

## **ORIENTACIONES A LOS PADRES DE NIÑOS CON DÉFICIT DE ATENCIÓN**

---

El objetivo de estas Orientaciones no es sustituir la intervención de un profesional del Asesoramiento y la Orientación Educativa. Cada niño y adolescente constituye un caso diferente: sus características le hacen único, distinto a los demás, aunque similar en algunos aspectos a otros. Sus padres y hermanos son diferentes a los de los demás niños hiperactivos; sus actitudes, valores y hábitos educativos son diferentes entre unos y otros. Las experiencias de vida de cada persona le hacen en todo caso único y muy diferente a los demás.

En resumen: como usted puede comprobar, no es posible escribir un listado de consejos que resulten eficaces para resolver la diversidad de problemas que un hijo hiperactivo proporciona a sus padres y educadores. Sólo, tras un proceso de evaluación psicopedagógica es posible diseñar un Consejo Orientador adecuado a cada caso.

Sin embargo, muchos padres y profesores no tienen fácil acceso a profesionales expertos en el Asesoramiento Educativo sobre estos niños. Para suplir esa deficiencia se ha publicado el libro "S.O.S. en el Aula. Ayudas para Profesores de Niños Hiperactivos e Inatentos". Sin embargo, deseamos exponer a continuación una lista de consejos breves, sencillos y adecuados para aplicar a la educación y al trato diario con niños hiperactivos y con otros niños que, sin ser hiperactivos, resultan difíciles de educar. Debe entenderse que estos Consejos pueden ser insuficientes para resolver su problema.

### **Desde el primer año de vida del Niño...**

Aunque de un niño de pocos meses no puede ni siquiera sospecharse que pudiera ser Hiperactivo, los padres tienden a dejarse llevar por las emociones y, si el niño no come bien, no duerme bien o llora mucho, tienden a hablarle en voz alta (casi gritarle) y muy deprisa. Lo suelen tomar en brazos con energía, ejerciendo gran presión sobre su cuerpo y moviéndolo con brusquedad.

Esta manera de tratar a un niño pequeño constituye una forma de comunicación entre los padres y el hijo, que éste "percibe emocionalmente", reaccionando con ansiedad, temor, con lo que suele agravarse el problema.

Por lo tanto, mientras su hijo sea pequeño:

... háblele en voz baja y despacio: no entenderá lo que le dice, pero sentirá su afecto al oír su voz en intensidad baja y ritmo lento.

... cuando lo tome en brazos, procure hacerlo sin brusquedad y con una suave presión sobre su cuerpo.

... tenga paciencia y comprensión, dos ramas que brotan siempre del árbol del amor; años más tarde obtendrá la recompensa: los resultados de un hijo educado con amor es la mejor recompensa para unos padres.

### **Desde que comienza a ir al Colegio...**

Hable con sus educadores y explíqueles bien las características de su hijo. Hábleles de su temperamento, sus habilidades, sus buenos y malos hábitos en casa,... Facilite que los educadores conozcan cuanto antes a su hijo. De esa forma evitará que puedan equivocarse en el trato que le proporcionan por desconocimiento.

Haga esto mismo con cada comienzo de curso escolar. Si su hijo tiene un diagnóstico clínico de Hiperactivo, asegúrese de que sus profesores conocen en qué consiste la Hiperactividad y que están dispuestos a adecuar la enseñanza a su condición de Hiperactivo. Nunca admitan que le digan que a su hijo no se le puede tratar de manera diferente a los demás: su hijo ES DIFERENTE A LOS DEMÁS y la legislación educativa establece que cada niño debe ser tratado educativamente de acuerdo a sus aptitudes y características. Si no consigue que el Profesor admita esta necesidad, *que nunca debe consistir en un privilegio sobre los demás niños*, sino en un conjunto de medidas educativas en el contexto de atención a la diversidad, acuda a la Dirección del Centro Educativo para exponer su caso. Si tampoco recibe la atención adecuada, solicite asesoramiento en la Asociación de Padres más próxima a su localidad de residencia, donde le informarán como efectuar una reclamación a la Inspección Técnica de Educación o a la Dirección General de Educación de la Consejería de Educación de su Comunidad Autónoma.

Solamente, en casos extremos y siempre y cuando la situación escolar esté ocasionando a su hijo un importante trastorno, considere la posibilidad de proceder por la vía jurídica interponiendo una demanda por malos tratos psíquicos ante el Juzgado de Guardia de su localidad. Recuerde siempre que el bienestar de un niño está por encima de cualquier otra consideración. Su responsabilidad como padres no puede delegarse en Maestros, Médicos, Psicólogos u otras autoridades.

Eso sí, antes de exigir responsabilidades a los demás, asegúrese siempre de haber cumplido usted con las suyas. Evite en la medida de lo posible la confrontación con los profesores de sus hijos. En la mayoría de los casos ellos hacen lo que pueden y tratan de actuar de la mejor manera posible. Muéstrese comprensivo y colaborador con ellos y sólo en casos excepcionales inicie un procedimiento judicial.

Con respecto al desarrollo de la escolaridad, acostúmbrese a preguntar a su hijo por las actividades escolares: felicítele por sus logros, anímele cuando presente dificultades, muéstrelle su apoyo cuando fracasa en alguna actividad. Nunca lo recrimine con la finalidad de provocar un cambio en su conducta, las recriminaciones ponen a las personas a la defensiva, les hacen sentirse agredidas y sólo favorecen conductas de huida o evitación.

Mantenga un calendario de éxitos o una cartilla de bonos felicitadores en la habitación de su hijo (9). Entregue estos bonos a sus profesores y pídales que se los entreguen diariamente, de acuerdo a sus progresos académicos o de conducta social.

Nunca muestren a su hijo que están disgustados con él por una mala calificación en conducta o en un área curricular: eviten asociar la valía del niño como persona con su valía como escolar (11).

### **Cuando reciben alguna queja de los Profesores...**

Escuchen las explicaciones de su hijo mostrándose comprensivos, pacientes y tolerantes, antes de comenzar una serie de recriminaciones. Contrasten lo que su hijo les comenta con la información de sus profesores: hablen con su tutor por teléfono lo antes posible y acuerden una entrevista personal para aclarar muy concretamente el motivo de sus quejas. Tenga presente que en muchas ocasiones los niños hiperactivos son provocados por sus compañeros o incluso por profesores descuidados. Soliciten al profesor aclaraciones sobre lo que cuenta su hijo. Piensen que un 75% de las veces su hijo “tiene razón” y sólo un 25% de las veces se ha portado indiscutiblemente mal.

Hablen con su hijo y muéstrenle apoyo y comprensión si ha sido tratado injustamente, pero háganle ver la necesidad de aprender a “evitar provocaciones” y a resolver situaciones de manera exitosa. No traten de proteger excesivamente a su hijo, mejor enséñenle a cuidar de sí mismo.

Nunca busquen excusas para justificar comportamientos inadecuados de su hijo con profesores y compañeros. Una cosa es comprender y otra bien diferente excusar. Se puede comprender que un niño hable, pero no se puede tolerar que insulte. Se puede comprender que tenga que moverse cada cierto tiempo, pero no se puede permitir que golpee a los demás, los empuje o les rompa sus materiales o juguetes. Ser Hiperactivo nunca puede ser una excusa para comportarse de forma desconsiderada, agresiva, violenta, desordenada,...

Tenga siempre presente que los Psicólogos hacemos siempre un diagnóstico doble sobre estos niños: hiperactivo y mal educado o hiperactivo y bien educado.

La mala educación es el resultado de la tolerancia excesiva, no de la comprensión y el amor a los hijos.

### **Cuando reciben alguna queja de otros Padres o familiares...**

En estas ocasiones les sugerimos que actúen de una manera similar al caso de los Profesores: escuchen las explicaciones de su hijo mostrándose comprensivos, pacientes y tolerantes, antes de comenzar a recriminarles. Muchos padres se sienten humillados cuando otras personas les dan quejas de sus hijos y esto les impide actuar con

ecuanimidad. Contrasten lo que su hijo les comenta sobre las quejas recibidas de hermanos, tíos, vecinos, etc. Tenga presente que en muchas ocasiones los familiares, amigos y vecinos tienden a tratar a los niños hiperactivos con excesivo rigor.

### **De manera general, en su Casa...**

Una vez conozcan ustedes que su hijo es Hiperactivo, acepten su condición y tomen la decisión de no intentar “volver negro lo que es blanco”.

Por lo tanto: no le critiquen por moverse en exceso, por no estarse quieto o callado, o por abandonar cosas que empieza. Mejor háganle comentarios de elogio cuando está moderadamente quieto, anímenlo cuando está haciendo algo para que lo termine, sugiéndole que haga un descanso pero que vuelva a terminarlo. Incentívenlo con un privilegio o recompensa: comida, postre, TV, etc. si realiza algo que ustedes desean.

No le sobrecarguen de actividades extraescolares, ni permitan que él lo haga. Puede dejarse llevar por las emociones, pero luego no podrá desarrollarlas todas con éxito y aumentará su frustración. Anímenlo a realizar actividades que no ocupen tiempos largos (jugar a los bolos, al fútbol, a las damas, manualidades no excesivamente complejas,...) No le sugiera juegos como el dominó o el ajedrez porque requieren mucha concentración, excepto si él lo solicita por iniciativa propia. Cuando le encarguen alguna tarea doméstica permítanle que él elija la forma en que la realiza. No le exijan un cumplimiento estricto de lo solicitado.

No traten de prohibirle actividades con riesgo. Permítanle tener experiencias desagradables y dolorosas. Solamente impidan lo que puede ocasionarle un daño o perjuicio grande o irreversible. Cuando suceda lo que ustedes esperan: un daño o perjuicio, NO ACTÚEN CON RENCOR. Nunca le digan: *¿no te lo había dicho yo?* Su hijo es hiperactivo, pero no es un “desmemoriado”. Ya lo recordará por su cuenta, sin necesidad de que usted –su padre o madre- le *“meta el dedo en la herida”*.

En estos casos, lo mejor es aprovechar la ocasión para hacerle ver la relación entre *lo que ha hecho, cómo lo ha hecho y lo que le ha sucedido después*. Imagine usted como se sentiría si deja su coche mal estacionado, su acompañante le anticipa, *“si lo dejas ahí, te pueden multar”*, y, al volver, se encuentra con una notificación de sanción y su acompañante le dice con un tono de superioridad: *jya te lo advertí; si me hubieras hecho caso! ....*

Cada vez que le encarguen una tarea, pídanle que les repita en voz alta lo que tiene que hacer. Sólo así ustedes se aseguran de que les ha entendido bien (y que, por supuesto, les ha escuchado cuando le hablaban). Nunca le hagan recriminaciones justo inmediatamente después de haber cometido una falta. Esperen al día siguiente, busquen un momento adecuado para sentarle en el salón y empiecen a comentarle lo que sucedió el

día anterior. Háganle reflexionar sobre lo que hizo, cuándo, dónde y cómo lo hizo, y lo que sucedió después: un perjuicio a sí mismo o a otra persona.

No le pregunten Por Qué hizo algo inadecuado. La respuesta se la damos nosotros ahora mismo: ¡PORQUE LE APETECÍA o SE LE OCURRIÓ HACERLO! *¿Qué respuesta espera usted conseguir con semejante pregunta?* Claro que su hijo nunca le dirá esto. Tratará de encontrar una excusa y se adiestrará durante las múltiples ocasiones de este tipo que le brindará su infancia para adquirir este hábito en la adultez. ¿Saben ustedes por qué estamos escribiendo esta Guía? ¿Saben ustedes por qué nos harán caso en algunas de nuestras recomendaciones e ignorarán otras? Pues por la misma razón: porque les parece bien o no les parece bien lo que leen aquí. O sea, porque les apetece o no les apetece, porque les gusta o no les gusta.

¿Se han dado cuenta de la facilidad con que encuentran “razonables” muchas cosas que “les apetece”? Y, ¿se han percatado de la rapidez con que encuentran ustedes argumentos razonables para no hacer lo que no les apetece? Sean honrados con sus hijos y su modelo influirá poderosamente en ellos. Quizás no lo vean de inmediato pero si están dispuestos a confiar en nosotros hagan esto con sus hijos:

Piensen en voz alta sobre los acontecimientos de la vida cotidiana, expresando sus sentimientos y emociones sobre ellos; comenten cómo valoran las cosas, permitiendo que sus hijos les pidan aclaraciones y ofreciéndoselas. Lleven a sus hijos con ustedes a diversos lugares, supermercados, tiendas, cines, a reparar el coche, a la tintorería, al banco,..., durante el trayecto de un lugar a otro, vayan hablando con ellos, cuénteles cosas de ustedes, compartan con ellos sus planes, sus preocupaciones, sus gustos, sus temores, sus alegrías y satisfacciones. Háganles saber lo que ustedes opinan de los líderes nacionales o internacionales, de la religión, el deporte, la cultura, la política o sobre la situación mundial. No hablen mucho rato ni con frases muy complicadas. Hagan pausas y comprobarán como sus hijos empiezan a hablar con ustedes. Aprovechen ese momento para escucharles, preguntarles,...

Muestran aprobación de la mayoría de las cosas que les dicen y reservan las críticas para lo que pueda ser realmente importante. Felicitan a sus hijos cuando muestran actitudes y valores que ustedes desean inculcarles. Guardan silencio cuando no comparten algo y expresan su disconformidad con lo que no les parezca bien.

Si quieren que sus hijos sean ordenados, permitan que les vean a ustedes... ordenando. Si no les ven pueden creer que las cosas se ordenan solas...

Si quieren que sus hijos digan la verdad, permitan que les oigan asumiendo sus responsabilidades; que no les oigan decir mentiras...

Si quieren que sus hijos reflexionen antes de actuar, no les den respuestas rápidas, sino que, con frecuencia, les pueden decir: *espera un momento que lo piense...*

Si no quieren que sus hijos griten, no griten ustedes.

En pocas palabras, hagan partícipes a sus hijos de sus pensamientos, sus ideas y sus valores; expresen sus emociones y sentimientos en voz alta y permítanles que observen sus estilos de vida, sus hábitos de comportamiento. Si hacen esto, evitarán muchos problemas y se ahorrarán una pasta en Psicólogos...

Por otra parte, si usted cree que no puede seguir la mayoría de estos consejos, solicite ayuda a un profesional experto en el Asesoramiento y Orientación en Educación Asertiva.

## **LOS NIÑOS CON DÉFICIT DE ATENCIÓN SIN HIPERACTIVIDAD**

---

Cada vez son más numerosos los Padres que solicitan ayuda, tanto a las Asociaciones de Padres de Niños Hiperactivos, como a los profesionales de la Psicología, con relación a alguno de sus hijos que presenta problemas de atención pero sin hiperactividad:

- a) No se mueve excesivamente; puede que sea un niño activo, pero puede pasar mucho tiempo tranquilamente sentado, callado, realizando una actividad tranquila o con un juego reposado.
- b) No tiene problemas para terminar sus tareas o los juegos. Puede tardar porque se queda "ensimismado", abstraído, como "en la luna", pero, cuando se lo propone puede estar pintando, dibujando, haciendo rompecabezas o construcciones, un tiempo muy largo.
- c) En general, hace todas las cosas con lentitud: lavarse, vestirse, preparar sus materiales escolares; incluso piensa con cierta lentitud.

Con relación al resto de problemas que se mencionan en esta Guía, estos niños comparten muchos:

- a) Tienen retrasos en habilidades de autonomía
- b) Presentan retrasos en el aprendizaje de la lectura, escritura y cálculo
- c) Pueden tener dificultades para hacer amistades; si bien no son tan rechazados por los compañeros y amigos. Incluso, en bastantes de estos casos son muy apreciados por los iguales
- d) No tienen graves problemas de disciplina en el Colegio (al menos en los cuatro primeros cursos de Educación Primaria)
- e) Se les olvidan las cosas
- f) Acumulan retrasos escolares y pueden llegar a tener fracaso escolar
- g) En ocasiones, también presentan problemas de conducta; con más frecuencia a partir de los nueve años

Estos niños han venido siendo considerados un subtipo clínico de los niños con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) denominado: “predominantemente inatento”.

Como a los niños con TDAH, se les han prescrito medicamentos a base de metilfenidato, pero la realidad es que los resultados obtenidos con este tratamiento farmacológico han sido mucho menos eficaces que en los casos de Niños Hiperactivos (prácticamente inútiles)

En el momento actual, ya se han empezado a publicar algunos trabajos científicos que apoyan la hipótesis de que estos niños son muy diferentes de los Hiperactivos. Comparten con ellos muchas dificultades, especialmente las relacionadas con la atención. Verdaderamente se puede afirmar de ambos que presentan “déficit de atención”, pero los déficit de cada grupo son diferentes entre sí.

Todos los niños Hiperactivos tienen “Déficit de Atención Sostenida”, esto es: les cuesta mucho mantener la atención, pero cuando atienden, aunque sea poco tiempo, se puede afirmar que “atienden bien”. Obviamente, algunos de estos niños pueden presentar también dificultades de Eficacia Atencional, costándoles trabajo percibir los detalles significativos de las cosas y de las situaciones, pero son una minoría dentro de este grupo.

Por el contrario, los niños a quienes nos estamos refiriendo, no presentan de manera generalizada “déficit de atención sostenida”, aunque algunos sí, pero a partir de una cierta edad. En cambio, estos niños ponen de manifiesto, desde el comienzo de su escolaridad un claro “Déficit de Calidad o Eficacia Atencional”. Es decir: les cuesta percibir los detalles significativos de las cosas y de las situaciones, lo que constituye un serio problema para los aprendizajes de toda índole.

Debido, muy probablemente al empeño de la Asociación Psiquiátrica Americana (APA, DSM-IV y IVTR), en considerar a ambos grupos de niños formando parte del mismo problema, llevamos un notable retraso en las investigaciones realizadas sobre estos niños y muchas contradicciones en los resultados de las investigaciones con los anteriores.

Prueba de ello es que no se han publicado libros sobre los Niños con Déficit de Atención sin Hiperactividad, ni se dispone de investigaciones específicas con estos niños.

Sin embargo, en la actualidad se dispone de instrumentos eficaces para distinguir claramente a niños con diferentes capacidades atencionales: Escalas Magallanes de Atención Visual, EMAV y Escalas Magallanes de Identificación de Déficit de Atención (ESMIDAS).

Nota: Tomado de la Guía para Padres y Maestros editada por la Asociación CLARIDAD; autores: García Pérez, E.M. y Magaz, A., con autorización.