

# CÓMO EDUCAR A NIÑOS CON DÉFICIT DE ATENCIÓN

Guía para padres y maestros

Miguel Rodríguez López



# ÍNDICE

Dedicatoria	9
Carta de una mamá con un hijo con DDAH a otra mamá en las mismas circunstancias	11
Introducción	13
CAPÍTULO I La atención y el Déficit de Atención e Hiperactividad	15
La atención	16
Desorden de Déficit de Atención e Hiperactividad	21
Descripción	22
Características generales	22
Presentaciones	25
Suspensión de síntomas	25
Otros signos y desórdenes asociados	25
Factores relacionados con la sociedad y la cultura	27
Diferencia con otros desórdenes	28
Criterios para el diagnóstico del Desorden por Déficit de Atención e Hiperactividad	29
El DDAH y el problema de la atención habitual	33
Efectos	36
Efectos en el aprendizaje	39
Efectos en los sentimientos y la personalidad	39
Efectos en la familia	44
Efectos en la escuela	47
Efectos en la sociedad	48
Diagnóstico	49
Tratamiento	51
Tratamiento interprofesional	52
Tratamiento farmacológico	53
Tratamientos psicológicos	55
Duración del tratamiento	58

CAPÍTULO 2 Guía para padres	59
El matrimonio	60
La educación de los hijos	66
Cómo explicarle el tratamiento al niño	66
Obediencia, disciplina y orden en el hogar	73
Sanciones por pena y sanciones por reciprocidad	74
¿Obedecer por amor o por miedo?	82
¿Cómo evitar que el niño se sienta agredido o maltratado?	83
La relación con los hermanos y el reglamento de convivencia	86
Plan de actividades	91
Hábitos	94
Cómo hacer la tarea	95
Otros ejercicios terapéuticos	108
Rabietas	109
¿Cómo hacerlo entender lo negativo de las rabietas?	112
Los sentimientos y la personalidad	114
Autoestima y la formación de la personalidad en el niño	115
¿Por qué es importante la autoestima?	115
Definiciones	116
Elementos y características de la autoestima	116
Etapas del desarrollo de la autoestima	118
Principales fuentes de la baja autoestima	120
Actitudes y estrategias para desarrollar la autoestima	122
Manejo de la ansiedad	127
La sociedad y la formación de la personalidad en el niño	131
La relación con la escuela y los maestros	133
Evaluación del tratamiento	136
CAPÍTULO 3	139
Consejos para el director	139
Consejos para el psicólogo escolar	141
Actitudes y estrategias para los maestros	143
Cómo tratar a los padres	144
Protocolo de obediencia	145
Ubicación del alumno en el salón de clases	146
Para la realización de actividades en clases	147
Motivación	150
Control de la conducta, para salir al baño	150

Si no sigue instrucciones	151
En la clase de educación física o en el recreo	151
Si reacciona con rebeldía	152
Para el grupo	153
Testimonio	157
Bibliografía	159

## CARTA DE UNA MAMÁ CON UN HIJO CON DDAH A OTRA MAMÁ EN LAS MISMAS CIRCUNSTANCIAS

Para ti, mamá:

¡Hola, mamá! No nos conocemos, pero en este momento compartimos diversos sentimientos: angustia, dolor, desesperanza, tristeza, pena, incertidumbre e impotencia; pero, sobre todo, compartimos el amor por nuestro hijo.

Tú le has dado la vida y lo has imaginado como el mejor de los hijos, el mejor estudiante, buen amigo, mejor compañero, excelente ser humano y profesional. Pero lo que más deseas es que sea feliz.

Ahora, en esta delicada situación, en la que te sientes lastimada por los reportes de mal comportamiento de tu pequeño (no obedece, no trabaja, lastima a sus compañeros, no se integra a las actividades, no respeta turnos o dice malas palabras, etc.), quiero que sepas que sí hay solución. Tan sólo confía y permítete recibir la ayuda de los profesores de su escuela y de personas capacitadas para tratar este tipo de problemas. Ten en mente que será necesario mucho trabajo, tolerancia, paciencia y constancia...

Tómense de la mano (tú, tu hijo y tu esposo u otro ser cercano), y siéntete segura de que no sólo reducirán el problema, sino que lo resolverán.

Estoy muy contenta de escribirte estas líneas. Ahora mi familia es muy sólida y estamos tranquilos. El maestro Miguel nos ayudó con nuestro hijo, nos enseñó técnicas y juegos para ayudarnos a educarlo. Estamos muy contentos, todo este proceso nos unió más y ahora disfrutamos hasta de los pequeños detalles.

Mamá, te deseo mucha suerte. Sé que eres una mujer muy fuerte, que mantendrás unida a tu familia y lograrás solucionar esta situación.

*Gladys Cervantes Herrera*

## CAPÍTULO I

# LA ATENCIÓN Y EL DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD

Si tienes la certeza o sospechas que tu hijo presenta síntomas que responden al Desorden de Déficit de Atención e Hiperactividad, probablemente experimentarás diversos estados emocionales desagradables; el primero puede ser la ansiedad generada por la duda.

### Duda

Tu hijo aprendió a caminar, pero notas que no es el niño que esperabas. Es llorón, hace rabietas con facilidad. Observas que no es apacible como la mayoría de los pequeños de su edad. En tus reflexiones inferes que posee un carácter diferente. Obviamente, eso generará confusión en tu interior.

Después, al entrar a la guardería, grita y corre; pensarás que no recibe cariño como tú se lo prodigas o como quisieras. Las maestras se quejan porque en la escuela hace berrinches y no sabe compartir.

Por no querer exponer el problema a terceros entrarás en un estado de desazón, inseguridad e incertidumbre. Posteriormente te cuestionarás “¿habrá algo mal en el desarrollo de mi hijo?, ¿el desarrollo de su atención es normal?” Será común sentir que tu vida está amenazada e intentarás no pensar en esas preguntas.

En las primeras tres secciones de este capítulo encontrarás información sobre la atención, la cual te ayudará a resolver tus dudas.

## La atención

Contrario a la idea general, la atención no es una habilidad mental unitaria. Sin embargo, es posible separarla en cinco operaciones<sup>1</sup> o habilidades mentales diferentes, las cuales tienen lugar en diferentes etapas del desarrollo infantil:

1. Atención focal: La primera y más significativa de estas habilidades es el dominio de la “atención voluntaria” sobre la atención involuntaria o atención perceptual. La función de esta habilidad consiste en decidir a qué estímulos atender. Si esto no sucede, predominará la atención perceptual.<sup>2</sup> Cualquier estímulo, al presentarse, “llamará” la atención si es notable por su contraste, su tamaño, intensidad o significado.<sup>3</sup>

Es importante señalar que el objeto de la atención no se limita a las percepciones o estímulos externos y fisiológicos; mediante la atención se pueden enfocar ideas y recuerdos, es decir, estímulos mentales o internos.<sup>4</sup>

2. Atención sostenida: Está relacionada con el tono, la fuerza de la atención o la resistencia a la fatiga. Es la capacidad para permanecer atendiendo un estímulo durante un periodo de tiempo. Cualquier persona puede atender un asunto sin distraerse por un lapso de 10 a 15 minutos;<sup>5</sup> después de ese tiempo, las neuronas se fatigan y resulta fácil que la atención perceptual se imponga sobre la atención voluntaria. Esta

<sup>1</sup> Este análisis coincide con otras descripciones modernas en dos aspectos (Leahey, T.H. y R.J. Harris); o tres (Posner y Boies, 1971, citado por Ll.V. Mars, 2004). Excepto la teoría pavloviana de las funciones cerebrales superiores, no existe una teoría que considere estas cuatro operaciones de la atención en conjunto. En cambio, hay modelos, o “mini” teorías para cada una de estas operaciones.

<sup>2</sup> La atención perceptual o tónica nos permite estar alerta y reaccionar ante estímulos significativos. Funciona de forma “automática” e inconsciente, incluso cuando estamos dormidos. Nos permite sentir que está temblando o despertar en la noche ante ruidos extraños; además de las percepciones tiene como objeto generar ideas (por ejemplo, recordar algo importante o traer a la mente recuerdos de forma espontánea).

<sup>3</sup> Los niños con daño neurológico no tienen dominio, no pueden escoger a qué estímulo atender, están a la deriva, son víctimas del estímulo inmediato. Esto sugiere que el dominio es una cualidad innata y madura progresivamente con la edad.

<sup>4</sup> Esta capacidad seguramente está relacionada con el control y la impulsividad. Cuando no hay suficiente control, predomina la impulsividad, la cual se manifiesta en forma de hiperactividad.

<sup>5</sup> Esto se vincula con el hecho de que las neuronas responden ante la estimulación continua durante “x” minutos, según el tipo de fibra y circuito del que se trate. Después de ese tiempo, la neurona se fatiga y deja de responder. Para reponer su capacidad es necesario que pase cierto tiempo.

## CAPÍTULO 2

### GUÍA PARA PADRES

#### Aceptación

Dejas de estar solamente o simplemente comprometida con en el tratamiento, para involucrarte en el aspecto emocional.

Es como si despertara tu amor por tu hijo y su situación. Dejas de mirar atrás, de buscar culpable o el origen. El amor no debería generar sentimientos negativos. Mirar atrás lleva al desaliento, mirar hacia el futuro conlleva esperanza.

En las siguientes secciones hay suficiente información que te ayudará a percibir mejor tus cualidades, tus potencialidades y desarrollarás la esperanza.

La principal terapia psicopedagógica la realizan los padres en el hogar, en la forma habitual en que el niño convive, trabaja y realiza sus actividades. La base terapéutica no la realizan los maestros, ni los psicólogos, ni el médico; la realizan los padres en el hogar.

Por esta razón, es necesario primero considerar los aspectos vinculados con la familia, los padres y la educación de los hijos en el hogar.

## El matrimonio

*El amor de los padres por sus hijos es la forma de amor más excelente de amor humano.*

Dos de las principales variables del éxito del tratamiento para los niños con DDAH son el tiempo que los padres pueden estar con ellos y la calidad del matrimonio.

La afirmación: “En la educación de los hijos, el matrimonio es primero”, a primera vista nos parece anticuada y moralista, pero es una realidad. En situaciones generales, en un matrimonio, mientras no haya hijos, un cónyuge se sacrifica por el otro cónyuge. Pero, cuando hay hijos, no se va a sacrificar a un hijo por darle gusto al otro cónyuge. Por lo común, cuando se trata de la educación de los hijos, un padre o una madre no sacrifica lo que considera importante para la educación de un hijo, con tal de satisfacer la opinión del cónyuge o evitar conflicto.

Esta situación se agudiza en el caso de un hijo con DDAH, pues la necesidad de educarlo es más fuerte, y los conflictos ocasionados por su conducta son más serios.

La educación de un hijo con DDAH pone a prueba la calidad de la unión del matrimonio, la fortaleza y la madurez personal. En el caso de las madres y los padres solteros ocurre lo mismo: la educación de un hijo con DDAH pone a prueba la fortaleza y la madurez personal, así como la unión de la familia.

La base del problema es que cada padre, dependiendo de su personalidad y experiencia tienen ideas diferentes “de lo que es mejor” para su hijo.

### Caso 4. La mejor mamá es la madre soltera

En una ocasión solicitó los servicios del consultorio una mujer profesional joven. Una neuróloga de una institución pública, vivía con su hijo en la casa de su mamá.

El motivo de la consulta giraba en torno a que el niño era muy consentido por su abuela, y manifestaba problemas de conducta y adaptación en la escuela. Sin embargo, el problema era en realidad que la madre sufría por el abandono de su esposo.

Los psicólogos no están en situación de superioridad emocional o moral para dar la solución a las personas; suele suceder lo contrario: las personas que logran superarse son las que tienen ese potencial de calidad emocional.

## CAPÍTULO 3

### GUÍA PARA MAESTROS

#### Consejos para el director

Todas las instituciones tienen buenos y malos momentos. En el caso de las escuelas tienen buenos momentos cuando cuentan con un buen director. Una escuela es lo que es su director. La personalidad del director se hace sentir en sus maestros.

La experiencia de tener un alumno con DDAH pone a prueba y hace madurar la personalidad del director. Antes de recibir a un alumno con DDAH una escuela debe trazar estrategias como las siguientes.

#### *Estrategias*

- Tener un proyecto pedagógico.
- Tener explícita entre los valores de la escuela, la integración.
- Hacer firmar a los padres su conocimiento del reglamento escolar y los valores de la escuela.
- En el reglamento se incluye una condición, en caso de solicitarlo la escuela, de que los padres puedan tomar apoyo profesional externo siempre que se requiera por problemas de aprendizaje y de conducta.
- En los casos particulares, hacer que los padres firmen el reglamento con la condición citada anteriormente.
- Contar con un departamento psicopedagógico.
- Seleccionar a los profesores de los primeros grados, considerando que en esos grupos, es más probable la primera atención de alumnos con DDAH.

- ☪ Capacitar a los profesores de actividades como lengua extranjera, artes, computación, porque debido a su falta de formación pedagógica, es en esas clases y con esos maestros, donde más se presentan los problemas de conducta.
- ☪ Tener un límite de niños con problemas de conducta, por ejemplo dos por cada grupo de 15.

### Al recibir a un alumno con DDAH

Advertir, al principio del ciclo, a los padres de los compañeros sobre “posibles dificultades de desarrollo social del grupo” antes de que se presente algún problema. Señalar el valor de la integración y pedirles su solidaridad con las decisiones que tome la escuela.

Pedir a los padres del grupo que si tienen alguna queja del alumno, se la den a la maestra o la psicóloga, evitando el reclamo directo a los papás.

#### Caso 21. Saque a ese niño de la escuela o yo saco a mi hija

Había en preescolar “un niño terrible”: en un instante corría, tiraba las cosas, golpeaba a sus compañeritos, chocaba y se lastimaba él mismo. Sólo su maestra y la directora sabían que el niño no convivía con su mamá porque frecuentemente era internada en un hospital psiquiátrico y que su padre era alcohólico, haciendo sufrir al niño y a sus hermanitas por las noches.

Un día, la madre de una compañerita de este niño se presentó a reclamarle a la directora por la falta de seguridad para su hija; irritada, le exigió la expulsión del niño, argumentando que era más importante su deber con la mayoría del grupo, que el derecho de un solo niño.

La directora le contestó con paciencia y con cariño: “Señora, yo no puedo evitar que usted se lleve a su hija de la escuela, pues su hija la tiene a usted, pero tampoco me puede obligar a que expulse a este niño, porque él sólo me tiene a mí y estoy dispuesta a enfrentar las consecuencias”.

¿Cómo autocorregirse si no hay experiencia de perdón? Si a un niño o a un adulto nunca lo van a perdonar, ¿con qué confianza intentar cambiar?

El niño terminó preescolar. En cuanto pudieron, sus hermanas formaron otra familia. Él emigró “al norte” a trabajar. Ya adulto regresó, recogió a su madre del hospital y se la llevó a vivir con él. Trabajaba reparando artículos electrodomésticos.

Una de las funciones más importantes es la de tomar la decisión de mantener o suspender alumnos.

Ocurre con frecuencia que algunos padres inmaduros tratan de chantajear a los directores pidiendo la suspensión de un alumno con DDAH con la amenaza de llevarse a sus hijos de la escuela.

La experiencia señala que se captan más colegiaturas con un trabajo exitoso con alumnos con DDAH, que dejándose chantajear por personas conflictivas.

Ofrecer atención y apoyo constantes al maestro

Asegurarse de mantener la discreción sobre el padecimiento del alumno.

Que los profesores o el personal de la escuela no informen o divulguen que el niño tiene DDAH, ya que los efectos son muy negativos.

Caso 22. Una madre admirable

Una joven comenta a una madre de varios hijos, uno de ellos con DDAH: “Me parece admirable: ¿cómo hiciste para formar a tantos hijos?” Ella respondió: “Cuando los amas sientes dentro de ti una fuerza tan grande, que reconoces que no es tuya”.

Seguramente por eso Gabriela Mistral afirmó que: “Educar es la forma más alta de buscar a Dios”.

## Consejos para el psicólogo escolar

- ☞ Realizar el diagnóstico desde preescolar; hacerlo en primaria resulta bastante tarde.
- ☞ A los niños menores de cinco años que reúnen síntomas, es recomendable brindar apoyo psicoeducativo.
- ☞ Intentar siempre primero el tratamiento psicológico. Si el niño y la familia responden, se evita el tratamiento farmacológico.

- Aplicar siempre las pruebas más conocidas (Cuestionario de Conners y EDAH) porque facilitan comunicar la información.
- Diseñar formatos. Detectar al niño con problemas de aprendizaje y conducta primero; no referirlo antes el maestro.
- Realizar un examen de hábitos diarios de los alumnos de preescolar, pero, además de la actividad y la hora, registrar la manera cómo la realiza. Con este examen ya se puede tener una percepción sobre los problemas de obediencia y conducta.
- Realizar un plan de capacitación de padres sobre hábitos, obediencia, disciplina en el hogar.
- Elaborar una lista de profesionales médicos y psicólogos, que conozca personalmente, honestos, que no diagnostiquen positivamente todos los casos de sospecha para beneficiarse.
- Diseñar y realizar registros de observación de la conducta en la escuela. Es un elemento básico para el diagnóstico.
- Realizar la canalización, en preescolar (cinco a seis años), para darle más oportunidad al tratamiento.
- Procurar que primero se intente el tratamiento psicológico, para observar si el niño responde, antes de administrar el tratamiento farmacológico.
- Evitar dar a los padres la oportunidad de escoger el tratamiento para el niño; canalizarlos con el profesional que, de acuerdo con su experiencia, sea el más adecuado para el caso.
- Para la canalización, redactar una carta motivadora dirigida a los padres antes de la entrevista para solicitar canalizar al niño con un profesional externo.
- Pedir referencias de las solicitudes de inscripción externa o extemporánea, consultar con el psicólogo de la escuela de origen, localizar cuál fue la causa de la suspensión y darle seguimiento a las mismas recomendaciones que les dieron a los padres en esa escuela.
- Actuar como director y coordinador del tratamiento. Pedir informes y acciones al médico y al psicólogo externo. El objetivo es apoyar el trabajo del maestro atendiendo los aspectos que el maestro no puede.
- Verificar que se les esté dando atención a los padres.
- Para respaldar al maestro se puede ofrecer un apoyo, no una terapia, dentro de la escuela, organizando un grupo especial. A los niños que presenten dificultades de aprendizaje se les ofrece una clase especial de estimulación de habilidades mentales.

- ☞ Paralelamente se puede formar un grupo de “padres especiales” y, a manera de un grupo de apoyo, ofrecerles un espacio de desahogo emocional e instrucción sobre habilidades para la educación de niños con DDAH.
- ☞ Tratar bien a los padres, en la medida que se les ofrezca buena información y comprensión, se facilita el tratamiento.

### Caso 23. Esta no es escuela para su hijo

Una joven madre de buena posición social escogió para su hijo con DDAH una escuela preescolar con la idea de brindar a su hijo un ambiente de libertad, donde el niño pudiera escoger sus actividades, expresarse y desarrollarse mejor.

Un año después, cuando fue a pagar la inscripción para la primaria, la directora se negó a recibirla explicando que su hijo no podía hacer la primaria allí porque “esta no es una escuela para su hijo”.

La mamá no pudo llorar en ese momento, se desahogó en la consulta. Lloraba de rabia por sentirse engañada, porque la habían ilusionado un año, por conjeturas negativas de esa frase: “¿A dónde quiere que lo lleve?, ¿a una escuela para locos?”. Lloraba de tristeza porque era una forma de exclusión para un niño inocente.

Finalmente, con la ayuda del profesional se le encontró una buena escuela al paciente.

### Actitudes y estrategias para los maestros

Es justo comenzar por un reconocimiento. El mérito de lograr que un niño con DDAH aprenda y autocontrole su conducta, es en su mayor parte producto de la relación del profesor y el alumno. A diferencia de los padres, el maestro trabaja con el grupo, controla la interacción social y trabaja con el niño más tiempo que el psicólogo externo y el médico.

#### *Estrategias*

- ♡ La actitud básica es apoyarse en el director. Informa y consulta sobre los planes que tienes para desarrollar la clase con el grupo y el alumno con DDAH. A los profesores se les pide que desarrollen mu-

chas actividades en el tiempo de clase; además de los planes básicos y oficiales existen numerosas actividades que es necesario realizar y registrar. El problema es que no hay tiempo suficiente para hacer todo. Si tienes un alumno con DDAH y necesitas dedicarle tiempo, realiza una jerarquía de estas actividades y suprime las que consideres menos importantes o te quiten más tiempo. Solicita a tu director que te apoye descargándote de algunas de estas actividades. Si te ayuda, confíale también tus sentimientos. A diferencia de otros trabajos, el trabajo docente implica un desarrollo emocional, porque está muy próximo al papel de los padres. Ser receptivo no es señal de debilidad o inmadurez. Considera y procura aceptar el consejo emocional.

- ♡ Amar al alumno con DDAH. No tiene mérito amar a los alumnos que nos agradan, eso no es amor sino simpatía; el mérito es amar al alumno desagradable y problemático. La parte más importante de la vocación docente es, precisamente, el amor.

## Cómo tratar a los padres

“Cada persona lleva en su corazón la semilla de su propia superación”

No hay nadie que ame más a un niño que sus propios padres; quizá se equivoquen en la forma, pero con el acompañamiento que pueden hacer los maestros, los padres, de forma espontánea y admirable, encuentran su propio camino.

## Actitudes

- ♡ La relación entre el profesor y el padre de un niño con DDAH cambia; esto se debe al proceso de adaptación por el que pasan los padres.<sup>1</sup> Ajusta tu actitud de acuerdo con las necesidades de estos.
- ♡ La primera actitud es de paciencia; quizá sea necesario perdonar. La segunda actitud es de asesoría, actúa como si se tratara de ayudar a otro maestro mostrándole cómo dar clase.

<sup>1</sup> Leer las secciones de este manual: “La relación con la escuela y los maestros”, e “Introducción” de la guía de padres.

- ♥ Anticípate. No dejes que primero surja un problema para que los padres te pidan una entrevista; programa entrevistas y asesorías cuando menos mensualmente.

Es muy probable que al final del ciclo escolar llegues a descubrir que es más conmovedor trabajar con las madres que con los niños.

¿Por qué permitir que un niño con DDAH permanezca en la escuela de mi hijo?

¿En qué beneficia a mi hijo el sacrificarse por mantener a un agresor en la escuela?

Acoger a un niño con DDAH en la escuela tiene beneficios, no materiales o inmediatos, pero sí muy valiosos:

- Es un reto moral. Elegir entre actuar mezquinamente, pero con seguridad o actuar con generosidad, con verdadero amor.
- Es un ensayo moral, es un ensayo de personalidad. La mejor herencia que le podemos dar a nuestros hijos es una buena personalidad. Una buena personalidad no la forman los maestros en la escuela. La forman los padres en casa, con sus decisiones y su actuación. Esta es una excelente oportunidad para realizar de forma explícita una experiencia moral y de personalidad.
- Le dan dinámica y movimiento al grupo.
- Nos obligan a reaccionar con nobleza.
- Se vuelven ejemplo de autodomínio y fuerza personal en el que nuestros hijos son coprotagonistas.
- Tienen a desarrollarse como líderes o emprendedores.

Y como sociedad:

- Evitamos que un niño se pierda.

## Protocolo de obediencia

Para el trabajo dentro del salón de clases, lee la sección “Cómo hacer la tarea” de la guía de padres de este mismo libro.