

# ALUMNADO CON TDAH: Recomendaciones para los profesores

Departamento de  
Orientación  
IES HUERTA ALTA

## ¿Qué es el TDAH?

Para el profesorado es difícil detectar el problema porque a veces puede confundirse con otros trastornos y podrían pensar que un alumno-a es hiperactivo-a simplemente porque molesta en clase o es nervioso. Vamos a intentar delimitar el problema.

### **Las 7 actitudes más frecuentes de los jóvenes que acusan hiperactividad e impulsividad son:**

- Hablan más de la cuenta, innecesariamente y se van a menudo por las ramas. Les cuesta controlarse y a menudo actúan de forma impulsiva.

Tienen cambios de humor muy repentinos.

- Nunca encuentran el tiempo para realizar sus trabajos y siempre los hacen en el último momento. Les cuesta establecer un orden de prioridades en las cosas que tienen que hacer.

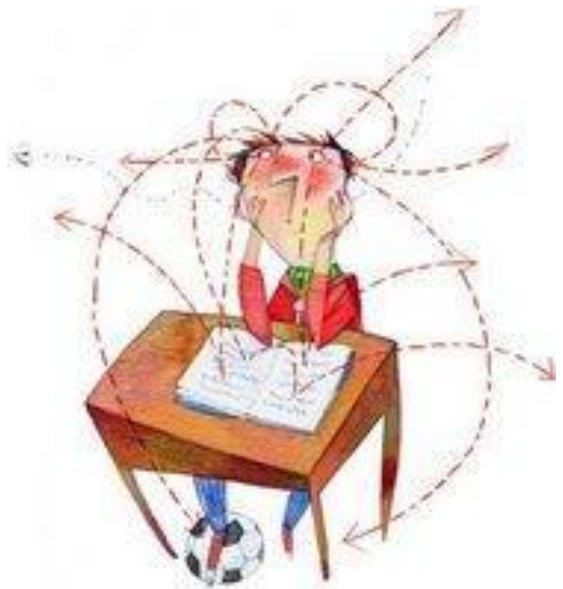
- Les cuesta controlar el paso del tiempo, siempre piensan que tienen tiempo de sobra para todo y en cuanto se dan cuenta "Ya es demasiado tarde".

- Les cuesta planificar actividades con antelación y se dejan llevar fácilmente por las apetencias del momento.

- Les cuesta entender, olvidan y discuten con mucha facilidad las reglas que le son impuestas.

- A menudo se sienten inquietos y necesitan mover los pies, columpiarse en las sillas, jugar con algunas cosas en las manos, llegando incluso a retorcerse en su propio asiento.

- Se meten fácilmente en líos o son fácilmente blanco de las acusaciones cuando los líos se producen cerca de ellos.



## **Las 7 actitudes más frecuentes de los jóvenes que manifiestan inatención y problemas de concentración son:**

- Les cuesta seleccionar la información más importante.
- Les cuesta mantener la atención en clase y no pueden evitar pensar en sus cosas.
- A menudo olvidan y pierden cosas importantes: La entrega de trabajos, la fecha de un examen, la cita con alguien, traer el material a clase, etc.
- Son conocidos por sus despistes.
- No les resulta nada fácil desviar la concentración de una actividad para destinársela a otra.
- Cuando lo que están haciendo no les atrae, se distraen con increíble facilidad.
- Tienen problemas para organizarse en el tiempo. Planificar su tiempo de estudio, organizar sus tareas, etc.

## **Pautas generales**

El profesor, junto con los padres, es una pieza clave a la hora de encauzar el comportamiento del alumno con TDAH y minimizarlos efectos de sus síntomas con el fin de mejorar su aprendizaje, sus habilidades sociales y su autoestima. Para ello, el profesor puede poner en práctica unas medidas relativamente sencillas, pero muy efectivas que, en términos generales, son:

- La tolerancia, la paciencia y la autoridad son fundamentales en un profesor que tiene alumnos con TDAH.
- Cuando hay que hablar con ellos, lo mejor es hacerlo en privado, para no avergonzarle frente al resto de la clase.
- Hay que valorar el nivel en el que se encuentra el alumno en las distintas materias, identificando sus debilidades y fortalezas.

- Es apropiado que el aula donde esté el niño con TDAH tenga un ambiente positivo de trabajo (o al menos intentarlo).
- Las normas deben de ser claras, con un clima de orden y compañerismo.
- Es conveniente que se ubique en la primera fila, rodeado de alumnos tranquilos. A ser posible, alejado de ventanas y puertas para evitar la distracción.
- Sobre el pupitre sólo debe de tener lo que es necesario en cada momento, acostumbrándole a que guarde lo que ya no vaya a utilizar.
- Las órdenes e instrucciones en el aula deben ser cortas y directas, con refuerzos positivos.
- Es conveniente adaptar contenidos, tareas y exámenes, haciéndolos más breves o, incluso, de forma oral si se considera necesario. Con la finalidad de evitar la distracción, es mejor limitar el formato a una o dos preguntas por página. Es conveniente poner el examen en las primeras horas de la mañana, si es posible, dado que este tipo de alumnado está más concentrado a estas horas.
- El alumnado con TDAH puede tener un correcto desarrollo escolar si se aplican las intervenciones adecuadas en el aula sin perjuicio para el resto de los alumnos. Esto no significa bajar el nivel de exigencia del alumno con TDAH, sino implantar unas técnicas de modificación conductual y de intervención en el aula adaptadas a sus necesidades específicas. De esta manera, se le podrá ayudar a combatir sus síntomas y las conductas que se derivan de ellos, evitando que cometa errores por descuido, a terminar sus tareas adecuadamente y a disminuir su mal comportamiento. Todo ello conllevará la mejora de su rendimiento académico y su integración con los compañeros, propiciando un buen ambiente general en el aula.

El alumnado con TDAH puede presentar síntomas de hiperactividad o impulsividad o/y Déficit de atención. A

continuación se dan pautas para atender con eficacia al alumnado en ambos casos.

## Hiperactividad e Impulsividad

### Síntomas

Las actitudes propias de la adolescencia, que aparecen por tratarse de una etapa de desarrollo, se ven agravadas cuando el joven padece TDAH con predominio de Impulsividad o Hiperactividad. Por ello, antes de tomar medidas, hay que determinar las causas de esos comportamientos.



Los síntomas son los siguientes:

- Conducta rebelde ante el intento de terceros de controlar sus emociones y comportamiento.
- Continuo enfrentamiento con la autoridad.
- Rechazo al colegio dado que no encuentra relación entre el mundo real y lo que le ofrecen en las aulas.

### Pautas para combatir la Hiperactividad e Impulsividad

#### Prevenir la aparición de conflictos:

- Crear un ambiente en el que se fomente la comunicación.
- Establecer las reglas de una forma clara y precisa.
- Tener previstos patrones de actuación para afrontar situaciones de enfado, frustración o, incluso, agresión.
- Mantener una actitud hacia el alumno que favorezca la confianza.

#### Ejercer la disciplina:

- Adoptar una actitud firme a la hora de hacer que se cumpla la norma.

Esta actitud se caracteriza por la claridad, pero siempre de forma respetuosa, abierta y afectiva.

- Evitar actitudes permisivas (falta de firmeza y constancia) y dominantes. El respeto entre ambas es fundamental en las relaciones dentro y fuera del aula.
- Adoptar una comunicación positiva, en la que se escuche al adolescente, sin enjuiciar, ni criticar, primando siempre la comprensión, la confianza y la empatía.
- Utilizar la negociación para la resolución de conflictos. El profesor debe identificar el origen del problema y plantear posibles formas de solucionarlo, haciendo partícipe al alumno para que asuma su responsabilidad.
- Cambiar castigos por consecuencias lógicas. Es decir, cuando un alumno lleve a cabo una conducta inadecuada, en lugar de amonestarle, se le aplicará una consecuencia lógica de la misma.

Por ejemplo, si habla en clase con un compañero, se le separará de él para evitar que continúe haciéndolo.

- Utilizar el costo de respuesta para disminuir comportamientos inapropiados.

Consiste en que el joven tiene que pagar con un privilegio como consecuencia de no cumplir lo establecido. Para ello, el alumno debe de saber previamente qué comportamientos son los que derivan en esta medida. El tiempo que dure la supresión de privilegios no debe ser muy extenso, ya que puede convertirse en un castigo para el alumno.

### **Cómo afrontar las conductas desafiantes:**

- Es conveniente no prestar atención a determinadas conductas.
- Ofrecer alternativas de solución ante un problema.
- Mostrar una actitud firme en la toma de decisiones.
- Escuchar sin entrar en discusiones.
- Utilizar el "tiempo fuera".
- No hay que sermonear, presionar, adoptar una actitud de superioridad, ni tampoco promover una lucha de poder.

# **Déficit de Atención y Problemas en el Aprendizaje**

## **Síntomas**

A menudo, los adolescentes con TDAH suelen tener problemas en el aprendizaje, lo que les lleva a una constante frustración, que suelen tener consecuencias concretas en áreas como la lectura, la escritura, las matemáticas, el procesamiento de información, la memoria visual, la auditiva, las relaciones espacio-temporales, La coordinación visomotora, el orden y la pulcritud . Esto se debe a que, aunque son inteligentes, se ven incapaces de demostrarlo, bien por conflictos a la hora de asimilar conocimientos, como por dificultades a la hora de transmitirlos. Los síntomas que presentan los jóvenes con este trastorno son los siguientes:

- Siente apatía por el colegio o instituto.
- Se aburre durante las clases.
- Debido a que no es capaz de mantener la atención, suele no entender las explicaciones del profesor.
- A pesar de que es inteligente, sus calificaciones son bajas.
- Tiene problemas de concentración durante el estudio, lo que impide la asimilación de conocimientos.
- Deja la realización de las tareas para el último momento.
- Es posible que en algunas materias obtenga buenos resultados, mientras que en otras fracase. Esto puede deberse al interés que tenga en la asignatura y en la forma de impartir clase del profesor.

## **Pautas para combatir los problemas de aprendizaje**

### **Cómo impartir las clases:**

- Ofrecer un alto grado de motivación, participación y refuerzo multisensorial.
- Evitar la abundancia de explicación verbal y el dictado del material.

- Las lecciones deben de ser dinámicas y estructuradas para motivar el aprendizaje. Las rutinas ayudan a un a mejor organización.

- Explicar con detalle los procesos sobre cómo hacer las cosas.

- Enseñar técnicas de estudio, con aplicación práctica en el aula.

- Fomentar el trabajo cooperativo

entre alumnos para ayudar en la dedicación continua a una misma tarea.

- Dividir el trabajo en pequeñas cantidades para ayudar al cumplimiento de cada una de las tareas.

- Tratar de empatizar con el alumno a través de una actitud de autoridad, apoyo y confianza, para que se sienta apoyado en el proceso del aprendizaje.



#### **Para lograr que el alumno se organice:**

- Hacer que utilice agenda.

- Hacer que anote en la agenda tanto los deberes como los temas y páginas explicados en clase.

- Se puede asignar un alumno-tutor para que le ayude a organizarse y vigile que anote en la agenda.



#### **Para lograr que el alumno aprenda a aprender:**

- Actuar como mediador entre el joven y las estrategias y habilidades para aprender, asimilar y dominar contenidos.

- Aplicar una enseñanza para todos, de tal modo que se responda a las necesidades de los diferentes alumnos, asegurando el éxito académico. Para ello, hay que cambiar



el concepto de decirle al estudiante lo que ha hecho mal, por el de enseñar a cómo hacerlo bien. Asimismo, hay que:

- Conocer las debilidades y fortalezas de cada alumno.
- Transmitir conocimiento vinculado a la asociación y la vivencia.
- Favorecer el análisis de la información.
- Motivar la realización de ejercicios prácticos.
- Mantener una comunicación fluida con los padres para informarles de cómo pueden ayudar para fortalecer el aprendizaje de sus hijos.

### **Motivar al alumno para que trabaje:**

- Ofrecer algún tipo de incentivo que ayude al alumno a interesarse por conseguir alguna meta.
- Fomentar la persistencia como una vía para obtener el éxito.

• La motivación depende en gran parte de las posibilidades reales de conseguir lo propuesto. Por el contrario, la desmotivación es fruto de una elevada dificultad.



- A través de las tareas, los alumnos buscan satisfacer una serie de necesidades, que hay que ayudarles a conseguir:
  - Independencia, mediante la toma de sus propias decisiones.
  - Capacidad de resolución, tras comprobar que pueden hacer las cosas por si mismos de manera satisfactoria.
  - Sentido de pertenencia, formando parte de algo más grande.
  - Estimulación, a través de encontrar placer con lo que se hace.

### **Adecuación curricular:**

- Es necesario adaptar el programa educativo a las necesidades particulares de cada alumno, con el fin de evitar el fracaso. El profesor está plenamente cualificado para hacerlo, solicitando la ayuda del orientador en caso de considerarlo necesario, ya que no supone una disminución del nivel de exigencia, sino una adaptación en la forma de transmitir y adquirir conocimientos, así como en los procedimientos para su evaluación.
- Habría que buscar más la calidad de las tareas que la cantidad.
- Es conveniente ser flexibles en el plazo de entrega.
- De forma paralela, el profesor debe enseñar al alumno formas de compensar sus debilidades, de tal modo que poco a poco vaya superándolas. En cualquier caso, hay que tener en cuenta que los problemas de atención y aprendizaje no se curan con la madurez, y la necesidad siempre estará ahí aunque pase el tiempo.

## Evaluación

El contexto escolar en el que se trabaja con los alumnos con TDAH es decisivo en el resultado de su evolución académica. Al tratarse de alumnos con un trastorno de origen neurobiológico, dependiendo de ese contexto, sus síntomas de inatención, hiperactividad e impulsividad se agravarán y se darán con mayor frecuencia e intensidad (lo que desembocará en una deficiente evolución) o, por el contrario, se atenuarán, logrando así que el alumno evolucione satisfactoriamente.

Es imprescindible que el profesor tome las medidas de actuación precisas para establecer una evaluación personalizada, adaptada a las necesidades de todos los alumnos con TDAH con el fin de conseguir su éxito escolar. Habría que valorar el trabajo diario y el esfuerzo que realiza.

## Calendario

- Coordinar el calendario de los exámenes, para evitar el sobreesfuerzo de estos alumnos a la hora de su preparación y realización. Por ello, es conveniente realizar como máximo dos exámenes a la semana, aunque es preferible que sólo fuese uno. En todo caso, se debe procurar que nunca coincidan los dos el mismo día.
- Programar los exámenes al menos con una semana de antelación y hacer que los padres firmen su conocimiento antes de las fechas de realización.
- Realizar los exámenes en las primeras horas de clase, para lograr el máximo rendimiento.

### Antes del examen

- Aconsejarle el uso de marcadores de tiempo (cronómetros o recordatorios), para conseguir una adaptación a sus dificultades de la gestión del tiempo.
- Asegurarse de que tiene todo el material necesario para realizar la prueba de evaluación: folios, lápices, gomas, etc., y que tenga varios para que, si se caen al suelo, no pierda tiempo en buscarlos.

### Durante el examen



- Cerciorarse de que el alumno ha entendido bien las preguntas que se le formulan en el examen, permitiéndole acercarse a la mesa del profesor si tiene alguna duda, tantas veces como sea necesario.
- Dejarle moverse en el asiento o ponerse de pie cuando lo precise,

ya que su actividad motora no le permite estar todo el tiempo de la prueba en su asiento.

- Permitirle que haga el examen en una o dos sesiones, si se le observa muestras de cansancio mientras realiza la prueba escrita.

### Tipo de exámenes

- Reflexionar sobre cuál es el tipo de prueba (oral o escrita) y formato (de desarrollo, verdadero/falso, esquemas, frases para completar, etc.) más conveniente para este alumnado.
- Entregar los exámenes con las preguntas escritas, para que el alumno-a no tenga que copiarlas.

## **Consejos sobre lo que no se debe hacer**

1. No concentrarse en los aspectos negativos de su comportamiento.
2. No prejuizarlo calificándole de vago o desinteresado.
3. No interpretar que su falta de interés es deliberada, consciente o voluntaria.
4. No subestimarlos, rinden por debajo de sus posibilidades.
5. No proporcionarles tareas largas y aburridas.
6. No creer que el niño y/o su familia son todo el problema. Se debe entender que la escuela también forma parte del problema.
7. No ceñirse a los métodos tradicionales que suele utilizar para resolverlos problemas; éstos pueden ser ineficaces en niños con TDAH.

### **BIBLIOGRAFÍA:**

Estas recomendaciones están tomadas de la "Guía de actuación en la Escuela ante el alumnado con TDHA":  
[http://www.amanda.org.es/images/stories/accesoainfodescargable/TDAH\\_Profesores.pdf](http://www.amanda.org.es/images/stories/accesoainfodescargable/TDAH_Profesores.pdf)

Javier Oviedo García: "Guía práctica para profesores de Secundaria"

