

TICS + TRASTORNO POR DÉFICIT ATENCIONAL CON O SIN HIPERACTIVIDAD (TDAH)



TICS + TRASTORNO POR DÉFICIT ATENCIONAL CON O SIN HIPERACTIVIDAD (TDAH)

Se trata de un trastorno caracterizado por distracción, períodos de atención breve y puede incluir inquietud motora, inestabilidad emocional y conductas impulsivas. Las manifestaciones más comunes son:

- Su rendimiento en el trabajo suele ser variable e inconsistente.
- Tienen dificultades para organizarse, se distraen y frecuentemente no completan sus tareas.
- Tienen problemas para iniciar una tarea (dan vueltas).
- No prestan atención a los detalles.
- Parecen no escuchar cuando se les habla y les cuesta seguir una conversación.
- Se cansan en las tareas extensas.
- En ocasiones, les cuesta aceptar y respetar las normas en juegos o actividades debido a la dificultad para concentrarse cuando se imparten las consignas.
- Se levantan muchas veces en clase y deambulan.
- Presentan posturas inadecuadas.
- Interrumpen las tareas de compañeros y profesores.
- Sus materiales se rompen con frecuencia.
- Se accidentan con regularidad.
- Pueden llegar a ser incontrolables.
- No miden las consecuencias de sus actos.
- Son impulsivos y responden sin pensar.
- Tienen dificultades para controlar sus emociones.

Frente al TDAH podemos:

- Reducir los distractores, trasladando estímulos fuera del campo visual.
- Proporcionar un ambiente tranquilo y sin ruidos.
- Organizar el espacio en clase y en casa, posibilitando distintos lugares (para leer, para trabajar de pie, para trabajar en grupos, etc.).
- Ser flexibles en esa organización.
- Ubicar al alumno cerca del profesor y/o cerca de compañeros que sean referentes de ejemplo para él.
- Dar órdenes claras y firmes.
- Fomentar el autocontrol, determinando de forma consensuada y por anticipado las consecuencias del incumplimiento de las normas.
- Realizar tutorías individualizadas que permitan encauzar alguna conducta determinada, expresar sentimientos y dudas académicas.
- Evitar la sucesión continua de situaciones frustrantes o actividades que no puede terminar de hacer o resolver.
- Cuidar el lenguaje que utilizamos, evitando mensajes negativos dirigidos al alumno.
- Anticipar los cambios de rutinas.
- Asegurarse de que las tareas escolares sean cortas, variadas y supervisadas.
- Utilizar esquemas.
- Enseñarle técnicas para organizar el tiempo.
- Enseñarle estrategias de autoinstrucción mediante el habla interna que le posibiliten controlar su conducta.
- Entrenarlo en técnicas de relajación.
- Enseñarle a esperar su turno.
- Premiar las acciones adecuadas e ignorar las inadecuadas.