH, se le ayuda a sacar partido de sus buenas habilidades y a compensar con mejores estrategias su posible déficit. Un ejemplo de un programa cognitivo-comportamental para niños con TDAH de treinta sesiones de duración y de aplicación en el contexto escolar se puede consultar en el libro *Programas de Intervención Cognitivo-Comportamental para Niños con Déficit de Atención con Hiperactividad* (Orjales y Polaino-Lorente, 2001).

Realizada esta introducción sobre las sesiones de entrenamiento cognitivo-comportamental individual, nos centraremos ahora en el tema central de este capítulo: la modificación de la conducta y la mejora en el rendimiento del niño con TDAH en el aula.

Todas las propuestas que se recogen a continuación se dirigen al profesor-tutor del niño, independientemente de que éste tenga, además, sesiones individuales específicas con un especialista. Antes de centrarnos en el análisis de situaciones concretas, conviene tener presentes los



Figura 1. Esquema de autoinstrucciones para el entranamiento cognitivo de niños con déficit de atención con hiperactividad, modificado por Orjales (1988) a partir de la propuesta de Meichenbaum (1976).



objetivos que el profesor-tutor debe plantearse con su alumno o alumna con TDAH:

1. Hacerle sentirse aceptado, comprendido y querido. Recordemos que el niño con TDAH muestra una mayor dependencia emocional de los adultos. Se ve más afectado positiva y negativamente por la percepción que ellos tienen de él, por cómo se le trate y por las expectativas que de él se tengan.
2. Fomentar las conductas positivas prestando atención y reforzando aquellas que le cuesten esfuerzo, independientemente de que, por su edad, ya debiera haberlas adquirido.
3. Controlar las conductas negativas para evitar que éstas se potencien por falta de refuerzo de sus conductas positivas, empeorando la sintomatología principal y favoreciendo el desarrollo de otros trastornos de comportamiento asociados.

4. Amortiguar el impacto que su conducta negativa pueda tener sobre los compañeros.
5. Ayudar a los compañeros a ver las cualidades positivas del niño con TDAH, evitando que éstas se pierdan a la sombra de sus conductas negativas.
6. Apoyar el cumplimiento del tratamiento farmacológico en el colegio, con discreción, evitando que sea un motivo de estigmatización del niño por los compañeros, e informando a la familia de los efectos observados para un mejor control de la dosificación por parte del médico.
7. Evitar la pérdida de información que podría provocar lagunas académicas, desorientación, desmotivación y fracaso escolar en el niño.
8. Adaptar la metodología a las características del niño para que pueda aprender, desarrollarse y sentirse válido y feliz mientras acude al colegio. Evitaremos

ESTRATEGIAS PARA LA MEJORA DE LA CONDUCTA Y EL RENDIMIENTO ESCOLAR DEL NIÑO CON TDAH EN EL AULA

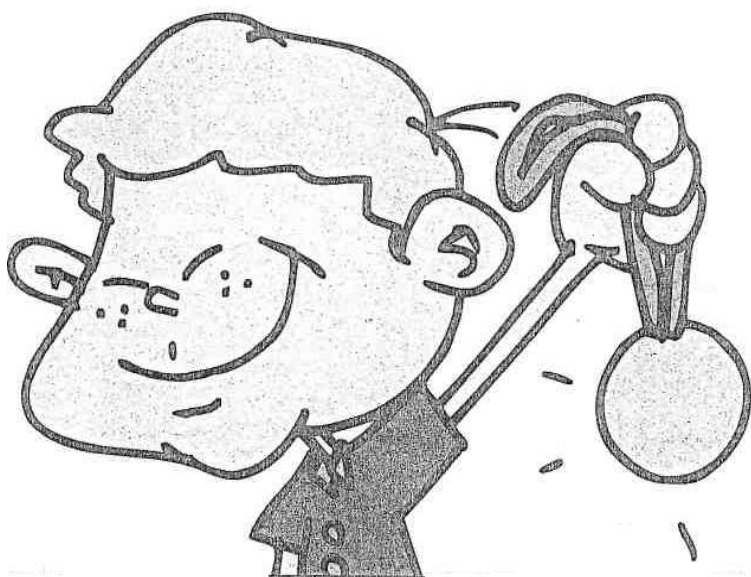
así, que se produzca el deterioro emocional que muchas veces se observa en los años escolares y suele prolongarse, incluso, cuando la sintomatología básica del trastorno mejora fruto del efecto de los programas de intervención y de los beneficios de la maduración neurológica.

Las dificultades del niño en el marco escolar dependen, en gran medida, de la edad y de la exigencia del entorno escolar. La etapa de **Educación Infantil** se caracteriza por una enseñanza más participativa, dinámica y motivadora de lo que será después la etapa de Educación Primaria. Por este motivo, sólo destacan como niños problema aquellos que muestran niveles muy destacados de hiperactividad motriz e impulsividad. La falta de atención, aunque esté presente, puede pasar más desapercibida. Algunos autores plantean una adaptación de los criterios del DSM-IV para los niños menores de 6 años aludiendo a que los criterios actuales son demasiado exigentes para esta etapa.

De **primero a tercero de Educación Primaria** los problemas más frecuentes del profesor con los niños con TDAH son, por una parte, la hiperactividad motriz (en algunos casos se hace más patente al aumentar el tiempo que se exige que el niño esté sentado trabajando) y los problemas de rendimiento asociados, especialmente en aquellos niños con dificultades en el aprendizaje o en aquellos que tienen

problemas perceptivos y de coordinación que dificultan la escritura. De cuarto a sexto de Educación Primaria se observa, especialmente en los últimos cursos, una expresión más discreta de la hiperactividad motriz. El niño ha aprendido a controlar el impulso de levantarse, aguanta más tiempo sentado (aunque el esfuerzo que le suponga hacerlo pueda acentuar su falta de atención) y sustituye la hiperactividad gruesa por movimientos continuos más finos. Ahora no corre por los pasillos del mismo modo, no se levanta, pero se remueve en el asiento, se toca el pelo, dibuja en la mesa, juguetea con cualquier cosa que tenga entre manos, canturrea, hace ruiditos o se vuelve constantemente a hablar con el de al lado. En los niños más sumisos y temerosos de las reprimendas de los profesores, la falta de atención puede ser el síntoma más claro en el aula, manifestándose una gran hiperactividad motriz fuera del aula o en situaciones en las que se muestre más relajado. Los errores por falta de atención y la impulsividad cognitiva contribuyen, además, a que el rendimiento escolar no sea el adecuado, incluso en aquellos niños más inteligentes. Los despistes al apuntar los deberes, los olvidos de material, los errores de cálculo, saltarse preguntas en los exámenes o contestarlas sin tener en cuenta toda la información, son episodios frecuentes en esta etapa. La exigencia a partir de ahora será mayor y al niño le costará más compensar más tarde las lagunas de información debidas a su falta de atención, los profesores perdonarán menos los olvidos, los fallos en los exámenes o las faltas de ortografía.

La entrada en la Educación Secundaria supone, para muchos niños y niñas con TDAH que han conseguido "sobrevivir" a las etapas anteriores con un gran apoyo familiar, su primer gran fracaso escolar. Se unen algunos factores decisivos. A pesar de que la sintomatología básica del trastorno (falta de atención, hiperactividad e impulsividad) suele evolucionar de forma positiva debido a la madurez neurológica y al





apoyo farmacológico hasta el punto de, en muchos casos, no justificar por sí sola la existencia de un gran fracaso escolar, la realidad es que el nivel de desadaptación en esta etapa es muy elevado. A la falta de tolerancia a la frustración y al esfuerzo, junto al miedo al fracaso y la baja autoestima que muchos chicos y chicas han ido acumulando en cursos anteriores, se unen ahora la desgana adolescente y el rechazo, propio de esta etapa evolutiva, al control de los mayores y al apoyo familiar que antes recibían. Los temarios comienzan a ser muy densos y obligan a una planificación del estudio a largo plazo, los profesores son más numerosos y los deberes más copiosos, por lo que sin la organización suficiente los incumplimientos de las tareas son constantes. Los profesores de esta etapa comienzan a dudar de la existencia de un TDAH tras el comportamiento adolescente y apoyan menos a chicos y chicas que consideran vagos y poco responsables. Todos estos factores vienen a complicar el ajuste de estos niños en esta etapa. Un subgrupo de niños con TDAH comienza a mostrar mayor irritabilidad, actitud desafiante, comportamiento inmaduro y problemas de conducta. Recientes investigaciones alertan de la presencia de depresión con niveles severos en el 25% de los niños con TDAH, siendo más grave en aquellos que menos aparentan un deterioro emocional de este tipo, los niños con TDAH con síntomas más agresivos y mayores problemas de conducta.

Para evitar el deterioro personal de los niños con TDAH es muy importante, por lo que hemos visto hasta ahora, ajustar la exigencia del entorno a las posibilidades reales de cada niño. Resultarán para ello útiles las siguientes recomendaciones generales:

1. **Las medidas educativas que se deben tomar para cada conducta-problema exigen identificar, primero, si el niño puede o no controlar la emisión de dichas conductas.** Muchos niños con TDAH son castigados por conductas que no están bajo su control o que ignoran haber cometido. Canturrear mientras trabajan, no terminar las tareas a tiempo, hacer un ejercicio equivocado o escribir con mala letra constituyen algunas conductas frecuentes.

2. Las conductas que no están bajo control del niño y que requieren entrenamiento, deben ser enseñadas pacientemente, ofreciendo tiempo suficiente para la práctica y animando y reforzando su logro.
3. Se premia el esfuerzo que cuesta al niño conseguir una conducta, no tanto la conducta en sí misma.
4. El castigo debe ser aplicado en aquellas conductas que el niño pudo y no quiso controlar, ser de cumplimiento lo más inmediato posible y relacionado con la falta.
5. Los castigos siempre deben ir emparejados con el refuerzo, alabanza o premio de conductas positivas incompatibles con las anteriores.

Presentamos a continuación una recopilación de algunos de los problemas más frecuentes que originan los niños con TDAH en el aula, así como algunas estrategias para su afrontamiento. Hemos agrupado los problemas en relación con las dificultades principales de estos niños.

Dificultades relacionadas con la falta de autocontrol motor y la impulsividad

De todo el repertorio de conductas de los niños con TDAH es la hiperkinesia, es decir, la actividad constante sin un fin claramente definido, la que ha descrito más popularmente este trastorno. No todos los niños con TDAH presentan hiperactividad motriz, los niños del subtipo denominado "predominio inatento" pueden presentar un nivel de actividad normal o incluso caracterizarse por su lentitud o hipoactividad (lentos al comer, al vestirse, al hablar, al trabajar, etc.). Es la hiperactividad motriz el síntoma más destacado en los niños de 3 a 10 años. En los pequeños se caracteriza por una actividad motriz gruesa que implica levantarse en situaciones en las que se espera que permanezca sentado y que niños de su edad superan sin dificultad, removerse en el asiento, sentarse sobre un pie, balancearse en la silla, gritar, correr en sitios en los que no es apropiado hacerlo, dar volteretas o trepar. A partir de los 10 años, muchos niños con TDAH parecen encubrir la necesidad de estar en movimiento

ESTRATEGIAS PARA LA MEJORA DE LA CONDUCTA Y EL RENDIMIENTO ESCOLAR DEL NIÑO CON TDAH EN EL AULA

permanente. Ahora no parecen tan hiperactivos, pero se sienten más cómodos y se concentran con más facilidad si se les permite moverse en el asiento mientras trabajan, tienen gran dificultad para soportar las esperas, realizan más de una actividad al tiempo y se muestran excesivamente reactivos a los estímulos. El tratamiento farmacológico regulado convenientemente puede tener un efecto extraordinario sobre el control de estos síntomas.

- **No permanece mucho tiempo sentado, se levanta.** El niño con TDAH necesita moverse. Mantenerse en el asiento durante mucho tiempo tratando de concentrarse en las actividades es algo que le produce un gran desgaste. Algunos niños que en ambientes más relajados o menos estructurados se manifiestan muy movidos, pueden reducir su hiperactividad en la clase pero a costa de un mayor nivel de falta de atención. Es sencillo: si debe controlar su cuerpo, no puede centrarse de la misma manera en otras actividades.

Estrategias de intervención: El profesor debe cambiar el enfoque; en lugar de estar diciendo constantemente al niño que se esté quieto, tiene que buscar el modo de "legalizar" que se levante cuando y con la frecuencia que el profesor desee. Se trata de darle actividades que supongan para él un "respiro motor" en el momento adecuado, como ir a dar un recado, repartir material, etc. Como este tipo de actividades gustan a todos los niños y no podemos centralizarlas en el niño con TDAH, sugerimos aumentar la frecuencia con la que le demandamos que acuda a la mesa del profesor. Dividir las fichas en ejercicios y supervisarle más frecuentemente es una forma de ayudar al niño a que se levante "legalmente".

- **Molesta o interrumpe a los demás.** El niño con TDAH puede resultar un niño incómodo y molesto para los compañeros. Antes de pensar el modo de abordar este comportamiento debemos tener claro, en cada momento, si se trata de una conducta deliberada o de un acto inconsciente fruto de la hiperactividad y la impulsividad. Este hecho es fundamental porque si un niño

que puede controlarse, molesta deliberada y malintencionadamente a otro, la medida educativa más adecuada sería un castigo relacionado con esa conducta que podría plantearse de la siguiente manera: "Si no tienes ganas de trabajar y molestas, tendrás que sentarte en otro lugar" (se le aparta del niño para que trabaje solo). En ocasiones, sin embargo, el niño molesta porque no para quieto y da patadas sin darse cuenta, porque habla o canta mientras trabaja o raya la hoja del niño de al lado en un impulso puntual.

Estrategias de intervención: Colocar varias mesas aisladas en la clase que los niños consideren "mesas especiales para trabajar concentrado". Los niños pueden elegir libremente sentarse a trabajar allí o en su grupo. El niño con TDAH puede estar "abonado" a una de ellas debido a lo "bien que trabaja en ese rincón". Debemos favorecer conductas de apoyo a los demás, enseñarle a disculparse y limitar su participación en grupos de trabajo para que no resulte un fracaso este esfuerzo de cooperación.

- **Corre por los pasillos o las escaleras.**

Esta conducta suele ser más frecuente en los niños pequeños y presentarse preferentemente en dos situaciones: al salir de clase, debido al esfuerzo de autocontrol que ha realizado en el aula, la emoción de salir al recreo a jugar y la frustración que le producen las esperas ("Si puedo ir volando, para qué ir corriendo") y a la vuelta del recreo, momento en el que se evidencian más claramente los problemas de inhibición y la dificultad para adecuar la actividad a las demandas del entorno.

Estrategias: Si se trata de un niño con un gran repertorio de conductas negativas que modificar, quizá no nos interesa comenzar por tratar de cambiar ésta. Podemos tratar de neutralizar esta conducta mientras abordamos otras más urgentes encargando al niño el cierre de la clase o acompañándole el profesor al recreo. Si por el contrario nos interesa tratar de eliminar esta conducta, podemos utilizar castigos como pedirle que se sienta en una silla



(un minuto por año de edad es suficiente) para "aprender a esperar o para relajarse porque parece nervioso", o bien realizando un "entrenamiento intensivo en andar despacio", haciendo que recorra el pasillo con un pie delante del otro.

Dificultades relacionadas con la falta de atención y la memoria de trabajo

La atención es un proceso complejo, relacionado con actividades como seleccionar información relevante sobre la irrelevante (por ejemplo, al seleccionar el elemento objetivo e ignorando los demás), mantener la atención eje forma constante durante un tiempo prolongado (por ejemplo, cuando debemos escuchar una explicación aburrida sin perder información) o realizar una actividad evitando distractores. Los niños con TDAH parecen tener más dificultades para mantener la atención, especialmente en situaciones en las que la estimulación es lenta y monótona. Mantener la atención en situaciones de este tipo les produce una fatiga mayor que a los demás niños, reflejándose en:

- un buen rendimiento inicial seguido del abandono de la tarea;
- un rendimiento inconstante (conecta y desconecta de la tarea pero aguanta);
- una dedicación prolongada pero con múltiples errores producto de la fatiga, o
- un trabajo adecuado pero extremadamente lento.

Se ha demostrado que el rendimiento de los niños con TDAH es mejor ante estímulos rápidos y variados, como sucede cuando el profesor utiliza, durante una explicación, medios audiovisuales, cambia con frecuencia de tono de voz, se pasea por la clase, hace interactuar a los alumnos y basa el aprendizaje en la experimentación. En ocasiones, los niños con TDAH sorprenden y confunden a los adultos rindiendo muy bien o aguantando tiempos muy aceptables en algunos test y/o situaciones que requieren atención. Ello motiva que muchos profesores tengan dudas sobre el diagnóstico y que otros tomen estas situaciones como pruebas irrefutables de que el

problema del niño es "pura vaguería" o "falta de hábito". A pesar de que es cierto que, a medida que el niño con TDAH acumula frustración, comienza a manifestar una muy baja tolerancia al esfuerzo (madura y aprende a tener más picardía y a evitar las situaciones que sabe le conducirán al desastre), debemos tener presente que el déficit de atención no implica una incapacidad total para mantener la atención. El niño con TDAH puede atender como cualquier otro niño en determinadas circunstancias, pero a costa de un desgaste y una fatiga mucho mayor. Su falta de atención no es incompatible con cierto éxito en tareas de este tipo cuando la motivación es muy elevada (la fatiga que produce entonces la tarea es la misma, pero al niño le compensa y se entrega a ella), cuando el niño compensa con un nivel elevado de capacidad y buenas estrategias o cuando se encuentra "hiperenfocado" en una actividad. En estos momentos puede parecer abstraído hasta el punto de no responder a ningún estímulo del entorno. El apoyo farmacológico evita, en la mayoría de las ocasiones con gran eficacia, la fatiga que produce la dedicación a una tarea que exige una gran concentración, facilitando la adaptación del niño a las exigencias del entorno y evitando muchas situaciones que de otro modo se convertirían en experiencias frustrantes.

• **Durante las explicaciones parece no escuchar, pinta sus cuadernos o juega con cualquier cosa.** En primer lugar, debemos recordar que la ausencia de contacto ocular con el profesor y el ver al niño dedicado a otra actividad no siempre quiere decir que el niño no esté escuchando el discurso o no esté comprendiendo lo que se le dice. En ocasiones, los niños con TDAH parecen necesitar dar salida a su actividad realizando alguna tarea manipulativa mientras se mantienen escuchando. En otras ocasiones, este tipo de conductas refleja baja resistencia a los distractores del entorno.

Estrategias: Si la conducta del niño no interfiere a los demás y no parece crearle problemas para seguir la clase, podemos tolerar este tipo de conductas. Retiraremos aquellos objetos con los que el niño se

ESTRATEGIAS PARA LA MEJORA DE LA CONDUCTA Y EL RENDIMIENTO ESCOLAR DEL NIÑO CON TDAH EN EL AULA

distraiga verdaderamente. En estos casos, no debemos sobreestimar a los niños pequeños que aseguran que guardarán el muñeco de moda en el bolsillo o que lo dejarán sobre la mesa y no lo tocarán hasta que termine la clase. A pesar de su buena voluntad, al cabo de poco tiempo olvidarán su promesa y volverán a tomar el objeto entre las manos, desobedeciendo sin tener conciencia de ello. Para los más pequeños se puede colocar una cesta en la entrada de la clase donde dejar el bocadillo y los juguetes que hayan traído hasta la hora de salir al recreo.

• Se distrae durante las explicaciones.

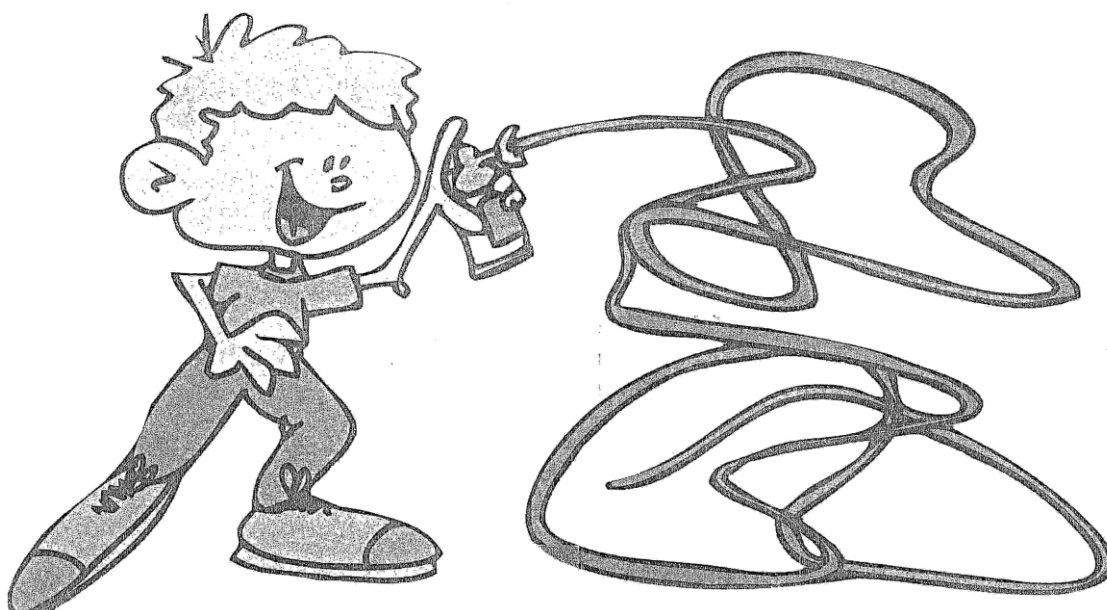
Estrategias: Para trabajar con niños con TDAH es especialmente importante utilizar todos los recursos metodológicos de que dispongamos. Podemos apoyar las explicaciones con apoyos visuales, cambiar la entonación, preguntar al niño (no con la intención de pillarle en un renuncio, sino para mantenerlo activo), cambiar de actividad con mayor frecuencia o pedir al niño con TDAH que participe activamente, por ejemplo, haciendo de modelo, repartiendo material o explicando una experiencia personal. A aquellos pequeños que parezcan incapaces de mantenerse atentos en actividades de grupo se les puede "neutralizar" permitiendo que realicen una tarea autorizada en paralelo y explicándoles el contenido de la lección más tarde. Podemos entrenarles, después, exigiéndoles

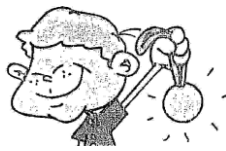
que participen de forma activa durante los primeros minutos de una asamblea para después encargarles realizar otra actividad que no requiera tanta escucha. Prolongaremos los tiempos en grupo, poco a poco.

• **No termina las tareas a tiempo.** Esta es, quizá, una de las quejas más frecuentes de los profesores. Los niños pueden no terminar las tareas por diferentes motivos:

- (1) por el mayor agotamiento que suponen las tareas que les exigen atención si no resultan excesivamente motivantes;
- (2) por la baja resistencia a estímulos distractores (un niño que estornuda, la puerta que se abre, la conversación del de detrás, etc.);
- (3) por su déficit en el control del tiempo;
- (4) porque la hiperactividad motriz les impide estar tiempo suficiente en un mismo lugar, o
- (5) porque la tarea, siendo de una duración adecuada para ellos, les resulte especialmente difícil de realizar, como sucede en aquellos casos de tareas que implican lectura en niños con una dislexia asociada al TDAH.

Estrategias: Las estrategias dependerán de lo que motivó esta conducta. Contemplemos algunas que se han aplicado con éxito. Por lo general, el niño con TDAH no necesita una adaptación curricular significativa sino una adaptación metodológica. Puede





realizar la misma cantidad de trabajo que los demás, siempre y cuando se le ayude a organizar su actividad en el tiempo adecuado, se fragmente para adaptarla a su capacidad de atención continua y se le reconozca el esfuerzo de concentración que está realizando. Una estrategia muy simple que ha tenido mucho éxito es la siguiente: dividir la tarea a realizar en partes más pequeñas y pedir al niño que acuda a la mesa del profesor una vez que haya realizado uno o dos ejercicios (la cantidad depende de la tolerancia de cada niño). Ello permite que el niño pueda moverse "legalmente" cada vez que acude a la mesa del profesor mejorando la concentración después, recibir un poco de atención que le sirve en cierto modo de reconocimiento al esfuerzo realizado, y permite que el profesor le pueda exigir un trabajo de mayor calidad. Veamos un ejemplo. Si un niño con TDAH realiza una ficha con 6 ejercicios durante una hora y termina a tiempo, el profesor no puede cargar las tintas sobre la calidad del trabajo puesto que para este niño mantenerse en la tarea y evitar los distractores habituales de la clase supone ya un gran esfuerzo. Sin embargo, si le exigimos que complete la misma tarea por partes y supervisamos cada una de ellas, podemos exigir mayor calidad puesto que la fatiga no interfiere del mismo modo. Romper una ficha completa una vez que la ha terminado es un castigo desmedido para un niño con TDAH, para quien quizá sea esta la primera vez que consigue terminar a tiempo. Pedirle que borre un ejercicio por su mala letra o por las incorrecciones, es una frustración asumible para él.

- **Comete errores en los ejercicios por falta de atención.** El tratamiento farmacológico evita en la mayoría de los casos muchos de estos errores por falta de atención (olvidarse las cifras que se lleva al operar, saltarse una línea al leer o palabras al escribir, etc.). El entrenamiento en estrategias de compensación aumenta su eficacia.
Estrategias: Enseñar al niño que la realización de las tareas que se le encomienden se divide en dos pasos

importantes: (1) la ejecución de la tarea y (2) la revisión de la misma. Se valorarán los errores corregidos casi con más entusiasmo que la primera realización. Otra medida importante es dar tiempo al niño para que termine con tranquilidad un examen u obligarle a que lo revise antes de entregarlo, ayudarle a tomar conciencia de los errores cometidos dándole pistas para que sea él mismo quien los descubra o utilizando coterapeutas, niños bien organizados que comparten mesa con el niño con TDAH y le ayudan en el día a día. Conseguir que el niño memorice algunas sumas simples mediante juegos puede reducir los errores de cálculo en Tas operaciones.

Dificultades relacionadas con la baja tolerancia a la frustración y el deseo de reconocimiento

Como ya hemos comentado con anterioridad, los niños con TDAH se caracterizan por su inmadurez y su gran dependencia emocional. Se comportan, en muchas ocasiones, como niños más pequeños, buscando el contacto más directo con el profesor a edades poco frecuentes, llamando su atención y necesitando sentirse arropados y protagonistas. A medida que el niño crece, comienza a ser consciente de sus errores y del rechazo, en ocasiones, de los demás; su umbral de tolerancia a la frustración desciende. Los niños con TDAH que se muestran irritables, desafiantes, que con frecuencia echan la culpa de sus errores a los demás y que se muestran excesivamente hipersensibles a la crítica, son niños con baja autoestima, baja tolerancia a experiencias de fracaso, expectativas negativas sobre su rendimiento futuro, un gran sentimiento de falta de control sobre su vida y probablemente síntomas depresivos. Entre las conductas relacionadas podemos observar:

- **Trata de llamar la atención de los demás, hace el payaso, contesta al profesor para ser el centro de atención de sus compañeros.**
Estrategias: La primera medida que debe tomar el profesor es tomar conciencia de la dependencia emocional de los niños con TDAH. Aceptar la necesidad que tienen

de sentirse escuchados, atendidos y queridos aún a edades en las que otros niños se muestran ya mucho más independientes. Cuando el profesor es cercano, hace que el niño se sienta aceptado y querido y no escatima en palabras de ánimo y refuerzo, los niños con TDAH no presentan importantes problemas de conducta. Podemos también canalizar esta necesidad de protagonismo hacia actividades aceptadas en el entorno escolar como "el protagonista de la semana" (Orjales y Polaino-Lorente, 2001) haciéndole participar en obras de teatro, permitiéndole contar chistes en días especiales o colaborar con algún profesor como apoyo de niños más pequeños, nombrándole jurado de un concurso literario y manteniendo con él o ella conversaciones de pocos minutos pero con cierta frecuencia. Si el niño llama la atención de forma negativa podemos:

- (1) ignorar su conducta hasta que remita y prestarle atención a la primera conducta adecuada que tenga (solo funcionará si nadie más le presta atención), o
- (2) mandarle salir de clase unos minutos o sentarse de espaldas de modo que deje de recibir la atención que estaba manteniendo con ese mal comportamiento. Una vez que la conducta haya remitido, se le pedirá que vuelva a su sitio y se le prestará mucha atención a la primera conducta positiva o adecuada que demuestre.

- **Teme fracasar, miente, esconde los trabajos o no dice que tiene deberes.** Esta conducta refleja un gran miedo al fracaso y muy baja autoestima. Si descubrimos que el niño nos ha estado engañando, no sirve de mucho gritarle o regañarle. Le enfrentaremos a las consecuencias de su conducta (si copió los ejercicios tendrá que hacerlos de nuevo, si escondió trabajos, se le supervisará la agenda, etc.), pero también pondremos en marcha las medidas oportunas para que pierda el miedo a equivocarse y para que gane confianza en sí mismo: fragmentaremos las tareas, secuenciaremos la dificultad, le animaremos con mayor frecuencia, le pediremos que registre sus éxitos y fomentaremos el reconocimiento social.

- **Le irrita cualquier corrección del profesor, pone malas caras o contesta mal.** Este tipo de reacciones reflejan hasta qué punto el niño se siente mal, fracasado y saturado de ser siempre el que comete los errores. Adopta entonces una actitud defensiva y, en un esfuerzo por mantener a flote su deteriorada autoestima, trata de sentirse mejor destacando los errores de los demás o justificando de cualquier forma su mal hacer. En otras ocasiones, la negativa de un niño a reconocer una falta, es fruto de su total falta de conciencia de algunas de sus conductas. Simplemente, está convencido de que no fue él el que cometió esa falta y se siente injustamente tratado.

Estrategias: Si debemos corregir algún trabajo, nos aseguraremos de hacer primero algún comentario positivo, nos concienciaremos de que es un aprendiz y que necesitará más tiempo y más práctica para alcanzar algunos objetivos y tomaremos sus errores como algo lógico, producto de su aprendizaje. Sugeriremos los cambios con suavidad e ignoraremos los que no sean muy relevantes si el niño se muestra especialmente inseguro. Acompañaremos las notas negativas con comentarios positivos, no utilizaremos siempre la agenda como una vía de comunicar errores, sino también éxitos, y le transmitiremos siempre que tenemos fe en que acabará teniendo éxito en el futuro.

Dificultades relacionadas con la capacidad de la organización y planificación

Este tipo de dificultades se acentúa cuando el niño comienza la Educación Secundaria Obligatoria.

- **Olvida traer los deberes, los libros o el material.**

Estrategias: Podemos duplicar los libros principales o dotar al niño de una cartera con ruedas y permitirle llevar y traer todos los libros cada día hasta que le consideremos preparado para seleccionar algunos y dejarlos en el colegio. Será útil también, entrenarle en utilizar la agenda, supervisándola el profesor o un compañero de clase,



permitiendo que utilice el móvil para anotar y creando un registro para que anote los días que cumplió bien con esta obligación (el registro del buen comportamiento suele servir de reforzador).

- **Tarda una eternidad en cambiarse para hacer gimnasia.**

Estrategia: Favorecer la organización. Ayudarle a analizar qué factores influyen en su lentitud y tomar medidas como que elija una percha cerca de la puerta para que el niño no pierda tiempo en buscar una cada vez y se centre en lo que tiene que hacer, adaptar la ropa para facilitar el vestido y desvestido, apoyarle con un coterapeuta y felicitarles a ambos cada vez que "no sean los últimos" y/o entrenarle con cronómetro en casa.

- **Su pupitre es un desastre.**

Estrategia: Determinar un momento de la semana en el que se pueda dedicar a organizar su mesa (por ejemplo, la última media hora de la clase de dibujo de los viernes).

- **No apunta los deberes.** Este es uno de los problemas más importantes a partir de los 12 años. Los padres no pueden apoyar a los niños en casa porque no saben qué tienen que estudiar, qué deberes tienen que hacer y cuándo tienen los exámenes. En algunos casos, los niños olvidan realmente copiar la información (aunque creen haberlo hecho); en otros casos, utilizan la falta de información para tratar de evitar el trabajo en casa.

Estrategia: Podemos entrenarle en anotar los deberes nombrándole, junto con otro niño, miembro de la "comisión de deberes" y encargándoles a ambos apuntar, en un lado de la pizarra o en una hoja en la puerta, lo que se haya mandado durante el día.

- **Escribe de forma desorganizada, no respeta los márgenes.** En la mayoría de los casos, la desorganización en la forma de trabajar no es más que un reflejo del pequeño caos interior propio del TDAH, pero en algunos niños es un reflejo de dificultades perceptivas

asociadas que requieren una reeducación específica e individual.

Estrategia: Para aquellos niños sin graves dificultades perceptivas y que muestran falta de hábitos de organización, debemos:

- (1) analizar con el niño los errores de organización que comete;
- (2) seleccionar algunos objetivos específicos a modificar comenzando por los más vistosos y sencillos, y
- (3) revisar cada semana las fichas realizadas para anotar cada vez que ha logrado cumplir con el compromiso acordado.

Analizaremos también el material que utilizamos, volveremos al lápiz si es necesario, le enseñaremos a utilizar una pauta en folio en blanco, marcaremos los márgenes y utilizaremos preferentemente papel con doble raya en lugar de cuadritos. Las rayas constituyen un punto de referencia claro y simple a primera vista, mientras que los cuadritos exigen que el niño, al tiempo que escribe, deba encajar cada letra en los cuatro puntos de referencia de cada cuadro e imaginarse el renglón que debe seguir.

- No termina los exámenes, se salta preguntas.

Estrategia: Hablar con el terapeuta que realiza el entrenamiento individual para que le ayude a desarrollar nuevas estrategias como, por ejemplo, "empezar primero por las preguntas más cortas y más fáciles", entrenarle en la utilización del reloj, ensayar en casa realizando exámenes simulados y exigirle revisar las preguntas antes de entregar definitivamente el examen.

Dificultades en la relación con los compañeros

- **Muestra un comportamiento más infantil. No encaja.** Muchos niños con TDAH, especialmente aquellos que por nacer a final de año son los más pequeños de la clase, muestran un comportamiento e intereses de juego más inmaduros menor capacidad para seguir juegos de reglas.

Estrategia. Podemos favorecer que el niño con TDAH tenga más grupos de juego en los que se incluyan niños de edades algo inferiores, reforzarle cuando utilice comportamientos que pueden favorecer la aceptación de los demás y ayudarle organizando actividades cooperativas que le ayuden a integrarse.

- **Tolera poco la frustración. Se enfada si las cosas no son como él quiere.**

Estrategia: Utilizar las sesiones de tutoría para enseñar a los niños a ignorar conductas inadecuadas y a valorar el esfuerzo y premiar actitudes adecuadas.

- **Reacciona de forma desproporcionada ante sucesos sin importancia. Se enrabieta, contraataca.** Este tipo de reacciones están relacionadas con el apartado anterior. Los niños con TDAH pueden tener conductas puntualmente agresivas de tipo reactivo. No agreden deliberadamente, pero pueden reaccionar de forma defensiva y desproporcionada si se sienten atacados originando un daño. No suelen mostrar, sin embargo, agresividad proactiva (comportamientos agresivos planificados e intencionados cuyo objetivo es dominar al otro o conseguir un objeto deseado).

Estrategia: Potenciar la seguridad en sí mismo y mejorar la autoestima, al tiempo que se retira, e ignorar la rabieta hasta que se le pase.

- **Se meten con él porque toma medicación**

Estrategias: Informar a los padres y plantear qué es lo que sería más adecuado explicar a la clase. Tratar la medicación como vitaminas especiales para el niño en cuestión que le ayudan a no fatigarse mientras trabaja sin hacer alusión a ningún trastorno. Podemos hablar con los padres para que planteen la situación al médico que supervisa el tratamiento farmacológico con el fin de valorar si es posible utilizar una medicación de efecto más prolongado que evite la toma del mediodía en el colegio.

La heterogeneidad de los niños con TDAH y de las situaciones escolares con las que tienen que enfrentarse hace difícil realizar, como hemos tratado de plantear en este artículo, recomendaciones generales que puedan adaptarse a todos los casos. Es necesario, por lo tanto, un análisis pormenorizado de las conductas-problema de cada niño en concreto, de la exigencia del entorno, del modo en que ésta se plantea y de la respuesta del niño a las modificaciones que se vayan introduciendo. Para ello, se hace imprescindible la comunicación y coordinación de los profesores, del personal no docente del centro (bedeles, vigilantes o ayudantes del comedor), de los padres, del psicólogo o psicopedagogo y del médico. Sólo de este modo podremos diseñar programas adecuados con resultados positivos.

Bibliografía

- ARMSTRONG, T. (2000). Síndrome de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad. Estrategias en el aula. Paidós, Barcelona.
- BARKLEY, R.A. (1990a). Attention deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment. Guilford Press, New York.
- BARKLEY, R.A. (1991). Attention-deficit hyperactivity disorder. A clinical workbook. Guilford Press, New York.
- BARKLEY, R.A. (1997b). Defiant Children a clinician manual for assessment and Parent Training. Guilford Press, New York.
- BARKLEY, R.A. (1999a). Defiant Teens a clinical manual for assessment and family intervention. Guilford Press, New York.
- BARKLEY, R.A. (1999b). Niños hiperactivos. Cómo comprender y atender sus necesidades especiales. Paidós, Buenos Aires.
- FUNDACIÓN ADANA (2004). Comportamiento y TDAH. Adana Fundación, Barcelona.
- GUTIÉRREZ, J.J.; PRADOS, B.; SILES, M.S.; PÓRTELA, J. (2004). Guía básica sobre Hiperactividad. Ed. Defensor del



Menor en la Comunidad de Madrid, Madrid.

HALOWELL, E.M. & RATEY, J.J. (2001). TDA: Controlando la hiperactividad. Cómo superar el déficit de atención con hiperactividad (ADHD) desde la infancia hasta la edad adulta. Paidós, Barcelona.

JOSELEVICH, E. (2000). Síndrome de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad. AD/HD en niños, adolescentes y adultos. Paidós, Buenos Aires.

MULAS, F., TÉLLEZ DE MENESES, M., HERNÁNDEZ-MUELA, S., MATTOS, L., PITARCH, I. (2004). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad y epilepsia, Revista de Neurología, 39, (29), 192-195.

O'REGAN, F. (2002). How to teach and manage children with ADHD. LDA, UK.

ORJALES, I. (1991). Eficacia diferencial en técnicas de intervención en el síndrome hiper-cinético, Tesis Doctoral, Universidad Complutense de Madrid.

ORJALES, I. (1999). Déficit de Atención con Hiperactividad. Manual para padres y educadores. Ed. CEPE, Madrid.

ORJALES, I. (1999). Las autoinstrucciones de Meichenbaum: una modificación para el

tratamiento de niños con déficit de atención con hiperactividad. Comunicación presentada en el III Congreso Internacional de Psicología y Educación. Santiago de Compostela, Septiembre.

ORJALES, I. (2000). Programa de entrenamiento para descifrar instrucciones escritas. Indicado para niños y niñas impulsivos y con Déficit de Atención con Hiperactividad/DDAH. Ed. Cepe. Madrid.

ORJALES, I. y POLAINO-LORENTE, A. (1988). "Evaluación pediátrica de la eficacia terapéutica diferencial en el tratamiento de la hiperactividad infantil". Acta Pediátrica Española, 46 (1), 39-54.

RIEF, S.F. (1999). Cómo tratar y enseñar al niño con problemas de atención e hiperactividad: Técnicas, estrategias e intervenciones para el tratamiento del TDA/TDAH. Buenos Aires: Ed. Paidós.

ROGERS, B. (2002). Classroom behaviour: a practical guide to effective teaching, behaviour management and colleague support. PCP, California.

SEQUEIRA, P. & JORDÁN, M.M. (2002). Rethinking classroom management. Ed. Corwin Press, California.

