

EL TRATAMIENTO DEL TDAH EN LA ESCUELA

Dr. Russell A. Barkley

ESCUELA PARA PADRES

CAPÍTULO 4

BREVE GUÍA DE SIGNIFICADOS

TDAH – Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad
TDA - Trastorno de Déficit de Atención
TCL- Tempo Cognitivo Lento
TND- Trastorno Negativista Desafiante
TC - Trastorno de Conducta
TGC- Trastorno Generalizado de la Conducta
TGD- Trastorno Generalizado del Desarrollo
TOD – Trastorno Oposicionista Desafiante
TA- Trastorno de Aprendizaje
TOC- Trastorno Obsesivo Compulsivo
FE- Funciones Ejecutivas
ST- Síndrome de Tourette
DSM- Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales
FDA- Agencia Federal de Alimentos y Drogas
CPF – Corteza Pre-Frontal
AR- Auto-Regulación
TDFE – Trastorno Deficitario de las Funciones Ejecutivas
TDC- Trastorno del Desarrollo de la Coordinación
TEA- Trastorno del Espectro Autista
PSI- Prueba de Índice de Estrés Parental
TLP- Trastorno Límite de Personalidad
ETS – Enfermedad de Transmisión Sexual
TMS – Terapia Multisistémica
TBP- Trastorno Bipolar
TPA – Trastorno Personalidad Antisocial
TCC – Trastorno Cognitivo Conductual
TGD – Trastorno Depresión Grave

BIENVENIDOS

Hola, soy el Dr. Russell Barkley. Soy Catedrático de Psiquiatría Clínica en la Universidad de Medicina de Carolina del Sur, Charleston, Estados Unidos. Les doy la bienvenida a este curso por Internet acerca del tratamiento del TDAH en la escuela y el aula para niños y adolescentes.

DATOS DE INTERÉS

Antes de comenzar, dejen que les revele mis fuentes de apoyo durante el año pasado para que puedan hacerse una idea de si puede haber conflictos de intereses con respecto al contenido de esta presentación. Me jubilé de la Universidad de Medicina de Massachusetts, donde trabajé durante más de 17 años, cargo por el que recibo una pensión del Estado de Massachusetts. Como es obvio sin embargo, no estoy retirado. Durante el pasado año he seguido dando charlas para numerosas asociaciones profesionales, hospitales y organizaciones de salud internacionales. En la diapositiva pueden ver una lista de ellas.

También percibo derechos de autor por diversos productos que he creado en el mercado del TDAH, como este curso, libros, vídeos, un boletín y cursos de educación continua por Internet, con otras organizaciones. Finalmente, he dado charlas y he trabajado como asesor para numerosas compañías farmacéuticas que actualmente comercializan productos para el TDAH.

EL TRATAMIENTO DEL TDAH EN LA ESCUELA

Comencemos ahora nuestro curso acerca del tratamiento del TDAH en la escuela. No obstante, aparte del contenido de este programa, me gustaría atraer su atención hacia varios recursos que aparecen en esta diapositiva y que podrían resultarles de utilidad. Estos recursos aparecen aquí con relación a mi propio libro, *“A Handbook of Diagnosis and Treatment”* (Manual para el diagnóstico y tratamiento) y, especialmente, *“ADHD in the Schools”* (TDAH en las escuelas), de George DuPaul y Gary Stoner.

Más reciente es un libro para profesores llamado *“All about ADHD - The complete practical guide for classroom teachers”* (Todo acerca del TDAH: completa guía práctica para profesores) de Linda Pfiffner. Estos y muchos otros productos, se pueden encontrar en Internet en las principales librerías y en ADDwarehouse.com

18 GRANDES IDEAS PARA EL TRATAMIENTO

Antes de entrar en los aspectos concretos del tratamiento en el aula, puede ser útil revisar lo que considero que son los 18 principios guía, a la hora de elegir las técnicas de tratamiento del TDAH.

Si ya han realizado mi curso acerca del asesoramiento a los padres y el tratamiento en casa, entonces ya habrán escuchado estas ideas. Sin embargo, nunca está de más refrescarles la memoria.

Para aquéllos que aún no han realizado ese curso, permítanme que profundice un poco en estas ideas.

Una de las grandes ideas o principios del tratamiento tiene que ver en mi opinión, con la actitud del individuo al que se le pide que se ocupe de un niño con TDAH; en este caso, los adultos que cuidan de ellos y en concreto, los profesores del sistema escolar. Los profesores deben comprender que no pueden rediseñar al niño, para eliminar la causa del trastorno. Como puede que hayan aprendido en mi curso en este sitio web de Internet respecto a las etiologías del TDAH, este es un trastorno principalmente biológico, es decir, sus raíces son neurológicas o genéticas. Más del 80% de la variación en los rasgos del TDAH en la población humana, está relacionado con las diferencias genéticas en esos individuos. El resto parece estar representado por la exposición a acontecimientos únicos, la mayor parte hechos biológicos y que tienen que ver normalmente con complicaciones en el entorno o lesiones prenatales o postparto que, de algún modo, pueden haber ocasionado malformaciones del cerebro.

Para obtener más información acerca de las etiologías del TDAH, realicen mi curso acerca de este tema.

La cuestión aquí, es que los profesores han de darse cuenta de que están tratando con un niño que sufre una discapacidad física, aunque no haya signos externos en su apariencia física que sugiera que el niño es un discapacitado. Sin embargo, este trastorno está relacionado con el cerebro, que no funciona como debería, y el resultado es una incapacidad neurogenética. Así que, la cuestión es que, los profesores tienen que aceptar que el TDAH produce una discapacidad y comprender que forma parte del niño y de su personalidad, y esto influye en cómo el niño se aproxima a su entorno. De modo que, en lugar de intentar evitarlo, lo que deben intentar hacer los profesores es aumentar la efectividad del niño y reducir las deficiencias que se derivan de esta discapacidad.

Recuerden, las incapacidades son específicas de la situación, el que un niño esté o no incapacitado en el entorno escolar, depende de cómo reorganicemos este entorno. Organícenlo de forma adecuada y podrán reducir, incluso eliminar, la naturaleza incapacitante de las discapacidades. Las discapacidades pertenecen a las personas. Las incapacidades pertenecen a las situaciones. Reajusten la situación y podrán mejorar la capacidad del niño para rendir de manera efectiva en la escuela.

Por lo tanto, el modelo que prefiero que adopten los profesores, o la actitud que deben tener, es que son "pastores", o guías. Ellos tienen la importante misión de reorganizar el entorno, de forma que facilite el crecimiento y desarrollo del niño siguiendo esta idea metafórica del niño como oveja. Por lo tanto, los profesores pueden disponer "prados" en torno a los niños, que ayuden a mejorar su efectividad en el desempeño en ese entorno. Así, aunque no podamos diseñar la oveja, el papel del pastor es extraordinariamente importante a la hora de proteger, cuidar y facilitar su desarrollo. Creo que éste es un primer paso muy importante para comprender el tratamiento del TDAH dentro de las escuelas. Todo comienza con su actitud.

Llamo su atención sobre mis otros cursos de este sitio web con respecto a las funciones ejecutivas. Si han realizado estos cursos, comprenderán que el TDAH es un trastorno de las funciones ejecutivas y la autorregulación. Desde esa perspectiva, se deben seguir una serie de recomendaciones para su tratamiento. Una de ellas, es que los individuos con este trastorno no controlan bien el tiempo, no cumplen los plazos y no saben organizar su conducta, durante períodos de tiempo prolongados.

Por lo tanto, para tratar este trastorno ejecutivo, es útil externalizar el tiempo o crear una referencia externa al tiempo, siempre que sea posible. Reducir las demoras, significa considerar la vida como una serie de acontecimientos que le ocurren a uno. Después de los acontecimientos vienen las respuestas que nosotros elaboramos para su buen desarrollo. Finalmente, estarían los resultados. Son las consecuencias que resultan de nuestras acciones, de las respuestas que hemos preparado o no, para la llegada del futuro. Así que, mientras acontecimientos, respuestas y resultados se mantengan juntos, sin demoras entre ellos, los individuos con TDAH tendrán poca dificultad. Es más o menos como un videojuego. Las cosas suceden muy rápidamente y también las consecuencias de lo que se hace con ese comportamiento.

Así es que, en la medida en que el entorno se pueda organizar de esta manera - mantener juntos los acontecimientos las respuestas y los resultados - estas personas no tendrían mucha dificultad a la hora de tratar con el entorno.

Cuando comenzamos a insertar tiempo entre estos tres componentes de una acción, es cuando surgen los problemas para las personas con trastornos del lóbulo frontal, como en el caso del TDAH, porque la finalidad del lóbulo frontal es también enlazar acontecimientos en el tiempo, a fin de anticiparse y prepararse para el futuro. Así que, cuando hay demoras entre acontecimientos y respuestas, o entre respuestas y sus consecuencias, podemos incapacitar a los individuos que tienen trastornos del lóbulo frontal. Consideremos por ejemplo la ficha de lectura de un libro. Por lo general, las fichas de lectura de libros se asignan de la manera siguiente: “Manuel, me gustaría que leyeras “Los mares del sur” para el mes que viene. Luego, me gustaría que me entregaras las fichas de lectura en el plazo previsto. Necesitaré entre una semana y 10 días para corregir todas las fichas y hasta entonces no sabrás cómo lo has hecho”. Observen que acabamos de insertar 30 días entre el acontecimiento y la respuesta, y entre una y dos semanas más, entre la entrega de la respuesta, la ficha del libro y las consecuencias.

Para la mayoría de las personas con TDAH esto sería un desastre total porque son incapaces de organizarse entre estas demoras, para prepararse para el futuro. Para reducir las demoras me gustaría que acercaran los acontecimientos, las respuestas y los resultados. Así, por ejemplo, en el caso de la ficha del libro, el profesor podría hacer que el niño leyera varias páginas del libro cada día en el colegio.

Luego, el individuo debe escribir varias frases sobre lo que ha leído e inmediatamente se le recompensa con varias fichas (por ejemplo 10, si se sigue un sistema de fichas en el aula), que luego puede gastar ese mismo día en privilegios extra en la clase. Observen, que además de reducir la cuota de trabajo, hemos acercado el acontecimiento, la respuesta y el resultado en el tiempo, en la misma situación y en ese mismo día. Con ello, contribuiremos a mejorar la capacidad de estos niños para realizar dichas tareas.

Ahora bien, no olviden que hablé de externalizar el tiempo, es decir, conseguir que en cierto modo, el paso del tiempo sea algo físico.

Más adelante hablaremos de ello, pero éste es el principio que interviene. El reloj interno de las personas con TDAH no les orienta adecuadamente. Por lo tanto, necesitan una referencia externa para el paso del tiempo.

También, otro principio clave es convertir la información importante del entorno, en algo físico. Como ya he dicho, el trastorno produce un deterioro de las funciones ejecutivas y una de las funciones ejecutivas más afectadas, aparte de la inhibición, es la memoria operativa. La memoria operativa es la capacidad de almacenar información en la mente, información que luego se utiliza para guiar la conducta o realizar una tarea. Las personas con TDAH presentan un deterioro muy grande de la memoria operativa, lo que significa, que no pueden retener en la mente trozos clave de información durante tanto tiempo como los demás. Incluso cuando lo hacen, esta información se destruye por diversas distracciones. Por lo tanto, una forma práctica de guiar la conducta, es anunciar partes claves de la información en diversos puntos del lugar dónde se va a ejecutar la tarea, allí donde esa información es importante. Por ejemplo, como veremos más tarde, los profesores se pueden servir de tarjetas, listas de normas, gráficos colocados en el aula u otros medios para externalizar las normas y recordar a los niños con TDAH los puntos, clave de la información que deben seguir para realizar una determinada tarea en ese momento. Volveremos a hablar de esto más tarde.

Otro principio que se debe seguir es el de convertir la motivación en algo físico y externo. Como ya he dicho, el trastorno interfiere con las funciones ejecutivas, y una de las principales funciones ejecutivas es la automotivación, la capacidad para motivarse a uno mismo en ausencia de consecuencias inmediatas. Esto no lo hacen muy bien estos niños, así que cuando se les coloca en situaciones que no implican consecuencias inmediatas, son incapaces de mostrar la automotivación y la persistencia o aguante, que necesitan para finalizar la tarea.

Por regla general, dedican sólo unos pocos minutos a la tarea antes de pasar a otra cosa, que les resulta más interesante. De modo que es necesario convertir las consecuencias en algo físico e inmediato. De nuevo, la cuestión aquí, son los principios. Más adelante hablaremos de las diversas estrategias que se pueden emplear para cumplir estos principios, pero en general, se trata de crear una situación favorable para el niño en la que todos ganamos. Realizar el trabajo en la escuela es una victoria para el profesor, no para el niño, al menos no a corto plazo; de modo que es necesario asegurarse de que el niño gana algo, es decir, obtiene una recompensa por realizar el trabajo que se le pide.

Otra función ejecutiva que el TDAH deteriora, es la capacidad de manipular mentalmente la información para resolver problemas. Es decir, la capacidad para generar diferentes opciones que se podrían utilizar para vencer un obstáculo o resolver un problema relacionado con una tarea. Por lo tanto, al igual que con otras funciones ejecutivas, la mejor forma de hacer frente a este déficit es convertirlo en manual o físico, es decir, externalizarlo, sacarlo fuera del niño. Así que, siempre que sea posible, intente convertir la solución de un problema en algo manual, para que el niño pueda hacerlo con las manos. Por ejemplo, si hay que hacer un problema de matemáticas, dejen que el niño utilice un ábaco, una línea de números, un montón de canicas u otros objetos para contar, restar, sumar, agrupar, ordenar y ocuparse de otras operaciones matemáticas y así facilitarle la tarea.

Externalizar la solución de problemas y convertirla en algo manual, puede ayudar a los niños que tienen dificultades para manipular la información mentalmente y generar diferentes posibilidades en su cabeza. Ahora, como ya he dicho antes, los niños con TDAH necesitan tener consecuencias más inmediatas, más frecuentes y más llamativas para controlar su conducta. Una de las mejores maneras de que las consecuencias o resultados sean más llamativos, es hacer a los niños responsables ante los demás del trabajo que se han comprometido a hacer. De esta manera, el individuo es responsable ante otras personas de la clase. Sabemos que la responsabilidad externa aumenta la probabilidad de que las personas acaben lo que empiezan y cumplan sus objetivos, o que realicen la tarea que se han comprometido a hacer. Además, existe la necesidad de aumentar la notabilidad de las consecuencias, mediante el uso de recompensas más externas y artificiales. Estos niños están mucho menos motivados por cosas como elogios, atenciones o notas.

Es más probable que aumenten su motivación con recompensas, privilegios u otras consecuencias físicas, como los sistemas de fichas que les permiten comprar recompensas más motivadoras y llamativas.

De modo que tengan esto en cuenta cuando intenten diseñar programas para el tratar a niños con TDAH en el aula.

18 GRANDES IDEAS (continuación)

Consideremos ahora, algunas pautas adicionales para el tratamiento en la clase. Además de los indicados en la diapositiva anterior, también recomiendo cambiar las recompensas periódicamente para que los niños no se aburran con ellas o con las consecuencias derivadas de sus actos, que se estén usando. Piensen en su clase y en especial, en algún sistema de fichas que podrían usar. Piensen por ejemplo, en un restaurante. En un restaurante es necesario cambiar el menú de vez en cuando. Si esperan tener una clientela habitual, deberá hacer felices a sus clientes y, para ello, tendrán que hacer las cosas un poco más interesantes. Pues lo mismo se aplica en nuestro caso. Cambien las recompensas de vez en cuando, para que la clase resulte más motivadora para estos niños.

Además, animo a los profesores a que pasen menos tiempo hablando con los alumnos y que cuando les hablen pongan la mano en su hombro o brazo. Con este gesto (por cierto, de forma suave), atraen su atención y es también un signo de familiaridad, de que desean decir algo importante y significativo. Y sea lo que sea lo que quieran decir, sean breves. Trátenlo con dulzura. Vayan al grano. Si van a dar alguna instrucción, elogiar o animar, o incluso echar una reprimenda, háganlo de forma personal, toquen al niño, mírenlo a los ojos y, sea lo que sea lo que quieran decir, sean breves. Vayan al grano lo más rápidamente posible. Recuerden, el TDAH no es un trastorno de déficit de información. Hablar mucho, extenderse más de lo necesario y parlotear, no va a ayudar, así que sea lo que sea lo que deseen decir, sean breves y atraigan su atención.

Otra forma de pensar acerca de esto es “hacer más y hablar menos”. Este es un excelente principio que Sam Goldstein enseña en sus talleres en las escuelas y significa, dedicar más tiempo a tratar las consecuencias inmediatas que rodean al niño y estructurar la situación para facilitar un mejor desempeño. En otras palabras, actúen para cambiar la situación y controlarán el comportamiento, en lugar de limitarse a parlotear y repetir una y otra vez al niño lo que ha hecho mal y lo que es necesario hacer. Como ya he dicho, por mucho que se hable el problema no va a desaparecer. Así que actúen para controlar la situación.

Actúen rápidamente y tendrán más control sobre los niños con TDAH, que si solo se limitan a hablarles. Además, es importante mantener el sentido del humor, porque estos individuos es probable que cometan muchos errores en muchas situaciones y, si nos tomamos estos errores seriamente y comenzamos a considerar que lo hacen a propósito, podríamos desarrollar una mentalidad vengativa hacia ellos.

Así que, mantener el sentido del humor nos ayuda a entender que estas personas no intentan contrariarnos. No lo hacen a propósito. Sufren un trastorno que les llevan a cometer más errores que otras personas.

Por tanto, es necesario mantener un cierto sentido del humor ante estos errores. Háganlo así, y verán que son capaces de mantener una actitud mucho mejor. A los niños con TDAH se les castiga más a menudo en casa y en el colegio que a los demás niños. No recomiendo comenzar un programa de control de la conducta, añadiendo más castigos a la situación. Después de todo, está claro que el castigo excesivo que ya se usa no funciona y, por lo tanto, no es probable que con más castigos cambie la situación en absoluto. Por el contrario, recomiendo comenzar con programas de recompensas y aumentar la cantidad de elogios, atenciones, respeto, ánimo, así como los privilegios y otras recompensas más físicas para premiar la adecuada conducta del niño.

Hagan esto primero, durante varias semanas antes de pensar siquiera en introducir castigos o disciplina. Si lo hacen así, aumentarán los incentivos disponibles en el entorno para la conducta que desean generar en el niño y entonces, cuando pasen a una disciplina selectiva moderada, esta será mucho más efectiva a la hora de poner freno a una conducta inapropiada. El motivo, es que el entorno ya está plagado de incentivos para orientar al niño hacia esa conducta más adecuada que se desea. Recuerden, una de las claves del castigo, tiene que ver con la cantidad de incentivos y recompensas disponibles en esa situación para el comportamiento socialmente adecuado, que se intenta fomentar. Si aumentan los incentivos, fomentarán que el niño se porte bien y, entonces, cuando sea necesario castigar por un mal comportamiento, el castigo será más efectivo.

Bien, otro principio al que me gustaría animar a los profesores para que lo utilicen en el colegio, es anticipar las situaciones problemáticas y preparar un plan de antemano para esas situaciones. Después de todo, a estos niños los ven todos los días. Deben tener bastante claro cuáles son aquellas situaciones que pueden representar un problema para ellos.

Una vez que se comprenden cuáles son esas situaciones, pueden reestructurarlas por adelantado, para reducir la probabilidad de comportamiento incorrecto y aumentar la probabilidad de que el niño se comporte en esa situación, con una mayor efectividad.

Más adelante en este curso hablaremos acerca de esta clase de planes alternativos y así estarán haciendo uso de una enseñanza proactiva, en lugar de meramente reactiva.

Mantengan un sentido de las prioridades en su clase. Muchas veces, muchas de las órdenes que los profesores dan a los alumnos tienen prioridades muy bajas, es decir, no son especialmente importantes. Céntrense en las cosas que importan en el colegio. Estas cosas tienen que ver normalmente con hacer los deberes, llevarse bien con los demás y seguir las instrucciones de los profesores. Céntrense en estas tres cosas y no se preocupen tanto por dificultades menores, errores sin importancia o faltas de conducta insignificantes; en su lugar, fomenten en el niño el desempeño efectivo del trabajo educativo, en especial la productividad, la adopción de habilidades socialmente aceptadas con otros niños y el cumplimiento de las instrucciones del profesor.

Cuando uno se centra en las prioridades, es más probable que se llegue más lejos en la mejora de la conducta del niño con TDAH, que si simplemente uno dedica su atención a muchos de los comportamientos y dificultades de poca importancia, que existen normalmente en el aula. Mantengan un sentido de las prioridades y céntrense primero en ellas. También animo a los profesores a que hagan lo que nosotros enseñamos a los padres a hacer: practicar el perdón. Las personas discapacitadas cometen errores. Incluso los profesores cometen errores y los padres de los alumnos también cometen errores. Equivocarse, forma parte de la naturaleza humana. Como se suele decir, por eso ponemos gomas de borrar en los lápices. Por lo tanto, hay que comprender que los errores ocurren, y no enfadarse cuando se producen. Esfuércense por cambiar la situación la próxima vez, para que la probabilidad de que el error se vuelva a cometer, sea menor. Es decir, intenten hacerlo bien la próxima vez. Eso es lo importante en la vida y a la hora de tratar a estos niños, no, si se cometen o no errores.

Así que, sepan perdonar a los niños los errores que cometen y rediseñen la situación, para evitar que esos errores vuelvan a suceder. Perdónense también a sí mismos sus errores. Hay que pensar que uno no es perfecto al tratar con niños con TDAH. No siempre se harán bien las cosas, pero intenten hacerlo mejor la próxima vez. Para finalizar, no echen tanto la culpa a los padres.

En los Estados Unidos, es muy común criticar a los padres por los problemas de los niños en casa y en la escuela. Pero, como ya he dicho, este trastorno no tiene nada que ver con los padres. Es un trastorno neurológico y genético. Por consiguiente, lo que hagan los padres no tiene mucho efecto sobre el comportamiento del niño, es decir, ellos no son los causantes del problema, así que aligeren un poco su carga, denles un respiro y no juzguen tanto lo que estos padres pueden estar haciendo o no en el entorno familiar con este niño.

Al contrario, yo les animo a que perdonen a los padres los pequeños errores que probablemente cometan, al intentar criar a este joven. Finalmente, me gustaría recordar a los profesores que, además de los diversos principios de los que he hablado anteriormente, uno de los tratamientos más efectivos contra el TDAH, es la medicación.

Hay muchos medicamentos en el mercado para su tratamiento, y que son bastante eficaces. Dichos medicamentos son casi el doble de eficaces para mejorar y cambiar la conducta, que la propia terapia de modificación de la conducta y otras intervenciones psicosociales.

Mi experiencia es que entre el 70 y el 80% o más de niños afectados, necesitarán medicación en algún momento durante su programa educativo, para poder rendir con eficacia en ese entorno.

De modo que, si es necesario, puede que deban remitir a las familias al médico para que se informen mejor sobre la medicación.

También pueden realizar mi curso en este sitio web, acerca de la medicación para el TDAH, para tener un mejor conocimiento de ello.

ASPECTOS BÁSICOS

Ahora vamos a entrar en algunos detalles del tratamiento en el aula. Quiero comenzar con lo que yo considero, que son algunos de los aspectos básicos de la estructuración del currículum y el aula, con el fin de facilitar un mejor comportamiento y un rendimiento académico más eficaz, en los niños con TDAH.

En 1991, el Departamento de Educación de los Estados Unidos, realizó un estudio en todas las escuelas públicas de los Estados Unidos para saber cómo estaban tratando a los niños afectados de este trastorno. Luego, salieron y visitaron algunas escuelas de sus distritos escolares, en las que pensaban que se estaba haciendo algún trabajo extraordinario para tratar a los niños que presentaban TDAH.

Después de visitar estas escuelas, escribieron un manual llamado “Best practices in public schools for ADHD children” (Prácticas recomendadas en las escuelas públicas para los niños con TDAH). Aunque se realizaron muchas copias, este manual está ya agotado. De hecho, todos los distritos escolares recibieron uno de estos manuales, junto con cintas de vídeo. Intenten encontrarlo en alguna parte de su distrito escolar. Está lleno de buenas sugerencias para tratar a estos niños. Una de las mejores sugerencias que se encontró en este manual, y que se siguió en varias escuelas públicas de los Estados Unidos (como Lexington Kentucky, y en Louisville, y creo que también en Kenosha, Wisconsin y en alguna otra parte), hacía referencia a la implantación de un enlace para el TDAH.

El enlace, es un profesor con varios años de experiencia en el tratamiento con niños con alteraciones conductuales y emocionales, así como con problemas de aprendizaje. Es como un profesor guía. Esta persona recibía formación adicional en TDAH, como los cursos que pueden encontrar en este sitio web. A este profesor se le daban dos responsabilidades. A cambio de asumir estas responsabilidades, se reducía su jornada de clases. La primera responsabilidad, era servir de asesor para los demás profesores de ese centro escolar con respecto al tratamiento adecuado en la escuela. Así, siempre que un profesor de un niño con TDAH tenía alguna dificultad, podía dejar un mensaje a este profesor y él acudiría en algún momento del día, para informarse mejor sobre el problema y ofrecer algunas sugerencias acerca de cómo podía manejar la situación. Se trata de un medio muy económico de manejar inicialmente estas dificultades de conducta.

Se le suele conocer como "intervención antes de ser derivado", lo que significa que, antes de enviar al niño a costosas evaluaciones multidisciplinarias, reuniones de equipos, desarrollo de los programas de educación individualizados y acudir a otros servicios de educación especial, comprendan que en ocasiones, estos problemas de conducta pueden ser atajados de raíz rápidamente, con solo tener en la escuela un asesor que aconseje a los profesores más jóvenes o menos experimentados, sobre los métodos de tratamiento adecuados que podrían usarse para tratar con el problema concreto que se está teniendo. La segunda responsabilidad del enlace es que los padres de estos niños en esa escuela, pueden llamar al profesor para que les ayude con los problemas que piensan que el niño puede estar teniendo en ese entorno. Es más o menos como el representante o defensor del paciente en un hospital.

Si están en un hospital y no les gusta la atención que están recibiendo del personal sanitario, podrían coger el teléfono y llamar a la oficina del defensor del paciente. Dicho defensor actuará en su favor.

Su trabajo es interactuar con la burocracia, averiguar lo que sucede e intentar reunirse con ustedes y resolver el problema a su satisfacción. Así, el profesor enlace actúa de manera parecida en la escuela. Las familias que crean que hay un problema en la escuela, que estén preocupados o que simplemente deseen saber más cosas de su hijo, se ponen en contacto primero con el enlace. No tienen que ir de aquí para allá, llamando a los profesores del niño ni interfiriendo con las actividades del día. Simplemente, llaman al enlace, le dicen en lo que están interesados y él acudirá y se reunirá con los diversos profesores, recopilará la información y les volverá a llamar. Incluso es posible que les dé alguna idea de lo que se propone hacer, acerca de un problema determinado que el niño está teniendo en la escuela. De este modo, si las escuelas se plantearan la posibilidad de adoptar el modelo de profesor-enlace para el TDAH, aumentaría la satisfacción de los padres y aumentaría así, el éxito del niño, reduciendo de esta manera, la probabilidad de que los padres demanden a la escuela por un rendimiento deficiente en el entorno educativo.

Otro principio clave o aspecto básico, pienso, es no hacerles repetir curso como forma de intervención con estos niños en la escuela. Son muchos los libros que existen sobre la repetición de curso y sus consecuencias. Por lo general, repetir curso tiene muy pocos beneficios, si es que hay alguno.

Los pocos que hay, parecen ser una mejora a corto plazo del rendimiento académico. Pero este logro tiene mucho que ver con el hecho, de que ahora tienen a un niño más mayor enfrentado a los retos del año anterior. Incluso estos beneficios, artificiales como son, no duran y muchos niños ni siquiera los llegan a tener. Al contrario, la investigación indica que muchos niños se ven afectados psicológicamente, como consecuencia de obligarles a repetir curso, y que cuanto más pequeño sea el niño, más probable es que sufra daños psicológicos. Por ejemplo, los niños se vuelven más agresivos y las niñas se deprimen más, el año que repiten. Tanto niños como niñas pierden interés en el aprendizaje en la escuela. También se puede observar que aumenta el rechazo de los compañeros, porque pocos niños desean juntarse con otro niño que es un repetidor.

Finalmente, y más importante, la investigación indica que los niños que repiten curso tienen mayor probabilidad de abandonar los estudios, que aquéllos con los mismos tipos de problemas, pero a los que se ha tratado y ayudado con una mayor efectividad y no se les ha obligado a repetir

curso. Por lo tanto, dejemos de utilizar la repetición de curso como forma de intervención. Después de todo, si la intervención ha fallado un año, ¿por qué repetir lo mismo otro año? No tiene sentido alguno.

Me gustaría también recomendar que, al comienzo del año académico, los profesores dedicaran menos tiempo a su plan de estudios y más a centrarse en establecer el control de conducta de su clase.

No estoy diciendo que no enseñen, sino que hagan un mayor hincapié en las normas de la clase y en las consecuencias que se utilizarán inmediatamente para tratar con las diversas dificultades de comportamiento, y también que dediquen tiempo a aumentar la cantidad de incentivos y de recompensas en la clase, al mismo tiempo que enseñan. Pero, durante la primera semana de clase pongan más énfasis en establecer el control del comportamiento en el aula, y conseguirán enseñar a un ritmo mucho más rápido, los niños comprenderán mejor las normas y les otorgarán credibilidad y autoridad y podrán dar clase con una mayor efectividad.

Bien, como ya he dicho en mis otros cursos de este sitio web sobre las funciones ejecutivas, los niños con TDAH tienen retrasos en el desarrollo del autocontrol y de las capacidades ejecutivas. Estimo que están al menos un 30% por debajo de otros niños en las funciones ejecutivas y el autocontrol y así, he desarrollado lo que llamo la regla del 30%, de la que he hablado en el curso sobre asesoramiento a los padres en este sitio web.

La regla del 30% viene a decir, que si desean saber en qué nivel está funcionando un niño con TDAH, reduzcan su edad en un 30%.

Este es el nivel de persistencia, autocontrol, cumplimiento de las normas y auto-organización que tiene este niño y, por tanto, necesitan alterar el entorno y el currículum para adaptarlos a la edad ejecutiva de este niño, en lugar de exigirle que se comporte con normalidad, como los demás niños, cuyo desarrollo del autocontrol sigue su curso normal. Una manera de utilizar la regla del 30% es reducir simplemente la cantidad de trabajo que se le da a este niño. Después de todo, no es necesario que los niños hagan mucho del trabajo que se les asigna. Un profesor puede determinar si un niño ha aprendido una determinada regla, estrategia o concepto en algunas asignaturas, mediante unos cuantos problemas.

Así que, asignen sólo los problemas suficientes para ver si el niño ha captado o no la idea y pasen a otra cosa. No es necesario que este niño trabaje tanto como los otros niños, pero, si cree que es necesario que los niños hagan un cierto número de problemas, les animo a que dividan el

trabajo en cuotas pequeñas, es decir, dar pequeñas cantidades de trabajo cada vez con frecuentes descansos entre ellos.

Por ejemplo, si mandan a los niños de la clase que hagan 30 problemas de matemáticas, tomen unas tijeras, recorten los cinco primeros problemas de la página y pidan al niño con TDAH que haga sólo estos cinco problemas. Cuando terminen esos cinco problemas, pueden levantarse y acercarse a la mesa para darles los problemas hechos. Ahora pueden volver a recortar otros cinco problemas para que los hagan. Los niños vuelven entonces a sus pupitres y hacen esos cinco problemas.

Para estos niños es mucho más fácil realizar la tarea de este modo, mediante cuotas pequeñas de trabajo con descansos frecuentes, que si se les sobrecarga con 30 problemas a la vez. No harán más que los cinco primeros, antes de que se distraigan y dejen de hacer el trabajo.

También animo a los profesores a que dispongan su clase de la manera tradicional, es decir, con filas de pupitres mirando hacia delante, a la zona donde se sitúa el profesor. No coloquen a los niños en pupitres circulares, en los que muchos niños comparten un pupitre y tienen la oportunidad de mirarse e incluso hablar, mientras ustedes dan clase. Dichas clases modulares y disposiciones de pupitres en círculo, han demostrado ser desastrosas para los niños con TDAH que no son capaces de prestar atención al profesor.

De modo que, sigan la disposición tradicional de los pupitres y hagan que los niños se sienten en una de las filas delanteras, cerca del profesor.

Y así, podrán interactuar con el niño con TDAH, supervisarle y proporcionar consecuencias con mayor frecuencia mientras enseñan que si este niño se coloca al fondo de la clase.

MÁS ASPECTOS BÁSICOS

Aquí tenemos otras consideraciones a tener en cuenta por los profesores, cuyo primer objetivo es la productividad. El problema de los niños con TDAH no es tanto la precisión o exactitud del trabajo que hacen, sino simplemente que hagan el trabajo. Su problema tiene que ver con la producción, es decir, la cantidad de trabajo que pueden hacer en un período de tiempo determinado, y no en lo correcto que sea este trabajo.

La investigación demuestra que el nivel de precisión de los niños con el trastorno en el trabajo que realizan, es de solo un 10 % menos. Su mayor problema es que no trabajan mucho. Es un problema de productividad, así que recomiendo a los profesores que comiencen a centrarse más en la producción y menos en corregir los trabajos.

En otras palabras, lo que quiero es que recompensen a los niños por cada problema trabajado, da igual que esté bien o mal y, una vez que hayan aumentado la producción de trabajo del niño, ya pueden empezar a fijarse en si los problemas están o no bien hechos. Con frecuencia lo estarán, pero si no, esperen aún a tratar con el problema de la precisión y ocúpense primero del problema de la producción, porque esta es normalmente su principal dificultad.

También recomiendo a los profesores que no envíen a casa el trabajo sin acabar en clase. Los padres de los niños con TDAH ya tienen suficiente en casa, con conseguir que los niños hagan las tareas habituales, que obedezcan las normas y que se lleven bien con hermanos u otros miembros de la familia. Añadir más trabajo para casa complica aún más las cosas. Además, el lugar para el desempeño del trabajo académico es la escuela y, como ya saben por mi charla sobre las funciones ejecutivas, es ahí donde la intervención debe tener lugar.

La cuestión del rendimiento, es que la escuela es el escenario natural donde se producen los problemas y, si desean tratar dichos problemas, ahí es donde se debe intervenir y no postergar el problema o pasárselo a alguna otra persona para que se ocupe. Así que, si un niño no termina su trabajo en clase, la solución a ese problema está en la clase, no en los padres, que ya están bastante sobrecargados y desbordados en casa.

De modo que, si el problema es que el niño no hace el trabajo en el aula, consideren la posibilidad de modificar el sistema para resolver dicho problema. En este curso hay más de 80 recomendaciones sobre cómo abordar este problema en la escuela, así que, por favor, no involucren a los padres en ello. Que los niños terminen o no el trabajo en clase, no es responsabilidad de los padres. Considérenlo de este modo.

Si los profesores pueden enviar su trabajo sin terminar para casa para que lo hagan los padres, entonces ¿por qué los padres no pueden hacer lo mismo? Por ejemplo, los padres no pueden enviar la ropa sucia a la escuela los lunes para que el profesor haga su colada, porque a ellos no les haya dado tiempo a hacerlo durante el fin de semana. O, tampoco pueden enviar la jaula del conejo del niño a la escuela para que la limpie el profesor, porque el niño no haya acabado todas las tareas que se supone que tiene que hacer durante el fin de semana.

¿Verdad que si lo pensamos así nos parece algo tonto? Pero, en general, si los profesores pueden pasar sus responsabilidades a los padres, lo contrario también podría hacerse, lo que nos revela lo ridícula que es la situación. Por lo tanto, recomiendo a los profesores que no envíen a casa el trabajo sin acabar y, si lo hacen, animo a los padres a que se nieguen a

hacerlo. Esto es responsabilidad de los profesores, después de todo, para eso les pagan y es en el aula es donde se debe resolver el problema, mediante los métodos aprendidos en este curso.

Otro tema es si mandar o no deberes a casa, pero ése es otro asunto. Pero si se mandan deberes, recomiendo a los profesores distribuirlos en tareas semanales; es decir, todos los lunes enviar a casa una hoja que indique cuáles van a ser las tareas diarias en la escuela durante la semana, para que los padres lo sepan de antemano y puedan organizarse.

No sorprendan a los padres la tarde de un martes con un proyecto de arte con entrega al día siguiente, cuando a lo mejor esa tarde tienen una reunión con el Club Deportivo y van a estar ocupados con este niño haciendo otras cosas. Muestran algo de respeto y permitan que los padres sepan de antemano lo que tienen planeado como deberes en casa y así estarán mejor preparados para ello y respaldarán su labor en la escuela.

Otra forma de enfocar este asunto, es simplemente eliminar los deberes de casa. Apenas hay investigaciones que demuestren que los deberes durante la escuela primaria benefician el rendimiento académico de un niño. De hecho, muchas veces es contraproducente. El rendimiento académico de los niños de las escuelas que no mandan deberes, son tan buenos como los de las escuelas que sí los mandan. Como saben, en las escuelas públicas de los Estados Unidos hemos hecho mucho hincapié en los deberes, sobre la base de que si un poco es bueno, mucho será mejor. Pero no ha resultado eficaz. Como pueden ver aquí, la relación general entre la cantidad de deberes mandados y el rendimiento académico del niño, es una correlación de solo entre 0,15 y 0,25... Insignificante.

Y esto se aplica a todos los cursos. Pero es especialmente en la escuela primaria donde observamos estas débiles correlaciones. En el instituto comenzamos a ver algunos efectos positivos de los deberes, en el rendimiento académico. Las investigaciones indican, que la cantidad óptima de deberes en total para un adolescente del instituto, debe estar entre una hora y media y dos horas y media por día. Más horas de deberes no producen beneficios adicionales para las personas.

La idea esencial de esto, es que creo que las escuelas deberían reducir, si no eliminar, los deberes en la escuela primaria y, luego, aumentarlos gradualmente a medida que los niños pasan a secundaria para luego, en el instituto, utilizar un intervalo óptimo de deberes, como pueden ver aquí en esta línea de mi diapositiva, entre una hora y media y dos horas y media, cada noche.

Hablando ahora de los deberes. Los padres preguntarán con frecuencia si es bueno para los niños estudiar escuchando música.

De hecho, la investigación de Howard Abakov, aborda esta cuestión. En este estudio los niños podían hacer los deberes sin música, elegir su música o escuchar música clásica. Pues bien, se encontró que los niños que podían elegir su música y escucharla mientras hacían los deberes, trabajaban más que los niños que no escuchaban música o escuchaban música que no les interesaba. De modo que, si bien la música puede ser un elemento enormemente distractor y deteriorar el rendimiento en los deberes en los niños normales, parece ser beneficiosa en los niños con TDAH, probablemente, porque estos niños suelen encontrar las situaciones de hacer deberes poco estimulantes o aburridas, y gracias al trabajo de Sydney Zental, en la década de los 80, hemos sabido que en entornos aburridos estos niños se distraen más y aumenta la hiperactividad, como forma de auto estimulación para compensar el bajo nivel de estimulación que parecen estar experimentando ante esa situación.

Así que, una manera de solucionar esto es también aumentar ligeramente la cantidad de estimulación de fondo y en el entorno y descubrirán que los niños con TDAH, se concentran mejor y rinden más.

Al final de la diapositiva, pueden ver la referencia con respecto al trabajo escolar y, en especial, a los deberes. Este es el artículo de Cooper & Colleagues, en la Revista de Investigación Educativa sobre los deberes. También aparece la referencia acerca de cómo el ruido, o la música, mejora el rendimiento de los niños en su tarea.

TUTORÍAS ENTRE IGUALES

Otro enfoque útil en el tratamiento del TDAH en el aula, es dejar que los niños se enseñen los unos a los otros. La investigación demuestra que los niños son más sensibles a la influencia de sus compañeros que a la de los adultos y, en particular, a la de los profesores. Como ya saben, esta influencia de los compañeros aumenta con la edad. Por lo tanto, ¿por qué no aprovechar este efecto? Hagan que los niños se enseñen los unos a los otros.

Puede que descubran que es más probable que presten atención a lo que intenta enseñarles un compañero, que a lo que intenta enseñarles un profesor.

En la diapositiva pueden ver una lista de las tácticas que utilizan los profesores, para la tutoría entre compañeros. En primer lugar, creen y distribuyan las hojas de trabajo, a menudo conocidas como guiones, que desea que hagan los niños.

Luego, el profesor puede revisar unos minutos el trabajo que se va a realizar y enseñar los conceptos o habilidades nuevas que son necesarias. A continuación, la clase se divide en parejas y uno de los miembros de la pareja se designa como tutor y el otro como alumno. Ahora, el alumno tutor enseña o pregunta al otro alumno. Al final del día o de la semana, pueden cambiar las parejas hasta que todos hayan practicado los diferentes roles. Nadie debe permanecer como pareja de otro más de un día o dos o una semana como mucho, así que, cambien las parejas regularmente. Dentro de la pareja, el tutor y el alumno pueden intercambiar los papeles al enseñar al otro las tareas académicas concretas, que tienen entre manos. Así, un alumno puede ser el tutor para un tipo de tarea y, luego, al pasar a una materia diferente, invertir los papeles y ahora, el alumno ser el tutor y viceversa. También recomiendo a los profesores representar en un gráfico los resultados del trabajo que se está haciendo.

Por ejemplo, colgar gráficos delante de la clase para cada pareja, de modo, que ellos puedan poner su productividad en ellos. Y, si se hacen concursos de preguntas, los resultados de estos concursos se pueden exponer también para que los demás niños puedan ver cómo lo están haciendo al competir con las otras parejas de la clase.

Para obtener más información acerca de las tutorías entre compañeros, pueden consultar el libro de George DuPaul y Gary Stoner, acerca del TDAH en las escuelas.

CONSEJOS PARA GESTIONAR LA CLASE

Ahora vamos a examinar, algunos métodos de tratamiento en el aula que podrían utilizar los profesores de niños con TDAH. Uno es simplemente, dejar que el niño se mueva algo más mientras está trabajando. Si el niño desea permanecer de pie, sentarse de rodillas, moverse o simplemente dar vueltas por su pupitre y luego volverse a sentar, permítanle que lo haga. La investigación demuestra, que cuando a los niños con TDAH se les permite ser más activos mientras trabajan, trabajan más que los niños a los que se les pide que no se muevan de su silla.

También, como ya he dicho, den a los niños descansos frecuentes entre ejercicios. Dividan el trabajo en cuotas pequeñas y, a continuación, permítanles que se levanten, se estiren, se muevan y luego vuelvan y sigan trabajando. Este tipo de movimiento físico parece ayudarles a manejar sus síntomas.

Existen diferentes dispositivos que los profesores pueden emplear para organizar a los niños, como archivadores, carpetas de colores y otras formas de organizar los cuadernos de ejercicios, los pupitres y los deberes. Recomiendo a los profesores utilizar estos métodos más estructurados como ayuda para organizar a los niños afectados y sus materiales y tareas. Bien, cuando estuve trabajando con escuelas de Worcester, Massachusetts, durante cinco años con una subvención federal, diseñando programas de intervención temprana para niños con TDAH, una de las estrategias más efectivas que vimos que era útil, es hacer partícipe al niño en la tarea de enseñar. A esto lo llamamos “enseñanza participativa”.

Por ejemplo, si un profesor iba a revisar un poema en clase, al niño se le daba el puntero y se le pedía que permaneciera junto al profesor y que señalara las diversas líneas en el poema, mientras el profesor las comentaba. Esto permitía al niño moverse durante la lección y participar en ella, de modo que podía concentrarse mejor en lo que el profesor estaba enseñando. Esto no sólo reducía los problemas de comportamiento sino que, mejoraba la probabilidad de que el niño se beneficiara de ese conjunto de pautas en particular.

Así pues, tenemos distintas maneras de incluir al niño en la lección y hacer que les ayude a aprenderla. De este modo, puede estar más activo durante ese tiempo en la escuela.

Ahora, si desean que los niños practiquen con soltura, es decir, que ensayen una habilidad una y otra vez, hasta convertirla en automática o reflexiva, por ejemplo, quizás han enseñado una operación matemática concreta, como sumar y restar, y desean que el niño ensaye estos problemas varias veces de forma que lo haga de manera automática, es mejor utilizar ordenadores o software educativo con los niños con TDAH que simplemente hojas de papel mimeografiadas. Los programas de software son más entretenidos y estimulantes y proporcionan información más inmediata, que una hoja de papel mimeografiada.

Todas las ideas que han ido reuniendo de mis 18 principios, al comienzo de esta charla, son formas de mejorar el rendimiento de estos niños, mediante consecuencias más frecuentes, más inmediatas y más llamativas y la reducción del tiempo, entre los resultados que debe tener cada fase de la tarea. De modo, que cuando sea posible, usen ordenadores y software para ensayar las habilidades académicas.

Ahora, sé que a los profesores les gusta de vez en cuando convertir sus clases en juegos, como ese de hacer preguntas y que responda el primero que levante la mano. Si bien este es un enfoque tradicional de la enseñanza, para los niños que ya son impulsivos puede resultar

problemático. Así que, en lugar de promover la impulsividad, preferiría que los profesores adoptaran una estrategia que se utilizó en un proyecto de investigación hace más de una década y que parece funcionar bastante bien. Esta consiste, en dar a cada alumno de la clase una pizarra blanca laminada y cada vez que se hace una pregunta, cada alumno escribe la respuesta en su pizarra y la levanta para que el profesor pueda verla.

El profesor no llama a nadie, hasta que todos han levantado la mano y luego inspecciona las filas para ver las respuestas que han dado los niños. Esto lo hace en orden y cuando descubre quién ha contestado mal, toma nota mental de lo que podría necesitar trabajar con este alumno para corregir ese problema con esa pregunta o materia en particular. Se trata de dar a todos la oportunidad de demostrar lo que saben y lo que han aprendido. Luego, el profesor puede llamar a uno de los alumnos y ponerlo delante de la clase, para que explique cómo ha sabido la respuesta a ese problema. Pero no recompensen a los niños por dar la respuesta rápidamente. Dejen que todos los niños respondan al problema o la pregunta, para ver quién la tiene bien y quién no. Pero no recompensen la impulsividad.

Finalmente, los profesores pueden promover las tutorías entre compañeros fuera de la escuela, lo que yo llamo el enfoque "estudiar con un compañero".

Permitan que los niños hagan los deberes con otros alumnos del barrio que puedan estar en su clase. Es evidente que esto no se puede hacer todos los días, pero faciliten que se puedan juntar una o dos veces por semana.

De nuevo, la influencia de otros niños es mayor que la del profesor, así que estudiar con los compañeros de clase puede ser una forma mejor de enseñar y realizar las tareas no solo dentro de la escuela, sino también fuera de ella.

MÁS SUGERENCIAS PARA LA CLASE

Otra sugerencia para ayudar a mejorar los síntomas del TDAH en el aula, es alternar actividades poco atractivas con otras más atractivas. En otras palabras, alternar entre actividades divertidas y aburridas y no convertir la clase en una sucesión de actividades aburridas que tienen que hacer los niños. Cuando se dividen las actividades de clase en función de su atractivo y se alternan actividades más atractivas con otras que lo son menos, encontrarán que es más probable que los niños con el trastorno se

concentren en el trabajo que se les pide. Otra estrategia es, que los profesores se muestren más animados y teatrales. Hablen alto, muévase más y muéstrense más expresivos y animados en su forma de enseñar. También, como ya he dicho, cuando tengan que dar a los niños una instrucción, una norma, una orden o una reprimenda, o simplemente elogiarles, háganlo de forma personal.

Por ejemplo, tóquenle en el hombro, el brazo o la mano y, luego, digan brevemente lo que tengan que decir. Como he dicho anteriormente, toquen más, hablen menos y seguramente los niños con TDAH escucharán lo que tengan que decir.

Ahora, si los niños con TDAH no están tomando medicación, pueden programar las materias más difíciles para la mañana. Por ejemplo, los temas que exijan una mayor perseverancia, organización y autorregulación. Esto se debe, a que para estos niños con TDAH, las horas de la mañana son mejores que las del mediodía o la tarde. La investigación demuestra, que el poder de concentración y las funciones ejecutivas, se deterioran considerablemente a lo largo del día en los niños con TDAH. Por lo tanto, conviene programar los temas más difíciles para las primeras horas del día, en lugar de para las últimas. Ahora bien, este punto es discutible si el niño toma medicación, ya que la medicación sirve para corregir este problema. Tengan en cuenta, sin embargo, que con los adolescentes también podría ser al revés. Ya saben, la pubertad... y con frecuencia, observamos que el período de máximo rendimiento es el mediodía o las últimas horas de la tarde, más que por la mañana, así que con los alumnos del instituto podría funcionar mejor invertir esta secuencia; es decir, si están sin medicación, quizás deseen programar las materias más difíciles para después de la comida en lugar de antes, a una hora en que probablemente sean capaces de concentrarse y auto organizarse.

Si buscan buenos materiales didácticos o curriculares para usar en clase, consideren aquéllos que están muy estructurados, lo que se conoce como aprendizaje programado o programas curriculares de instrucción directa DISTAR. Estos materiales muy estructurados, se presentan como varias tareas en cuotas cortas y luego, una serie de preguntas para comprobar si el alumno ha aprendido esa lección antes de pasar a la siguiente fase de enseñanza. De modo que, busquen materiales de aprendizaje muy reglamentados, ya que los niños con TDAH parecen responder mejor a ellos.

Ahora, puede que resulte útil para el niño que él mismo elija el objetivo de trabajo inicial, cuando deseen que trabaje en su pupitre.

Es decir, pueden mostrar al niño la hoja de trabajo y preguntarle: ¿cuántos de estos problemas crees que puedes hacer en los próximos 10 minutos? El niño da una respuesta, por ejemplo cinco o 10 problemas, y ese es el objetivo inicial.

La investigación demuestra, que es más fácil que las personas trabajen sobre un objetivo que han elegido ellas mismas, que sobre uno que les han impuesto. Eso no significa que no puedan pedir al niño que haga más cantidad de trabajo, sino simplemente que comiencen marcando con él, un objetivo de cuánto cree que puede hacer y que lo intente antes de decidir añadirle más trabajo a su tarea.

Los niños con TDAH tienen dificultades para escribir a mano, debido al problema de coordinación motora asociado con este trastorno. Lo que estoy sugiriendo no es que dejen de enseñarles caligrafía, sino que no le den tanta importancia y se centren en que realicen la tarea. Incluso pueden enseñarles a escribir con el teclado, dado que los niños utilizarán cada vez más los ordenadores en un futuro para trabajar y es menos probable que les manden tareas escritas a mano.

Así que nosotros recomendaríamos que estos niños aprendieran a escribir rápidamente con el teclado y que usaran la escritura a mano, como una forma alternativa de expresión escrita para realizar sus tareas, o que al menos, se les enseñen las dos formas de escritura en paralelo, de modo que el niño tenga otro medio de expresar lo que sabe mediante el ordenador y el teclado, y no depender exclusivamente de la escritura a mano.

También, recomendamos proporcionar a los niños con TDAH, sesiones de ayuda extraescolares. Si se van a quedar después de clase a corregir exámenes, animen al niño a que se quede en la escuela una o dos veces por semana para que haga sus deberes mientras ustedes están en el aula. De esta forma, si el niño tiene problemas, puede acudir a ustedes y preguntarles o, si ya saben que el niño tiene problemas con el aprendizaje de un material determinado, pueden proporcionarle ayuda adicional durante estas horas extraescolares.

También pueden recomendar a los padres que tengan un profesor particular para sus hijos fuera de la escuela, si el niño tiene dificultades con alguna tarea o materia. Y, desde luego, no olviden que además de las tareas escritas o los libros de texto, existen libros en cinta, vídeos y otro material complementario, que se puede usar para enseñar las materias escolares.

Bien, antes he mencionado que los niños con TDAH tienen dificultades con la memoria operativa, es decir, no pueden retener las cosas tanto tiempo

como los demás. Por este motivo, tienen problemas para comprender lo que leen, escuchan y ven. Por ejemplo, cuando tienen que leer material, con frecuencia observamos que cuando leen, olvidan lo que han leído al principio de la página, así que tienen que volver al principio y releerlo para capturar de nuevo esa información. Y esto puede que tengan que hacerlo varias veces antes de finalizar la página. Incluso es probable que no extraigan tanta información de esa página, como otros alumnos.

Una forma de compensar este problema de la memoria operativa, es recomendar a los niños con TDAH, que vayan tomando apuntes mientras ustedes hablan o ellos leen. Así, sus manos siempre se están moviendo sobre un tablero u hoja de papel donde anotan apuntes breves, frases o incluso dibujan diagramas o jeroglíficos sencillos que les ayudan a recordar lo que están leyendo. Tomar notas continuamente, permite que el papel en el que escriben sirva de sustituto de su memoria operativa y, por tanto, es más probable que se queden con la información de la tarea que si tienen que releer o escuchar una y otra vez las tareas. Además, seguramente respondan mejor a las preguntas, si utilizan sus apuntes de cuanto han leído, escuchado en sus clases o visto en los vídeos que se han pasado. Así que recomendamos tomar notas continuamente cuando sea importante comprender el material.

AUMENTAR LOS INCENTIVOS

Como ya he dicho... sugerido, otro enfoque para tratar problemas conductuales de los niños con TDAH en el colegio, es ofrecer más incentivos para conseguir la conducta adecuada. Así pues, si la conducta se repite, los castigos serán más efectivos. Naturalmente, las recompensas promueven la adopción por parte del niño de formas de conducta más adecuadas por su propia cuenta. Y una manera de hacer esto, es aumentar los elogios, aprobaciones, atenciones, respeto y ánimo que los profesores dan a estos niños. Suelo llamar a esto, “ser director por 1 minuto”. Este era el título de un libro de gestión empresarial muy conocido allá por los años 70, que fue número uno en ventas durante muchos años.

En este libro, se animaba a los supervisores a mejorar la moral y la productividad en el lugar de trabajo, acercándose a supervisar las actividades de los otros trabajadores. Pero no se limitaban a supervisarles. Lo que hacían, era pasar 1 minuto con diferentes empleados y observar lo que hacían, comentarlo de una manera respetuosa y aprobadora y, en general, tener una interacción breve pero positiva con los empleados.

La gente se sentía mucho más respetada, escuchada y apreciada en esos entornos de trabajo y, por tanto, eran más productivos para estos jefes. Así que recomiendo a los profesores adoptar esta filosofía, de "director por 1 minuto" y que circulen con frecuencia entre los alumnos de la clase, se paren un ratito con cada uno y observen lo que hacen, lo comenten, den ánimos y hagan elogios si es necesario, e incluso den al niño una recompensa de vez en cuando, en especial a los niños con TDAH, para mejorar su productividad. También pueden aumentar los incentivos mediante distintos sistemas de puntos, sistemas de fichas u otros programas de recompensas físicas, para reforzar el elogio y el reconocimiento, que ya están dando a estos niños. Estas fichas o puntos se pueden cambiar en otro momento del día por juegos, juguetes y otros privilegios en el entorno de la clase.

Bien, para aumentar la disponibilidad de este material o recompensas, recomiendo a los profesores que de vez en cuando, envíen a los padres una nota pidiéndoles que, si van a limpiar los armarios de los juguetes y deshacerse de algunos de ellos, los den al colegio. Así, los profesores pueden acumular una gran cantidad de juegos a los que otros niños podrían gustarles jugar, como videojuegos o juguetes, si un niño se ha cansado de ellos o ya no desea jugar con ellos.

Sé que con frecuencia los profesores dicen que no tienen dinero para comprar estos privilegios y recompensas, por lo que pedirles a los padres que los donen, es una forma alternativa de llenar la clase de cosas atractivas que se pueden usar como parte de un sistema de fichas, en lugar de dejar que el profesor los pague de su propio bolsillo.

También pueden dividir la clase en equipos de cuatro o cinco alumnos y que realicen las tareas en equipo. De esta forma, los alumnos pueden mantener al niño con TDAH de su equipo, centrado en la tarea más tiempo. De nuevo, como he mencionado, estos alumnos son más sensibles a la influencia de sus compañeros que a la de los profesores, así que este es otro medio que pueden usar para ayudar a manejar a los alumnos. Bien, pues al final de cada día o de cada semana, los equipos se pueden cambiar, de forma que el alumno afectado por el trastorno, no permanezca con el mismo equipo durante mucho tiempo y no sea siempre el mismo equipo el que se ocupe de él.

Otra manera de aumentar los incentivos en el aula, es utilizar un programa de refuerzo variable para recompensar al niño mientras trabaja en su pupitre. A esto le llamo, "cinta de tonos". Esto es algo que se inventó, creo que hacia el año 1976, cuando estuve de prácticas en el Centro de Ciencias de la Salud de Oregón y, como parte de mis obligaciones, me animaron a

desarrollar una clase para niños con TDAH, junto con otros profesores en prácticas. En esta clase establecimos este programa de intervalos variables de recompensas. Para ello, utilizamos un reproductor de casetes. En la cinta grabábamos diferentes tonos, timbres o señales en orden aleatorio. Bien, pues en la primera cinta que creamos, los tonos se producían a intervalos muy cortos, pero variables e impredecibles. Así, por ejemplo, un timbre podía sonar ahora y luego cinco segundos más tarde, luego en un minuto, a continuación en dos segundos y después en 20 segundos, de forma que los intervalos entre los tonos, eran bastante variables.

En cualquier caso, eran cortos y había muchos tonos en la cinta. Bien, ¿cómo se utiliza esto? Cuando los niños tienen que trabajar en su pupitre, pueden sacar el reproductor de casetes o, seguramente estos días estén usando un grabador digital de algún tipo, y poner la cinta o la grabación y decirles a los alumnos, que mientras trabajan van a escuchar un tono, un timbre o el sonido que hayan usado para crear la cinta, y que cada vez que escuchen esa nota o tono, si están concentrados en su tarea se suman un punto. Si están distraídos o no están trabajando, se deben restar un punto. Ahora, el profesor da a cada alumno una tarjeta para que marque sus puntos.

Normalmente, la tarjeta está dividida en dos columnas, la izquierda con un signo más y la derecha con un signo menos arriba. Y aquí es donde registran los niños sus puntos positivos y negativos. Entonces el profesor dice "Bien, a trabajar" y conecta el reproductor de casetes o el reproductor digital. Comienzan los tonos y los niños empiezan a registrar sus puntos si están trabajando. El profesor se sienta delante de la clase y vigila que nadie haga trampas. Es relativamente fácil ver si los niños están colocando sus marcas y, si un niño registra una marca de forma incorrecta, por ejemplo estaba distraído pero se ha dado un punto, el profesor puede corregirlo. Resultó que el comportamiento de concentración en la tarea y realización del trabajo, ascendió al 96 % durante la primera semana que usamos este programa de intervalos variables o cinta de tonos.

Es más o menos como convertir el rendimiento en el trabajo en una máquina tragaperras; nunca se sabe cuál va a ser el próximo timbre o tono que sonará, de modo que la estrategia ideal es trabajar todo el tiempo y, por lo tanto, aumentar el número de puntos que se pueden ganar.

Ahora, la segunda semana podrían grabar otra cinta en la que los tonos estén más espaciados. Así que habrá menos tonos en esta cinta. Lo que hacen es alargar el intervalo entre los tonos hasta una cierta medida. En este caso, asegúrense de duplicar el número de puntos que los alumnos se pueden dar, puesto que al alargar los intervalos, se ha eliminado un

determinado número de oportunidades para obtener la recompensa. Utilicen este sistema durante una semana y, a continuación, creen una tercera cinta o grabación con menos tonos incluso y más espaciados. Observen que, en cierta medida, estamos usando aquí un procedimiento de modelación, en el que cada semana se alargan los intervalos entre los tonos, es decir, entre las recompensas.

Aunque siguen siendo impredecibles y variables, como los intervalos se alargan, se producen menos tonos, lo que significa que hay menos oportunidades de ganar puntos, por lo que tienen que doblar el valor de los puntos cada nueva semana que reproduzcan estas grabaciones de tonos. Pruébenlo y ya me dirán cómo les ha ido.

Hemos descubierto que esta estrategia es muy beneficiosa para los niños con TDAH; de hecho, a la tercera semana, eliminamos por completo la cinta de tonos y pasamos directamente a nuestro sistema habitual de fichas en el aula, donde se recompensaba a los niños al final de su trabajo, por el número de problemas que habían hecho. Bien, si no desean realizar esta grabación, pueden comprar una versión de estas cintas en ADDwarehouse.com.

Con independencia del sistema que utilicen para recompensar a los niños en clase, resulta beneficioso permitirles canjear sus puntos o fichas varias veces al día, para que puedan acceder a sus recompensas y privilegios.

No les hagan acumular puntos durante varios días o incluso durante una semana entera sin permitirles canjearlos para obtener privilegios, esta espera les haría perder la motivación. Cuanto más pequeño sea el niño, con más frecuencia tiene que cambiar sus puntos, para que éstos sean valiosos para él. Naturalmente, con niños más mayores, se puede retrasar el acceso a las recompensas durante períodos de tiempo más largos. Pero incluso para alumnos mayores, sigo recomendando a los profesores que permitan al menos una vez al día, que los alumnos puedan canjear sus puntos por estos privilegios o recompensas.

Ahora, con independencia del sistema de recompensas que se utilice, yo recomendaría a los profesores, mantener una relación recompensa-castigo en 2 a 1 como mínimo, es decir, dar al niño el doble de recompensas, incentivos, fichas y otros privilegios que de castigo o disciplina. De esta forma, se tiene la seguridad de que el programa se mantiene dentro de su concepto de programa basado en incentivos, positivo y alentador, en lugar de un programa disciplinario. Y aquí no me refiero ya a niños canjear sus puntos por recompensas, sino a que se les castigue descontando puntos por mal comportamiento.

Esta es una estrategia disciplinaria de la que hablaré en un momento. Lo que intento decir aquí, es que regalen siempre el doble de puntos como recompensa de los que le quitan como castigo, para que el programa siga teniendo un carácter positivo. Si se hace al contrario, el programa se convierte en algo básicamente punitivo, los niños dejarán de estar interesados en participar y no considerarán que los puntos o recompensas que les den, sean especialmente valiosos.

Una manera muy fácil de promover o aumentar los incentivos en el colegio y de proporcionar más recompensas a los niños por lo bien que trabajan, es utilizar un informe diario de conducta.

Les mostraré uno en la siguiente diapositiva.

TARJETA DIARIA DE CONDUCTA

Aquí pueden ver una tarjeta de informe que he diseñado en word, mediante la función de tablas. En esta matriz, pueden colocar en la columna izquierda, las reglas que desean que el niño obedezca. Observarán que aquí he creado una serie de normas, como: “participa en clase”, “realiza el trabajo”, “cumple las normas de la clase”, etc.

Bien, arriba hay columnas para cada materia que el niño tiene, por ejemplo lectura, matemáticas, ortografía, etc., en la secuencia habitual en que se desarrollan en esa jornada escolar. De esta manera, cada profesor puede evaluar al niño en su materia y calificarle con respecto a si ha cumplido las cinco normas que se indican en la columna izquierda de la tarjeta. En la parte superior de la diapositiva, pueden ver el sistema de calificación que uso normalmente.

Aquí hay una serie de números: 1 significa Excelente, 2 Bien, 3 Regular, 4 Deficiente y 5 Muy deficiente. Estos son los números que usarán los profesores cuando rellenen la columna correspondiente en la tarjeta. De modo que, al final de la clase, evalúan al niño con números del 1 al 5 en cada una de estas áreas del comportamiento en clase y ponen su nombre en la fila de abajo, para evitar falsificaciones. Luego, la tarjeta pasa al siguiente profesor, el cual rellena su columna con los números que aparecen en la parte superior. Al final del día, la tarjeta se envía a casa y los padres la pedirán.

A continuación, los padres revisan los números de la tarjeta, comentan primero los números positivos con el niño y, luego, si hay números negativos, como 4 o 5, los comentan y elaboran un plan de lo que puede hacer el niño el próximo día, para mejorar ese problema y que a la

mañana siguiente, los padres deberán recordar al niño, antes de salir hacia la escuela. Tras realizar los comentarios pertinentes, los padres convierten los números de la tarjeta en puntos. Las conversiones se ven aquí, en la parte superior entre paréntesis. Por ejemplo, por cada 1 de la tarjeta el niño recibe 25 puntos, por cada 2 recibe 15 puntos, y así sucesivamente. Observen que los 4 y 5 no son buenas calificaciones, por lo que se restarán puntos o habrá una penalización. Un 4 es, por ejemplo, -15 puntos y un 5 es -25. Así que los padres suman ahora todos los puntos que ha ganado el niño y restan los puntos negativos con las penalizaciones.

El resultado son los puntos que el niño tiene para gastar, según un sistema de puntos en casa que los padres han elaborado.

Así que, obviamente, deben crear una economía simbólica en casa para que los niños gasten estos puntos en los diversos privilegios y recompensas que los padres hayan acordado.

Lo que hace esta tarjeta es conectar el comportamiento escolar con consecuencias más importantes en casa, que podrían ser más motivadoras para el niño. También sirve de medio para que los padres conozcan más de cerca cómo le ha ido a su hijo en la escuela ese día. Y si se pide al niño que escriba sus deberes detrás de la tarjeta, también sirve como hoja de deberes. Así que, recomiendo a los profesores que utilicen este sistema de tarjetas para conectar el comportamiento escolar con las consecuencias en casa y para mantener a los padres más informados, acerca del rendimiento de su hijo en la escuela día a día.

Esta tarjeta también se puede utilizar para supervisar las pruebas de medicación y comprobar si la medicación permite o no controlar el comportamiento del niño durante toda la jornada escolar y, por tanto, se puede compartir con los médicos, quienes pueden evaluar la tarjeta para ver si es necesario realizar ajustes en la dosis o las horas de las tomas para que este niño se pueda portar mejor en la escuela.

SISTEMA DE AUTOSUPERVISIÓN DE LA ATENCIÓN

Otro medio de supervisar a los niños, aparte del sistema de tarjetas, es un programa llamado: "Presta atención, para, piensa y escucha", que fue desarrollado por Linda Bowman. Este programa se puede encontrar en ADDwarehouse.com. Una de sus ventajas, es que no sólo permite que los profesores realicen la evaluación de los niños, sino que, como pueden ver aquí en el párrafo, fomenta en los niños la autosupervisión y también la autoevaluación de su propio rendimiento.

Creo que esta estrategia puede ser muy útil para los niños con TDAH de la clase.

SISTEMA DE ENTRENAMIENTO DE LA ATENCIÓN GORDON

Y aquí, otro medio más para ayudar a los alumnos con TDAH y aumentar los incentivos en la escuela. Se trata de utilizar un dispositivo como éste, conocido como Sistema de entrenamiento de la atención. Este dispositivo fue inventado por Mark Rapport, en la Universidad de Florida Central, en Orlando, pero en la actualidad se produce y comercializa en Gordon Systems, a las afueras de Siracusa, Nueva York.

Como pueden ver, este dispositivo es una especie de caja. Esta caja se coloca en el pupitre del niño. En la parte delantera de la caja hay un contador numérico que da un punto por un minuto de trabajo. Bien, a la izquierda, hay un transmisor que el profesor lleva en el bolsillo o simplemente en la mano. Ven que en el transmisor hay cuatro teclas, lo que significa que un profesor podría utilizar realmente cuatro cajas diferentes para cuatro alumnos distintos de la clase.

Este sistema funciona de esta manera: Cada vez que el niño está trabajando en su pupitre, el profesor enciende la caja. Detrás hay un interruptor de encendido/apagado, y la caja comienza por recompensar al niño con un punto por minuto de trabajo, y esto lo hace de manera automática. El profesor se sitúa delante de la clase y supervisa a este alumno. Si comprueba que el alumno no está atento, se distrae o no está haciendo su tarea, pulsa el botón del monitor o caja de ese alumno.

Al pulsar el botón, la luz parpadea en rojo, suena un tono y se resta un punto del contador. Así que, básicamente la caja proporciona recompensas automáticas, pero el profesor aplica el castigo o penalización.

Hemos encontrado que este dispositivo es especialmente útil con los alumnos con TDAH y sólo es necesario usarlo un par de semanas para mejorar la atención y el comportamiento relacionado con el trabajo. Luego, se puede quitar o usar con otro niño, cuando el profesor vuelva a usar un sistema de fichas en la clase.

WATCH MINDER (RELOJ-AVISADOR)

Otro dispositivo más que he encontrado de utilidad, especialmente con los alumnos de secundaria y el instituto, es el reloj-avisador. Se trata de un reloj digital, pero es programable y al comienzo de cada semana escolar pueden registrar en él determinados recordatorios para el alumno, que aparecerán en el dispositivo a horas determinadas del día. De hecho, los padres pueden ayudar a programarlo todas las mañanas, si conocen las actividades que va a tener el niño en la escuela ese día, o los profesores pueden utilizarlo en la escuela y programarlo para las tareas en concreto que haya que hacer ese día. No obstante, el reloj no sólo sirve como dispositivo de control del tiempo, sino que también es una forma de recordar a los individuos determinados plazos, tareas u otros acontecimientos importantes que van a tener lugar ese día, y que es necesario que se les recuerden.

CÓMO GESTIONAR LA TRANSICIÓN ENTRE DISTINAS ACTIVIDADES: ELABORAR UN PLAN DE TRANSICIÓN

Antes, al hablar acerca de los principios de tratamiento en el aula, esas 18 grandes ideas de mi primera diapositiva, he mencionado que uno de los principios es anticipar las situaciones problemáticas y, luego, contar con un plan para cuando surja el problema. Este tipo de enseñanza proactiva, puede reducir considerablemente la probabilidad de que se produzcan problemas de comportamiento. Ahora bien, ¿qué es un plan de transición? Sería algo parecido a esto.

Cuando un niño va a comenzar una determinada actividad, por ejemplo, cuando entra en la clase o cuando se pasa de una materia a otra, por ejemplo, de matemáticas a lectura, o cuando el niño sale al recreo o vuelve del recreo o del comedor, entonces hay que parar al niño justo al comienzo de la nueva actividad. De modo que, antes de entrar en la nueva situación, PARAR. Ahora, repasen con el niño varias normas que debe recordar obedecer en la situación que viene a continuación.

Obviamente, estas normas han de basarse en los problemas que hayan experimentado anteriormente con este niño en particular, sean cuales sean estos problemas, pero deben ser pocas, breves y hay que hacérselas repetir al niño, para comprobar que las ha entendido y escuchado.

Si es necesario, pueden anotarlas en una tarjeta de archivo de 10 x 12 cm y entregársela al niño en ese momento.

Ahora, expliquen al niño cuál es el incentivo de esta actividad por trabajar, por portarse bien y por seguir estas 2 o 3 reglas. ¿Qué recompensas van a darle por su buen comportamiento? Explíquenselo al niño directamente y de forma breve. Luego, expliquen la disciplina... lo que sucederá si no obedecen alguna de estas reglas o se portan mal. ¿Van a castigarles? ¿Van a ponerlos en “tiempo fuera”? ¿Van a quitarles privilegios en la clase? Expliquen lo que harán si se produce un problema. Así, el niño comprenderá lo que piensan hacer. Ya conoce las reglas. Sabe las recompensas y sabe el castigo. Ahora, asegúrense de darle algo para hacer.

Por ejemplo, si le dicen que vaya a su pupitre, díganle que saque algo en lo que desea que comience a trabajar, pero no lo tengan ahí sentado sin hacer nada a la espera de que comience la actividad.

Luego, cuando comience la actividad o la situación, sigan su plan y adhiéranse a él. Como he dicho, “más actuar y menos hablar”, gestionen las consecuencias que han prometido usar en esta situación y háganlo rápidamente.

Entreguen recompensas durante la actividad. No esperes a que termine la actividad, antes de dar al niño la recompensa o incentivo que han prometido. Distribuyan las fichas o las recompensas de forma intermitente durante la actividad. Al terminar, pregunten al niño cómo cree que lo ha hecho y, a continuación, realicen su propia evaluación y comenten las diferentes percepciones sobre lo que ha pasado.

Por supuesto, en este momento pueden finalizar dando al niño las recompensas que deseen darle. Ahora, el niño ha ganado puntos u otras recompensas por lo bien que se ha portado en esta actividad.

Si utilizan planes de transición al comienzo de cada transición importante en una actividad escolar y, especialmente, en aquéllas en las que el niño ha tenido anteriormente dificultades, podrán reducir los problemas de conducta en más del 50%. Esta es la enseñanza proactiva inteligente, frente a la enseñanza meramente reactiva. En la enseñanza reactiva se espera a que suceda el problema antes de hacer nada al respecto. En este caso, intentamos adelantarnos al problema antes de que ocurra.

EXTERNALIZAR LAS REGLAS Y EL TIEMPO

Bien, como ya he dicho, la memoria operativa de los niños con TDAH es muy deficiente, así que tienen problemas para recordar y retener en mente reglas u otra información importante relacionadas con una tarea o situación en particular. Una manera de ayudar a potenciar su memoria operativa, es anotar la información o las reglas clave de forma física, es decir, en gráficos, tarjetas, notas adhesivas u otros medios para registrar reglas sencillas y colocarlas en el campo visual del niño en una determinada situación para que pueda verlas. Esto le ayudará a recordar lo que se supone que debe hacer.

Además, como he dicho, esto lo deben hacer también con el tiempo. Conviertan el tiempo en algo real. Usen relojes, cronómetros, contadores y otros dispositivos para indicar el paso del tiempo, para una tarea en particular.

Se lo recuerdo de nuevo: expongan las reglas en posters delante de la clase o utilicen una señal de Stop de tres caras, como hicimos con los niños de educación infantil y con los de primero de primaria donde, al comienzo de cada actividad, exponíamos las reglas y las revisábamos con ellos. La señal de stop se colocaba normalmente al frente la clase y significaba estarse quieto, prestar atención, estar callado y levantar la mano. Cuando había otras actividades, como el trabajo en el pupitre, girábamos la señal de stop al color amarillo, para indicar que los alumnos tenían que permanecer en su pupitre, pero si necesitaban ayuda podían acercarse e ir a ver al profesor. Y luego estaba la señal de stop verde, que es cuando los niños tenían permiso para jugar libremente en la clase y seguir las reglas durante ese tiempo de juego libre. Así que el profesor simplemente cambiaba el color de la señal de stop, y en cada señal de stop, estaban las reglas sencillas que había que seguir en esa actividad en particular.

Otra forma es colocar tarjetas de colores en el pupitre. Cada tarjeta tiene el conjunto de reglas que hay que seguir para cada materia y cada materia tiene un color específico. Los niños simplemente dan la vuelta al color de la tarjeta que corresponde a esa materia en particular.

También, hacer que los niños repitan las reglas antes de comenzar una actividad, es una forma de ayudarles a aumentar su memoria operativa para recordar las reglas cuando entren en la situación.

Y, como he dicho, utilicen temporizadores, por ejemplo uno de cocina, relojes de pulsera, dispositivos digitales de control de tiempo o cualquier otro dispositivo que indique al niño el paso del tiempo, dado que su reloj interno no es muy preciso y es muy probable que no sepa seguirlo para comprender el tiempo que tiene para hacer una tarea. Así que conviertan el tiempo en algo físico.

TEMPORIZADOR GRANDE DE 12”

Una manera de hacer esto, es utilizar este temporizador de gran tamaño, con una altura de 12 pulgadas (unos 30 cm). Este temporizador se puede comprar en addwarehouse.com.

El profesor puede establecer el intervalo de tiempo en la esfera del reloj y, luego, a medida que el tiempo pasa, verán que el intervalo rojo comienza a reducirse, lo que indica que el tiempo está transcurriendo y cuánto tiempo le queda al niño, antes de que la tarea esté terminada y deba entregarla. Se trata de una forma muy visible de ayudar a los niños con TDAH, a ver la cantidad de tiempo que tienen y cuánto les queda en cualquier momento durante la tarea, de este modo que aprendan a permanecer centrados y a realizar el trabajo dentro de ese intervalo de tiempo.

TEMPORIZADOR MOTIVAIDER Y RELOJ INVISIBLE

Aquí tenemos otro dispositivo temporizador. Se trata de pequeños dispositivos que contienen pequeños vibradores, como los que incorporan los teléfonos móviles. Cada dispositivo tiene un temporizador digital y diferentes ajustes que se pueden definir. En un momento lo explicaré, pero básicamente se trata de que el dispositivo se puede ajustar para que vibre en un intervalo de tiempo determinado.

Supongan que desean que vibre cada 5 minutos, entonces ajustarían la hora en el dispositivo, como éste de aquí, el temporizador *MotiveAider* (una especie de *motivador*), en 5 minutos y comenzaría la cuenta atrás de dicho intervalo y, al llegar a los 5 minutos, vibra y se restablece a otros 5 minutos, comenzando de nuevo la cuenta atrás del intervalo. De modo, que pueden ajustar este dispositivo vibrador para que suene a intervalos frecuentes y, así, cada vez que el alumno lleve el dispositivo y sienta la vibración, sabe que han pasado otros 5 minutos.

También pueden ajustar este dispositivo en una opción aleatoria, en cuyo caso el vibrador suena a intervalos escogidos, de manera muy parecida a la cinta de tonos que he descrito en anteriores diapositivas. Este intervalo variable puede ser también un medio efectivo, de recordar a los niños que permanezcan centrados en la tarea porque el tiempo pasa.

Como ven, hay diferentes dispositivos en el mercado, como el MotivAider que vemos aquí o este otro dispositivo para modificar hábitos.

Ambos se pueden adquirir en ADDwarehouse.com.

JERARQUÍA DE CASTIGOS

Y ahora bien, ¿qué hay de la disciplina en la escuela? Hemos hablado acerca de distintas estrategias de castigo que podrían utilizarse, como penalizaciones, reprimendas, etc. Evidentemente, en Estados Unidos cada distrito escolar tiene políticas escritas sobre lo que los profesores pueden hacer para imponer disciplina entre los alumnos de la clase.

Así que los profesores deberán consultar los manuales de sus distritos, para conocer los tipos de disciplina que pueden aplicar. Sin embargo, permítanme que les muestre aquí algunas de las formas de disciplina que están demostrado que funcionan en alumnos con TDAH. Una de ellas son las reprimendas. Muchos profesores dicen que las reprimendas no funcionan, sin embargo, es probable que lo que no funcione sea la manera en que las echan.

Los estudios de Susan O'Leary y su alumna Linda Pfiffner, indican que cuando las reprimendas se dan de una manera determinada, sirven para corregir la conducta hasta un cierto punto. Y descubrieron, que para que fueran efectivas era necesario hacerlo personalmente, privadamente, es decir, había que ir al alumno y no gritarle delante de toda la clase. Había que establecer contacto visual con el alumno y, como he dicho, podría servir de ayuda tocarle en el hombro o la mano.

Así que mírenles directamente a los ojos y regañen de forma breve y en privado, en voz baja pero firme y sin que se enteren los demás alumnos. Háganlo de forma personal. Esta forma de echar reprimendas era mucho más efectiva que la de regañar a los alumnos, delante de todos sus compañeros.

Hay dos cosas que hacen que el castigo funcione. La primera de ellas es contar con incentivos adecuados para una situación en concreto y así poder promover una buena conducta adecuada y pro social. Si no existe la parte de premios por buena conducta, es probable que el castigo no sirva para reducir la mala conducta.

En segundo lugar, el castigo debe aplicarse rápidamente, a los 10 segundos de haberse producido la primera mala conducta. Cuanto más tarde el profesor en *aplicar justicia* en este caso, es decir, cuanto más espere para imponer castigos a sus alumnos, menos efectiva será la disciplina para modificar esa mala conducta.

Así que, recuerden, si desean que la disciplina sea efectiva, incluso una disciplina suave, deben aplicarla rápidamente. No olviden estas dos reglas importantes en cuanto a incentivos. Primera: debe haber muchos incentivos en la clase que promuevan y recompensen la conducta adecuada y Segunda: en cuanto a castigos, cuando se aplique, se debe hacer de forma suave y muy rápida, inmediatamente después de la primera infracción. De esta manera, la disciplina servirá para ajustar ese comportamiento.

Bien, sé que los profesores están muy familiarizados con el "tiempo fuera", como forma de disciplina, pero nosotros hemos encontrado una variante de esta forma de castigo que resulta bastante más eficaz que la manera tradicional. La hemos denominado, "Realizar una tarea" y esta técnica fue desarrollada por Jim Swanson, Linda Pfiffner y sus colegas en la Universidad de California, Irvine, donde llevan una escuela entera de alumnos con TDAH. Para desarrollar, "Realizar una tarea", el profesor tiene un pupitre vacío, al fondo de la clase con una silla al lado. En este pupitre, habrá hojas de trabajo mimeografiadas.

Se trata simplemente del tipo de actividad que cualquier alumno de la clase sería capaz de hacer. Por ejemplo, problemas de matemáticas, copiar letras y números, contar objetos, etc. Son sólo hojas de trabajo de cuadernos de ejercicios estándar, que podrían encontrar en la tienda. Ahora, esas hojas deben permanecer en el pupitre del fondo.

Bien, expliquen a los alumnos lo que van a hacer. Si el alumno infringe una regla, le corregirán, es decir, le dirán lo que ha hecho mal y le darán un número. Por ejemplo, pueden decir: ¡No estás en tu pupitre! ¡Te has movido cuando no debías! Lo que significa que el niño no está en el sitio donde debería estar y que ahora debe ir al pupitre del fondo de la clase, para hacer su tarea de castigo. El número que le han dado es el número de hojas que debe tomar el niño del montón y completar. Cuando termine de hacer ese número de hojas, puede ponerlas en la mesa del profesor y luego regresar a su pupitre habitual. El número de hojas dado, determina la longitud del "tiempo fuera", pero lo bueno de esto, es que los alumnos tienen algo que hacer durante este tiempo.

Encontramos que el "tiempo fuera" habitual era difícil de llevar para los niños con TDAH, porque se aburrían y, con frecuencia, se mostraban más inquietos, distraídos, ruidosos y revoltosos. Esto no quiere decir que no se deba utilizar el "tiempo fuera", sino que la técnica de "Realizar una tarea", era mejor porque mantenía al alumno ocupado durante este intervalo de tiempo.

También permite al alumno trabajar más rápido para acabar sus hojas y así terminar el "tiempo fuera", y la investigación demuestra, que cuando los alumnos controlan la longitud del "tiempo fuera", es decir, pueden hacer que se acabe antes portándose bien, el "tiempo fuera" funciona realmente mejor. Así que, prueben con "Realizar una tarea", como variante del "tiempo fuera".

También pueden quitar fichas, si es que utilizan un sistema de fichas como forma de coste de respuesta, pero de nuevo, sean rápidos e impongan la disciplina a la primera aparición de una mala conducta. O mandar a los niños que escriban lo que llamamos, redacciones sobre moralidad, por ejemplo "Por qué no volveré a hacer esto en la escuela", "Por qué no debo pegar a los demás" o "Por qué está mal hacer esto".

La investigación demuestra que, en los alumnos mayores, las redacciones sobre moralidad, tienen algún efecto en la mejora de su comportamiento. Mi parecer es que esto funciona mejor con los niños de los últimos cursos de la escuela primaria y la etapa de secundaria o más tarde, que cuando los niños son todavía pequeños.

Pueden establecer un lugar de relajación, como una especie de lugar de tiempo fuera, donde el niño pueda recuperar el control de sus emociones cuando esté muy alterado, enfadado o descontento en alguna situación. No es un lugar de castigo, sino simplemente un lugar de reflexión, al que el niño pueda acudir libremente y tomarse algún tiempo, contar hasta diez e intentar recuperar el control de sus emociones antes de volver a la clase. Habitualmente, puede ser una esquina tranquila de una parte de la clase, adonde el profesor puede mandar al niño cuando parezca estar especialmente alterado. Pero una vez que el niño sienta que tiene el control sobre sus sentimientos, puede decidir por sí mismo volver a clase. Finalmente, pueden utilizar el "tiempo fuera" tradicional, que consiste en colocar al niño en una silla en una esquina de la clase, apartado de los demás alumnos durante cierto tiempo, en función de la gravedad de la infracción. Si los profesores utilizan el "tiempo fuera" tradicional, se debe realizar en la clase o en una habitación privada, no en el pasillo.

La investigación demuestra que los "tiempos fuera" en los pasillos, son menos efectivos que los que se realizan bajo la supervisión formal de un profesor.

Finalmente, si la falta de conducta del niño ha sido grave, hasta el punto de que consideren expulsarlo de clase, recomendamos que la expulsión se realice dentro del edificio del colegio y no echar al alumno a la calle sin supervisión, mientras los padres están trabajando.

Esta expulsión dentro del colegio durante un cierto período de tiempo, se puede realizar en el despacho del subdirector, o en una clase para trastornos de conducta, en una esquina del gimnasio o en la esquina de la cafetería, siempre que no sea la hora de comer, es decir, un lugar tranquilo donde pueda ir realizando sus tareas.

SUGERENCIAS PARA ADOLESCENTES

Pero hay otras sugerencias que no he comentado anteriormente, por lo que dedicaré un tiempo en explicar cada una de ellas. Una de las primeras cosas que se deben hacer, y que ayuda bastante a los adolescentes con TDAH en el colegio, es conseguir que se tomen la medicación que necesitan. Como ya he dicho, mi experiencia es que entre el 70 y el 80% de los niños y adolescentes afectados, necesitan medicación que les ayude con el rendimiento escolar, así que quizás quieran realizar mi curso sobre la medicación, también en este sitio web, para conocer cuáles son esos medicamentos, sus efectos y los posibles efectos secundarios.

Ahora bien, como he dicho anteriormente, la medicación produce el doble de mejoría en la conducta de muchos niños con TDAH que otros tratamientos psicosociales, como los métodos de gestión de la conducta en la clase, que he descrito en este curso. Además, si el adolescente no desea tomar su medicación o cada vez se muestra más reacio a tomarla, recomendamos a los padres que acuerden un contrato de conducta con el adolescente, en el que éste pueda ganar privilegios por tomar su medicación. Por ejemplo, si el adolescente conduce o desea salir hasta tarde ese día con sus amigos o ir al centro comercial durante un determinado período de tiempo el fin de semana, etc., puede obtener alguno de estos privilegios, si se toma la medicación diariamente.

Incluso los padres pueden pagar al adolescente una determinada cantidad de dinero por tomar la medicación cada día. Pero intenten que la toma de la medicación sea siempre una situación beneficiosa para ambas partes.

A muchos adolescentes no les gusta tomar medicamentos debido a sus efectos secundarios o por la posibilidad de que se les estigmatice por tomar este tipo de medicamentos, así que una manera de superar esto, es negociar un contrato con el adolescente en el que el adolescente indique lo que le gustaría tener a cambio de tomar la medicación.

Otra sugerencia eficaz para trabajar con adolescentes en el colegio, es establecer un sistema de preparación o de tutoría. Solo se tarda 15 minutos. Dividan los 15 minutos en puntos de control de 3-5 minutos, uno por la mañana a la llegada al colegio, otro al mediodía y otro al final del día, al término de la jornada escolar. Durante cada uno de estos controles, el alumno va al despacho de su preparador o tutor. Van a tener un lugar en el despacho del preparador, que es adónde van a ir mientras los demás alumnos van a sus taquillas. Pero ellos deberán acudir allí al menos tres veces al día.

Ahora, durante el control de 5 minutos, el preparador organiza para el alumno las materias que vienen a continuación, es decir, qué libros necesita, qué tareas debe realizar, dónde están sus deberes de la tarde anterior, etcétera. En fin, organiza al alumno y le da palabras de ánimo que le motiven. Le da un informe durante el primer control de la mañana, como ese informe de conducta que han visto en una de las diapositivas anteriores.

El preparador usará ese informe para supervisar al alumno en todas las materias de ese día. Cada vez que el alumno acuda al tutor, éste examinará el informe para ver cómo le ha ido en las clases anteriores, desde la última visita. El alumno puede anotar también sus tareas en la parte de atrás del informe o utilizar, por ejemplo, una de esas hojas típicas de tareas diarias o un calendario por semanas.

Pero asegúrense de que las tareas lleven el nombre o las iniciales del profesor, para que sepamos que el alumno las ha copiado correctamente. La cuestión es que el alumno sea responsable ante otra persona del colegio de lo bien que se está portando y lo bien que está realizando sus tareas y, desde luego, ayuda a mantener al alumno organizado.

Este preparador o tutor puede ser cualquier persona del colegio. Cualquiera con quien el alumno pueda tener una relación de amistad. Puede ser un trabajador social, un psicólogo, otro profesor o el subdirector. Cualquiera del colegio que esté dispuesto a dedicar 5 minutos a ayudar al alumno, puede servir como preparador y ayudarnos a implementar esta responsabilidad diaria ante otra persona.

Así que, además de la medicación, del preparador, del informe de conducta y de la hoja de tareas diarias, otras cosas que pueden incluir los colegios son, por ejemplo, un enlace para TDAH, como ya he mencionado en diapositivas anteriores, y la tarjeta escolar diaria, de la que ya he hablado anteriormente, en la que los alumnos pueden dejar de recibirla si se portan bien durante al menos tres semanas seguidas, durante las cuales no han recibido ninguna penalización en el informe de conducta.

Recomiendo a las familias tener en casa un juego extra de libros por si acaso al alumno se le olvida traer algún libro a casa. Para ello, pueden hacer un depósito en la oficina del colegio, por un segundo juego de libros de texto y, luego, cuando devuelvan los libros al final del curso, recuperar el depósito. Tener todos los libros en casa es una ventaja porque si al alumno se le olvida un libro en el colegio ese día, esto no le impide realizar sus tareas.

De nuevo, he hablado acerca de enseñar a los alumnos a escribir a máquina o con el teclado del ordenador para ayudarles con sus problemas de escritura, de forma que en el instituto puedan escribir sus tareas con el ordenador, en lugar de hacerlas a mano, si es necesario.

También los alumnos pueden grabar las clases del colegio mediante grabadoras digitales. Un dispositivo interesante de grabación digital es el lápiz inteligente, que aparece en la próxima diapositiva.

SMARTPEN – LÁPIZ INTELIGENTE

El lápiz inteligente se puede comprar en livescribe.com. Se trata de un lápiz que tiene una grabadora digital y, como ven, se puede tocar en la parte inferior de estas hojas de grabación que ven aquí. Observen que en la parte inferior hay varios botones que permiten encender el dispositivo, apagarlo o ponerlo en pausa. También se puede avanzar o retroceder en la grabación digital. Es una manera sencilla de grabar las clases mientras se toman notas en la tableta, así se puede revisar después lo que dijo el profesor, mientras se estudia para un examen, por ejemplo, o se realiza una tarea. Es muy bueno para los alumnos TDAH en el instituto o la universidad, e incluso para los adultos con este trastorno, cuando tienen que asistir a reuniones, ya que les permite asegurarse de que disponen de toda la información posible del tema.

MÁS SUGERENCIAS PARA ADOLESCENTES

Otras sugerencias que pueden ayudar a tratar a los adolescentes con TDAH, es recompensarles con dinero por las notas que traigan a casa. Esto se conoce como: "Dinero por notas". Este programa consiste sencillamente en decir al alumno que traiga a casa todo aquello que contenga algún tipo de calificación del profesor: hojas de trabajos, tareas, etc. Y, a cambio, les pagarán según la nota que hayan sacado. Así, por ejemplo, se les podría dar un euro extra por cada Sobresaliente, 50 céntimos por un Notable y 25 céntimos por un Bien. Pueden determinar la cantidad según las posibilidades de los padres para ofrecer esta clase de recompensa al alumno. Pero la cuestión es que por cada nota que traigan a casa, pueden ganar dinero para complementar la asignación semanal o mensual que les dan. Esto anima a los adolescentes a traer a casa su trabajo, pero también a hacerlo mejor, ya que así ganan más dinero.

También, claro está, pueden utilizar cosas como diarios, calendarios por semana o similar, que ayuden al alumno a organizarse y recordar las tareas y plazos durante la jornada escolar en el instituto. Como he dicho, programen las clases difíciles para por la mañana para los niños con TDAH, hasta la escuela secundaria. En el instituto, es más probable que deseen programar las clases más difíciles para por la tarde, dada la alteración del ciclo dormir/estar despierto, por el que pasan los adolescentes cuando alcanzan la adolescencia y madurez.

Y esto se aplica si no están tomando medicación. Si la están tomando, no es tan importante cuándo se programen las clases. Nos gustaría alternar las clases obligatorias con las optativas en el instituto o la universidad, para mantener el interés del alumno. Recuerden, como he dicho antes, para los más pequeños se pueden alternar periódicamente actividades poco interesantes con otras más interesantes, que les sirvan de recompensa.

Bien, algo que normalmente recomiendan los profesores cuando los alumnos tienen que realizar tests con un tiempo fijo, es permitir al alumno con TDAH tiempo extra en el examen. Sin embargo, la investigación demuestra que esto no resulta especialmente beneficioso para los alumnos. De hecho, tienden a desperdiciarlo. La mayoría de los alumnos con TDAH son tan impulsivos e inquietos que se dan prisa por terminar el examen e intentan salir de los tests con tiempo fijo lo antes posible.

Así que, en lugar de darles más tiempo para hacer el examen, una estrategia alternativa que ha demostrado ser más eficaz es hacerles el examen en un entorno sin distracciones y emplear una estrategia conocida como "sin reloj". En esta estrategia, el alumno con TDAH tiene un temporizador en su pupitre. Cuando comienza el examen, se activa el temporizador. Sin embargo, en cualquier momento durante el examen, el alumno puede detener el reloj, estirarse, levantarse, beber agua, volver a la tarea y reiniciar el temporizador en cuanto prosiga con el test. No van a tener más tiempo de interacción con el test que los demás alumnos. El temporizador registra el tiempo de contacto con el examen, pero el alumno puede interrumpir el examen en cualquier momento que desee y tomarse frecuentes descansos, con el fin de renovar su capacidad de atención. Pues bien, hemos encontrado que es mucho más probable que esta estrategia lleve a una mejora en el examen, que la mera concesión de tiempo extra sin estrategia respecto a cómo dosificar el tiempo para rendir más en el test. Por una parte, esta es una forma de que los alumnos hagan un examen a su propio ritmo. Ahora bien, tardan más tiempo en hacer el examen, si bien el tiempo extra es una consecuencia de la estrategia, no la estrategia en sí.

La estrategia es hacer el examen en entornos sin distracciones y permitir al alumno frecuentes descansos del trabajo, con el fin de renovar su atención.

Bien, he dicho que permitir música durante los deberes, puede resultar útil a los adolescentes para aumentar su capacidad de concentración. También darles el temario escrito de una materia, puede ayudar a los alumnos a tener en casa material para estudiar para un examen en particular. Hemos hablado también, acerca de que una forma de aumentar la memoria operativa en los niños con TDAH, es tomar notas continuamente cada vez que un alumno tenga que leer algo o atender en clase. Estas estrategias también se pueden usar con los adolescentes.

Y MÁS SUGERENCIAS PARA ADOLESCENTES

Para ayudar a los adolescentes en la comprensión lectora, pueden utilizar un método o estrategia que lleva usándose más de tres décadas y que se llama *SQ4R*. Se trata de una estrategia que se utiliza mientras se lee, para mejorar la comprensión de lo que se está leyendo. *SQ4R* es un acrónimo del inglés que hace referencia a los pasos que sigue el alumno mientras lee y son los siguientes: cada vez que se le da algo para leer, inspecciona rápidamente el material, lo hojea, obtiene una idea general de lo que hay, cómo es de largo, etc. Luego, esboza algunas preguntas que debe responder, después de haber leído el material. Normalmente, estas preguntas las da el profesor como parte de la tarea de lectura, pero si no es así, lo habitual es que haya algunas al final del capítulo que tiene que leer. Luego, comienza la lectura, lee solo un párrafo. Se para. Ahora dice en voz alta la información principal que ha aprendido en ese párrafo. A continuación la escribe, luego revisa sus notas. Pueden ver aquí que las cuatro R proceden de los términos en inglés: *read, recite, write y review*, es decir, leer, recitar, escribir y repasar.

Esto se hace con cada párrafo a medida que se avanza con el material. ¿Así no se tarda más? Es probable que no, porque con frecuencia las personas con TDAH tienen que volver y releer las páginas para obtener la información. De hecho, pueden encontrar que con esta estrategia estas personas realizan sus tareas de lectura en menos tiempo, porque ya no tienen que releer el mismo material para saber lo que dice.

De nuevo, consideren también las estrategias de realizar tutorías entre compañeros y estudiar con un compañero después del colegio, para ayudar a los alumnos del instituto. También recomiendo a los alumnos, intercambiar números de teléfono y la dirección de correo electrónico por si se olvidan de lo que hay que hacer. Así, cuando estén en casa después del colegio, pueden ponerse en contacto con un compañero de clase para les digan las tareas y hojas que deben entregar. Si tienen un número de fax se pueden enviar por fax las tareas, en caso de que a alguno se le hayan olvidado ese día.

Evidentemente, para los alumnos del instituto, y no sólo de la escuela primaria, resulta beneficioso asistir a las sesiones de ayuda extraescolares y reunirse con el tutor después del colegio.

También sugiero que el colegio organice conferencias formales cada seis semanas durante el año escolar.

A estas conferencias no sólo asisten los padres y los profesores de los adolescentes, sino también los propios adolescentes, para que puedan participar en la reunión y escuchar cómo les está yendo por ahora.

No queremos que los adolescentes terminen el trimestre completo y que al final descubran en sus notas, que hay un problema con una determinada materia. Ni es justo para los padres enterarse de esto sólo cuando llegan las notas. Así que celebrar reuniones más a menudo, por ejemplo cada 4 o 6 semanas, permite identificar los problemas y hacer algo al respecto, antes de que comiencen a reflejarse seriamente en el informe de los alumnos.

CONCLUSIONES

En conclusión, espero que hayan aprendido que el entorno escolar es uno de los más difíciles para los niños y adolescentes con TDAH. Es en este campo donde sufren más impedimentos, además de sufrirlo en mayor grado que los demás alumnos. Sin embargo, los síntomas del TDAH se pueden tratar con efectividad en el entorno escolar. En este curso les he dado más de 80 estrategias diferentes para mejorar los síntomas, que ayudan a mejorar considerablemente el rendimiento académico, la conducta y las relaciones entre compañeros en el entorno escolar. Sabemos mucho acerca de cómo tratar con efectividad el TDAH, pero yo creo, que la clave del éxito a la hora de adoptar estas estrategias es la actitud del profesor hacia el TDAH, su conocimiento del mismo como una discapacidad neurogenética y, de ahí, su compasión y buena disposición para implementar estas intervenciones y adaptaciones y respaldarlas durante todo el año escolar, para ayudar a estos jóvenes. Espero que este curso les haya parecido informativo.

GRACIAS

Les agradezco que hayan realizado mi curso. Les invito a participar en otros de mis cursillos, que he preparado en este sitio Web cuando lo deseen.

Por último, les invito a visitar el sitio de Guilford.com para que conozcan más acerca de otros productos que tengo relacionados con el TDAH, como mis tres nuevas escalas de clasificación para evaluar a los adultos con TDAH. Una, para los síntomas; otra, para evaluar las funciones ejecutivas; y la tercera, para evaluar la incapacidad funcional. También les invito a explorar otros libros que tengo en el mercado, sobre los niños y adultos con TDAH. Estos no solo se pueden comprar en Guilford.com, sino también en las principales librerías de Internet, como Amazon.com. Gracias de nuevo por haber realizado este cursillo. Adiós.