

CURSO: RESPUESTA EDUCATIVA PARA EL ALUMNADO CON TDAH

NOMBRE Y APELLIDOS: M<sup>a</sup> CARMEN ASENJO ANGULO

D.N.I: 71.263.605-Z

## **ACTIVIDAD 4**

**LEE DETENIDAMENTE EL CASO 2, POSTERIORMENTE:**

**• ENUMERA QUÉ TÉCNICAS VISTAS EN EL BLOQUE IV CREES QUE SON LAS MÁS ADECUADAS PARA INTERVENIR EDUCATIVAMENTE EN ESTE CASO SEGÚN LOS SÍNTOMAS QUE PRESENTA.**

**DESPUÉS DESARROLLA BREVEMENTE DOS DE ELLAS**

**Síntesis de las características principales**

*“En casa tarda mucho tiempo en la realización de las tareas escolares, porque se levanta, se distrae con facilidad o simplemente se queda pensando en otras cosas. En ocasiones, cuando le mandan realizar una actividad, la deja a medias porque se ha entretenido con otra cosa.*

*Durante la valoración se observa:*

*- Se muestra nervioso durante toda la realización de la prueba (se frota las manos, se mueve en la silla cuando algo no lo sabe, etc.).*

*- Hay que ayudarle a centrar la atención y animarle a que revise las tareas para que compruebe si están bien realizadas.*

*- Tiene un estilo de afrontamiento impulsivo.*

*- Muestra un nivel de fatigabilidad muy bajo. - A lo largo de la sesión de evaluación se nota más fatiga y menos concentración. Comienza sin moverse de la silla, pero a medida que transcurre el tiempo tiene más movimientos (mueve los pies, se balancea, etc.). Hay que recordarle que se siente correctamente en varias ocasiones.*

- Hay que motivarle mucho con refuerzos posteriores de actividad y con refuerzo social.

*Equilibrio personal o afectivo-emocional:* Los padres nos comentan que tiene muy baja tolerancia a la frustración en todas las actividades que realiza, no sólo las escolares. Esto le produce malestar manifiesto, incluso rechazo a realizar aquellas actividades en las que ha tenido algún fallo (por ejemplo, no quería continuar yendo a fútbol).

*Relación interpersonal y adaptación social:* Los padres comentan que en ocasiones en casa manifiesta que ha tenido algún problema con algún amigo, porque le cuesta seguir las normas de los juegos o estar durante mucho tiempo jugando a lo mismo”.

Después de analizar la descripción del caso propuesto para la realización de esta actividad, considero que algunas de las técnicas más adecuadas para intervenir educativamente con nuestro alumno serían las siguientes.

- TÉCNICAS PARA AUMENTAR LAS CONDUCTAS
  - REFUERZO POSITIVO
- TÉCNICAS COGNITIVAS
  - AUTOINSTRUCCIONES
- TÉCNICAS AFECTIVO-EMOCIONALES
  - ENTRENAMIENTO EN EL CONTROL DE LA IRA
- TÉCNICAS DE TIPO SOCIAL
  - ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES

## ❖ REFUERZO POSITIVO

Reforzar las conductas positivas de los niños con TDAH puede ser **muy eficaz para la mejora de la conducta**, así como para motivarles. De esta forma le hacemos saber con exactitud **qué es positivo y por qué lo es** inmediatamente después de que haya realizado bien una tarea o se haya comportado bien durante cierto tiempo.

El aprendizaje de nuevas conductas no es inmediato, aprenderlas puede exigir **paciencia** y requerir alabanzas durante cierto tiempo hasta que el niño adopte el comportamiento con regularidad. Esta característica es inherente al trastorno por déficit de atención, y es importante **ser consciente del vínculo que existe entre el déficit de atención y la dificultad para aprender las normas**.

### ¿Qué tipo de conductas se pueden reforzar?

Puede ser que se tengan dudas sobre el tipo de conductas que se pueden reforzar. Y es que en ocasiones se olvida que **los niños con TDAH tienen dificultades en elementos básicos de organización y comportamiento**, y que cuando lo hacen bien es importante señalárselo para que lo repita.

Por ejemplo, **alábale cuando**:

- Permanezca sentado cuando proceda estarlo.
- Espere su turno en la cola.
- Se mantenga tranquilo mientras alguien le está provocando o molestando.
- Obedezca una orden de inmediato.
- Trabaje con cuidado y de forma aplicada.
- Mantenga su mesa bien ordenada y organizada.
- Juegue en silencio sin alterar a todo el mundo a su alrededor.

Aunque es importante expresar comentarios positivos inmediatamente después de una actuación o comportamiento bueno, es muy recomendable **adoptar una actitud más positiva en general**. Los niños con TDAH están acostumbrados a

recibir respuestas negativas, quejas y reproches, por lo que necesitan más comentarios positivos que los otros niños. Intentar ver las cosas buenas y hacérselas ver a él mejorará su autoestima y su actitud hacia las cosas. Tendrá más ganas de intentar hacer las cosas bien.

La alabanza debe considerarse **un estímulo y parte de un proceso continuo**. Utilizar el elogio sólo cuando es merecido, de lo contrario, puede reforzar las conductas negativas.

**Utilizar un calendario de recompensas.** Será muy útil para representar gráficamente los avances del niño con TDAH. Le facilitará el seguimiento de los progresos de su comportamiento por su carácter gráfico (con pegatinas y dibujos), y pueden analizarse periódicamente. El uso de este tipo de calendarios como herramienta proporciona una buena base para una estrategia de recompensas. Es una manera de anotar todo lo que sucede de modo que puedan solucionarse posibles discrepancias.

### ❖ AUTOINSTRUCCIONES

El **entrenamiento en autoinstrucciones** es una técnica cognitiva de cambio de comportamiento en la que se modifican las autoverbalizaciones (pensamientos o diálogo interno) que una persona realiza ante una tarea o problema, sustituyéndola por otras más útiles para dicha tarea.

El procedimiento completo consta de **cinco pasos**:

1º- El terapeuta actúa como modelo y lleva a cabo una tarea mientras se habla a sí mismo en voz alta sobre lo que está haciendo (Modelado cognitivo).

2º- El niño lleva a cabo la misma tarea del ejemplo propuesto por el terapeuta, bajo la dirección de las instrucciones de éste (Guía externa en voz alta).

3º- El niño lo vuelve a hacer mientras se dirige a sí mismo en voz alta (Autoinstrucciones en voz alta).

4º- Ahora el niño lleva a cabo la tarea de nuevo, pero sólo verbalizando en un tono muy bajo (autoinstrucciones enmascaradas).

5º- El niño guía su propio comportamiento a través de autoinstrucciones internas, mientras va desarrollando la tarea (Autoinstrucciones encubiertas).

### ***¿Por qué son útiles para los niñ@s con TDAH?***

Las autoinstrucciones tienen una función elentecedora de la acción, propiciando una mayor reflexividad. Además, suponen mantener un diálogo interno, que en muchas ocasiones desaparece en algunas situaciones en los niños con TDAH, **los cuales suelen actuar de forma impulsiva** y sin pensar en las consecuencias a largo plazo. Por otro lado, seguir una serie de pasos, pudiéndose convertir éstos de forma automática en el aprendizaje, supone menor número de distracciones en la tarea.

### ***Ejemplos de autoinstrucciones***



Marina Martín Psicóloga (marina.martin.00@gmail.com)

Para realizar esta actividad, he utilizado además del material propio del curso, otras fuentes de información:

TDAHYTU

Recuperado de

<https://www.tdahytu.es/vivir-con-tdah/tdah-en-el-dia-a-dia/refuerzo-de-las-conductas-positivas/>

CENTRO CATYDA. Centro especializado en TDAH

<https://centrocatyda.com/2015/10/13/como-crear-autoinstrucciones-para-los-nins-con-tdah-en-casa-y-en-la-escuela/>