

## **PROGRAMA CON PADRES Y PROFESORES PARA LA MEJORA SOCIAL Y EMOCIONAL DE UN NIÑO TDAH EN PRIMARIA.**

Guadalupe Torres Sancho  
Psicóloga clínica  
correodeguadi@hotmail.com

### **RESUMEN**

El TDAH se manifiesta por un abanico de síntomas que hacen que el grupo de niños que lo presentan sea muy heterogéneo. Sin embargo, en todos los casos, nos encontramos con un problema realmente serio para el niño que lo sufre y las personas clave de su entorno, por las implicaciones que conlleva en el funcionamiento cognitivo y social del sujeto.

Entendemos que el rol de los padres resulta imprescindible para la recuperación del niño con déficit de atención. Los padres representan la fuente de seguridad, los modelos a seguir, la base fundamental sobre la que los hijos construyen su propio sistema de valores y el concepto de disciplina y autoridad. De los padres depende en gran medida, la mejor o peor evolución de la sintomatología que presentan estos niños.

Igualmente cabe destacar el papel relevante del profesorado que incide directamente en el proceso formativo del alumno porque, no sólo desarrolla una función de mediación en el proceso de aprendizaje, sino que además contribuye a la normalización de su vida escolar, mediante el ajuste de la respuesta educativa a sus necesidades.

Desde esta visión sistémica de la educación, nuestra propuesta consiste en un Programa Integral de trabajo con las familias y profesores conjuntamente y desarrollado dentro del contexto escolar.

### **INTRODUCCIÓN**

El niño que padece TDAH presenta diversos tipos de conductas alteradas, consecuencia directa de las dificultades que presenta para controlarse. Así, diferenciamos tres grandes grupos de conductas disfuncionales:

- a. Las derivadas de la propia actividad física del sujeto,
- b. Las derivadas de la falta de atención y
- c. Las que tienen su origen en la impulsividad e irreflexibilidad de su comportamiento.

El TDAH con frecuencia se presenta muy temprano, ya antes de los 6 años suelen estar presentes algunos de los síntomas. A esta edad ya se han establecido las bases del desarrollo físico, que a partir de este momento continuará su crecimiento. No ocurre lo mismo con el desarrollo emocional del niño, que todavía no posee una personalidad formada y está aprendiendo justamente los diferentes estilos de comportamiento y sus consecuencias, las formas de relacionarse socialmente, e incluso se encuentra en pleno proceso de creación de su propia imagen. Esto significa que el trastorno va a estar presente a lo largo de todo este desarrollo emocional del niño y por tanto puede afectarle en mayor o menor medida, según la gravedad del trastorno y la ayuda que reciba.

Todas estas conductas las desarrolla el niño sin distinguir el ambiente donde se encuentra, por esto consideramos de vital importancia lograr la congruencia en el ámbito familiar y en el escolar para no introducir más confusión en la ya desorganizada visión del niño.

Hay además que tener muy en cuenta que el niño, por su baja tolerancia a las situaciones que le producen frustración, seguramente va a presentar una fuerte tendencia a intentar manipular su medio, con el objetivo de conseguir controlarlo. Es frecuente que padres y profesores “sucumban” a ellos para que la situación termine, con la sensación de no tener estrategias suficientes y adecuadas para educarle.

Por último queremos destacar que las conductas disfuncionales del niño TDAH le repercuten claramente también a nivel social, le resulta muy difícil integrarse en un grupo, y esta restricción de la vida social en la niñez podrá dar lugar a un adulto con pocas habilidades sociales.

En mi experiencia clínica me he encontrado con una doble realidad:

- Los padres, suelen recibir por parte de distintos profesionales estrategias para su día a día, generalmente descontextualizadas de su realidad y con dificultad para llevarlas a la práctica por lo que es probable que decaigan en el intento.
- Los profesores, en general utilizan las mismas estrategias con las que enseñan contenidos conceptuales a todos los alumnos, a pesar de la dificultad de los alumnos con TDAH para responder adecuadamente a las relaciones sociales (seguimiento de normas, aprendizaje de tareas...) que se plantean en el centro.

La necesidad de intervenir viene marcada por el hecho de que, de no ser tratadas, estas conductas, lejos de desaparecer, la literatura consultada y mi propia experiencia indican que lo más probable es que aumenten.

## PLANTEAMIENTO DEL PROGRAMA

El programa que planteamos quedará agrupado en tres grandes bloques, dividido cada uno de ellos en varias sesiones, el número de las mismas dependerá de las posibilidades de tiempo y formación del grupo.

En cada bloque especificamos:

- Objetivos a conseguir
- Contenidos
- Estrategias

### BLOQUES:

- Junio del curso anterior
- Septiembre a diciembre.
- Enero a Junio.

Pasamos a desarrollar cada uno de ellos.

A. El **Junio anterior** de la puesta en marcha del programa, llevaríamos a cabo una reunión conjunta con los padres de los niños con TDAH y sus profesores con los siguientes objetivos:

-Que los padres y profesores se conozcan, y se pueda establecer entre ellos un sistema de comunicación eficaz a lo largo del próximo curso en cuanto a los avances o problemas respecto al programa.

-También queremos que tengan claro las características de un niño que padece TDAH desde una perspectiva global (biológica, cognitiva, comportamental, social).

-Informar acerca del desarrollo del programa y calendario,

-Muy importante es concienciarles acerca de la importancia de un programa integral de estas características, y crear expectativas positivas del mismo.

Para desarrollar estos objetivos, proponemos:

En primer lugar comenzamos por presentarnos, y presentar a todos los integrantes del grupo, padres y profesores y agruparlos en función de su relación con los niños para que se vayan conociendo. Se abre entonces una rueda en la que todos nos presentamos ante el grupo y hablamos un poco de nuestra situación, conocimiento del TDAH, tratamientos anteriores o simultáneos si los hay, expectativas de este programa.

Pasamos entonces a hablar acerca del TDAH. Para ello les entregamos una información acerca del trastorno y la comentamos, y si surgen dudas las iremos aclarando. ¿Por qué es necesario este programa?.

Un hecho parece claro, es muy alta la tasa de niños diagnosticados que toman algún psicofármaco estimulante. Ahora bien, debemos aclarar que éstos no corrigen el problema biológico que lo causa, sino que ayudan a controlar los síntomas conductuales que ella produce. Por ello consideramos que, siendo importante la medicación, ésta no es suficiente por sí sola (¿qué pasaría entonces cuando deje de tomarla?, ¿deberá entonces tomarla siempre si queremos que controle sus conductas?), parece razonable pensar, que si a nuestros hijos/alumnos le enseñamos de la manera adecuada, aprenderán determinadas estrategias y pautas que le permitirán controlar sus acciones. En este sentido, está comprobado que los niños con TDAH que han desarrollado combinaciones efectivas de medicación, nuevas destrezas y apoyo emocional, pueden desarrollar maneras de minimizar sus comportamientos inadaptados. Y ese es nuestro importante papel desde casa y desde la escuela. En estos casos, es muy frecuente que el niño con TDAH prosiga su escolaridad, pudiendo alcanzar el máximo grado académico o profesional.

Con esta exposición queremos cumplir un doble objetivo, por un lado justificar el programa, y por el otro crear expectativas positivas respecto al mismo, consiguiendo así una importante implicación de los padres y profesores.

La última parte de la reunión la dedicaremos a explicar el programa, las partes en las que está dividido, los objetivos que queremos alcanzar y un posible calendario.

Para finalizar pediremos un feed-back con las expectativas, impresiones y preocupaciones de los padres y profesores, y quedaremos en reunirnos a comienzos del curso siguiente.

**B. Comienzos del siguiente curso** y hasta el mes de **diciembre** tendremos reuniones conjuntas con los padres y los profesores.

Comienza así el primer bloque del programa dedicado al entrenamiento operante y social. Los objetivos planteados para estos meses podrían ser los siguientes:

-Comprender la realidad de nuestros hijos/alumnos.

-Establecer pautas de actuación generales que nos puedan ayudar a nosotros y a estos niños en casa y en el aula y así extrapolarlo a otras situaciones.

-Acercamiento y puesta en marcha de las técnicas operantes y sociales (estas técnicas las manejarán los padres y los profesores, tanto para utilizarlas en su propia conducta como para enseñarlas al niño en casa y en el aula y en cualquier medio social).

Por ser la familia sobre todo, y también la escuela el primer y principal medio en el que el niño se desarrolla, éste generalizará al medio exterior todo lo que ahí aprenda. Podemos considerarlas, familia-escuela, como una especie de “campo de pruebas” donde el niño ensayará diferentes comportamientos que le serán aprobados o sancionados y que luego podrá ejercitar en otras circunstancias.

Para poder ayudarles, debemos primero comprenderles, intentar ponernos en su lugar, para ello, propongo como ejercicio de grupo una dinámica que paso a explicar:

Tendremos preparado un retroproyector con el dibujo de unas figuras geométricas que se proyecten en la pizarra. Cuando salga alguien le pediremos que siga el contorno de las figuras con un rotulador sobre el retroproyector pero sólo mirando a la pizarra. Es una actividad que generalmente es muy complicada de hacer bien. Mientras tanto, cuando lo haga mal, el resto de profesores y padres le reprocharán todos a la vez lo malo que es. De esta manera, además entenderemos su frustración y sentimiento de incomprensión. Pero, ¿Por qué les cuesta tanto? La

respuesta es aparentemente sencilla: todo ser humano recibe en cada momento una buena cantidad de datos procedentes de su entorno, información que debe ser atendida, filtrada y elaborada para que el sujeto pueda responder de manera adecuada. Sin embargo, en el cerebro del niño hiperactivo no se produce el filtrado de información que tiene lugar en el cerebro del niño sano, y el sujeto percibe toda la estimulación externa al mismo tiempo: sonidos, imágenes, olores, temperaturas, incluso su propio pensamiento, llegan al niño como una maraña de información con la que debe luchar para adaptarse al medio (imaginémonos que vivimos dentro de un calidoscopio, esa sería la sensación). Este fallo de filtraje provoca que el niño no sepa realmente qué parte de la información que le llega es importante, y por tanto debe ser atendida y cual es irrelevante y por tanto, prescindible.

Parece interesante recurrir al control de conductas para manejar esta situación que acabamos de explicar y lo haremos de la siguiente manera:

Para utilizar las técnicas operantes, el primer paso que tenemos que dar consiste en definir qué conductas del niño deben ser modificadas. Es importante distinguir entre las conductas propias del estado evolutivo del niño y las causadas por el propio trastorno. (Es lógico que un niño de 3 años no sepa tolerar la frustración que le produce no lograr sus objetivos y se tire al suelo a llorar patear y es una conducta que tenderá a desaparecer conforme el niño desarrolle recursos para manejar de forma más adecuada este tipo de situaciones). El siguiente paso es priorizar los objetivos a conseguir. No debe concederse la misma importancia a todos los comportamientos del niño que se desean mejorar, ni tratar de actuar en todos ellos simultáneamente. Es preferible comenzar poco a poco por lo que parece más sencillo. Así conseguiremos comenzar a producir cambios a corto plazo y a la vez inducir al niño la sensación de que él es capaz de hacerlo, dándole control sobre su comportamiento.

Es de gran utilidad recurrir al refuerzo diferencial, es decir, se premian o alaban aquellas conductas que se consideran adecuadas, al mismo tiempo que se retira la atención de aquellas que se desean eliminar. El castigo puede ser igualmente útil en algunos casos siempre que lo apliquemos correctamente utilizando algunas reglas como avisarlo con anterioridad, cumplirlo en todo caso, adecuarlo a la conducta a sancionar, ofrecer al niño alternativas de comportamiento.

En casa y en el colegio deben establecerse de manera explícita una serie de normas que el niño debe cumplir, y en muchos casos deberemos premiar el cumplimiento y castigar el incumplimiento, al menos en las primeras fases. No importa que al principio recurramos en exceso al uso de reforzadores. Además resulta muy importante ayudar al niño a tomar conciencia de las situaciones en las que se comporta impulsivamente y hacerle ver de qué forma podría haber actuado para evitar las consecuencias.

Resulta también muy eficaz el facilitar el autocontrol en el niño, de manera que le proponemos pequeñas metas relacionadas con su trabajo, o su forma de actuar en determinados momentos, permaneciendo atento a su conducta para poder evaluarla al final del día o de la clase y estableciendo expectativas para la siguiente vez. De esta forma el niño refuerza constantemente su fuerza de voluntad cada vez que ejecuta correctamente las pautas que se ha propuesto.

Merece especial atención el aspecto de la autonomía del niño. Para que éste cambie, es necesario que esté motivado, que necesite el cambio. Parte de esa motivación la va a obtener por medios externos (premios, elogios, afectividad), pero también puede promoverse una interiorización fomentando su autonomía. Trataremos de que actúe de forma más autónoma y responsable, gradualmente, siempre de acuerdo con su edad y capacidades. (pedirle que cuide de su hermano pequeño este ratito, que vaya a por el pan, que vaya a pedir tizas o a dar un recado a otra clase), aceptando así que aunque tenga un problema no es inútil, y dándole más control y confianza en sus actos. Por esto es importante no caer en la sobreprotección, por la cual no aprenderá, y así mejoramos la ayuda que le podemos ofrecer.

Todo lo que hemos trabajado hasta ahora puede modificar este territorio de manera indirecta y, después de pasar por el “campo de pruebas” haya aprendido estrategias y analizado situaciones que le ayuden a una mejor socialización.

Este bloque se trabajará íntegro en las reuniones con situaciones reales de casa o del aula con role-playing que resolveremos entre todos.

C. Durante el período de **Enero a final de curso**, trabajaremos acerca de dos importantes consecuencias emocionales de éste trastorno en estos niños: La **baja autoestima y la sensación de indefensión**. Es necesario comprender que si trabajamos con nuestros hijos/ alumnos desde pequeños en este sentido, menos secuelas negativas arrastrarán en su desarrollo, y sufrirán menos desequilibrios emocionales y/o sociales cuando sean adultos.

Nos planteamos los siguientes objetivos para este bloque:

- Entender la realidad de estos niños y el porqué de su pobre desarrollo emocional.
- Entender la necesidad de trabajar con ellos de manera directa y como modelos a imitar para su mejor funcionamiento emocional y social.
- Aprender estrategias y modos de ayudarnos y ayudarles en este sentido.

El trastorno, como ya sabemos, acarrea unas conductas nada adecuadas, ni para conseguir cualquiera que sean sus objetivos ni para relacionarse de manera funcional con el resto de sus iguales o adultos, por lo que parece normal que desarrollen una autoestima y un autoconcepto muy bajo, además de una sensación de indefensión casi permanente por la falta de control en la que se encuentran. ¿Cómo podemos ayudarles?.

En cuanto a la **autoestima**, la entendemos como el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos vamos recogiendo durante nuestra vida. A partir de aquí reflexionaremos en el grupo ¿qué han ido recogiendo nuestros hijos/ alumnos? Estableceremos las siguientes afirmaciones:

- Reciben con mayor frecuencia una información negativa sobre su comportamiento y sus tareas.
- Crecen sometidos a un mayor número de fracasos y errores. Se esfuerzan para hacer bien las cosas, para agradar a los demás, pero los resultados no siempre son satisfactorios y cometen más errores que los otros incluso cuando se esfuerzan más.
- A raíz de este esfuerzo sin éxito se sienten indefensos “no sé que puedo hacer, haga lo que haga fracaso”.
- Se ven rechazados generalmente por otros niños, porque no se integran correctamente en el juego, no siguen las normas.
- A menudo se le presentan tareas o actividades que le exigen una atención o autocontrol al que no están capacitados para afrontar, aumentando así su sensación de frustración o fracaso.
- Tras fracasar en algunas tareas, los adultos, poco a poco, dejan de ofrecerle responsabilidades por miedo a que no las cumplan, el niño lo recibe como un mensaje negativo que le dice “no te lo dejamos hacer porque no serás capaz”, entonces, el niño no se siente competente ni seguro de sí mismo.

Una vez acepta por el grupo la situación en que se encuentra el niño, el siguiente paso es conocer la importancia de que sigamos unas pautas determinadas a la hora de relacionarnos con el niño para conseguir que su autoestima no sea negativa:

Hay que aceptar al niño tal y como es, para que él aprenda a aceptarse también. Hacerle sentir único, valorándolo a él como persona y no sólo sus éxitos y competencias.

Descubrir qué tiene de especial y decírselo es muy efectivo. Practicar el elogio, teniendo en cuenta sus dificultades y el grado de esfuerzo que ha empleado, comentando todos los aspectos positivos de su conducta.

Crear en él. Ofrecerle mayor confianza a tu hijo o alumno. Proponerle responsabilidades acompañadas de nuestra supervisión, ayuda y afecto. Podemos empezar ofreciéndole actividades donde sabemos que fácilmente puede conseguir éxitos.

Debemos analizar los mensajes que les dirigimos. Que éstos se conviertan en mensajes positivos que le indiquen qué esperamos de él (sin olvidar dónde se encuentran sus dificultades). Marcando límites claros potenciamos el autocontrol del niño o joven con TDAH.

Hacer uso del lenguaje de la autoestima. Esforzarnos en mejorar nuestra comunicación con él. Utilizando un lenguaje positivo y evitando acusaciones, ridiculizaciones y/o comentarios irónicos. Intentaremos sustituir el verbo “ser” por el verbo “estar”. (En lugar de decirle: “eres un desordenado”, podemos decirle: “tu pupitre está desordenado”). De esta forma no atacamos su autoestima, lo que hacemos es mostrarle la conducta correcta.

Ésta es una manera directa de ayudarle en su desarrollo normal de la autoestima, además, el aprendizaje vicario, que se produce a través de la observación de las conductas de los demás y las consecuencias que en ellos tienen, es un recurso que debemos utilizar muy a menudo con estos niños. Para ello debemos presentarnos como un modelo de comportamiento adecuado, de reflexión y de control, con una autoestima equilibrada.

Por último analizaremos el estilo atribucional de estos niños, en general desadaptativo derivado de sus experiencias repetidas de fracaso de las que antes hemos hablado. Las formas de explicarse estas situaciones son del tipo: culpabilidad ante los fallos atribuidos a su incompetencia y atribución de éxitos a factores externos fuera de su propio control. Estas atribuciones les conduce a una situación de indefensión que suponen respuestas negativas ante el fracaso (desmoralización, escasa perseverancia), y generalización a otras situaciones.

Trabajamos en este bloque para que tanto padres como profesores comprendan que su tarea es doble, de un lado, de nuevo, debemos ser su modelo emocional a seguir, pero además, es muy conveniente que les enseñen, de manera explícita, a reflexionar, y lo haremos de la siguiente manera:

Cuando fracase en algo, en una situación tranquila y cuando esté calmado, hablaremos con él acerca de lo que ha pasado, debemos acostumbrarle, no sólo a analizar las cosas, sino a hacerlo correctamente, ¿Qué ha pasado?, ¿qué he hecho yo para que fuera así?, ¿Podía haber actuado de otra manera?, ¿Qué me ha llevado a hacerlo?, ¿Cómo puedo hacerlo mejor la próxima vez?. Es importante que este diálogo, que al principio será conjunto y poco a poco sólo suyo, se establezca es términos de ayuda, de aprender y no de culpabilizar.

## **A MODO DE CONCLUSIÓN**

No nos es posible aún extraer conclusiones definitivas, sí hemos constado que esta forma de trabajo con junto familia-centro escolar es beneficioso para todos y que nuestro hijo-alumno no se ve así sometido a largas sesiones de psicoterapia, apoyos fuera de clase, etc y le hacemos aprender en el ambiente más normalizado para él, la familia y el centro escolar, tal y como hacen todos sus amigos y compañeros de colegio.

**BIBLIOGRAFÍA**

- Bornas, X y Severa, M (1996). *La impulsividad infantil*. Madrid: Siglo XXI.
- Caballo, V.(1993). *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. Madrid: SigloXXI.
- Miranda, A y Santamaría, S (1986). *Hiperactividad y dificultades de aprendizaje*. Valencia: Promolibro.
- Morena garcía, I (1995). *Hiperactividad: Prevención, evaluación y tratamiento en la infancia*. Madrid. Pirámide.
- Novak, J y Gowin, D, (1988). *Aprendiendo a aprender*. Barcelona: Martínez Roca.
- Peñafiel, M Coord, (2001). *Guía de pequeños para grandes. Vol I y II*. Madrid: Laberinto.
- Polaino Lorente y cols (1997). *Manual de hiperactividad infantil*. Madrid: Unión editorial.
- Rieff, S (1999). *Cómo tratar y enseñar al niño con problemas de hiperactividad*. Barcelona, Paidós.
- Serrano, I (1996). Tratamiento conductual de u niño hiperactivo. En Méndez, X y Macià, D. *Modificación de conducta en niños y adolescentes*. Madrid: Pirámide.
- Taylor, EA (1998). *El niño hiperactivo*. Barcelona, Martínez Roca.
- Trianes, MV, Muñoz, A y Jiménez, M (1997). *Competencia social, su ecuación y tratamiento*. Madrid: pirámide.
- Valett, R (1999). *Niños hiperactivos: guía para la familia y la escuela*. Madrid: Cincel Kapelusz.
- Meichembbaum, D y Goodman, J (1971). Trining impulsive children to talk to themselves. *Journal of adnormal Psychologie*, 77, 115-126.