

## TEMA – 9. TRATAMIENTO PSICOLÓGICO Y PSICOPEDAGÓGICO<sup>1</sup>

JOAQUIN DÍAZ ATIENZA  
PSIQUIATRÍA INFANTO-JUVENIL  
ALMERÍA

---

### INTRODUCCIÓN

Existen más de 200 escuelas psicoterapéuticas (psicoanalítica, conductuales, cognitivas, integradora, bioenergética, transaccional, motivacional, aceptación y compromiso etc...) que ofrecerán estrategias para el tratamiento de cualquier patología psiquiátrica, incluyendo el TDAH. Las más difundidas son aquellas basadas en el modelo psicoanalítico, hoy en declive, y las del paradigma conductual-cognitivo.

Sin embargo, a partir del ampliamente difundido estudio MTA, se ha intentado introducir un cierto e intencionado relativismo en la eficacia de la intervención psicológica para tratar los síntomas nucleares del TDA: la hiperactividad, el déficit de atención y la impulsividad frente a la intervención farmacológica. En mi opinión, la intervención psicológica es tan imprescindible como la farmacológica. El abordaje siempre debe ser multicomponente, en el sentido de contemplar tanto la conveniencia de los tratamientos biológicos y la siempre necesaria intervención psicoterapéutica, aunque adaptada a las necesidades de cada caso concreto.

En este tema abordaremos en primer lugar lo que nos ofrece el paradigma psicoanalítico y a continuación el tratamiento cognitivo-conductual.

Hay que insistir que este tema está íntimamente relacionado con las orientaciones que dimos en el tema 8 al hablar de la intervención psicopedagógica, siendo una continuidad del mismo.

### PSICOANÁLISIS Y TDAH.

En el psicoanálisis no existe ni un abordaje ni una interpretación unitaria del TDAH. Y no existe tanto por planteamientos epistemológicos como por no creer en su existencia como entidad clínica.

Históricamente el concepto del TDAH, tal como hoy lo conocemos, formaba parte de una gran variedad de entidades que en la actualidad se encuentran separadas. Otro aspecto es que el psicoanálisis infantil se ha volcado desde siempre en explicar la hiperactividad como la expresión psicomotora de múltiples causas y bajo el nombre de inestabilidad psicomotora.

En este sentido, la hiperactividad sería un mecanismo de defensa y, por tanto, puede surgir en un contexto de tensión importante o bien como una demanda inconsciente de límites, de fronteras por parte del otro. Sería la vivencia imposible y problemática del cuerpo en acción. El niño “goza” de su hiperactividad. La inestabilidad psicomotora, por tanto y pos utilizar el vocablo psicoanalítico, sería una provocación defensiva por parte del niño.

El niño inestable busca sus propias fronteras y modificación del espacio. Con “sus tonterías” intenta subvertir el orden y la jerarquía. Es un intento de apropiarse de la omnipotencia del adulto. Esto último lo interpreta el psicoanálisis como una reivindicación hipomaniaca.

Las rabietas, los ruidos, las voces, son interpretadas como una forma identificadora, por parte del niño, con la figura de los adultos ya que serían comportamientos caricaturescos de éstos.

---

<sup>1</sup> En este capítulo abordamos de forma sucinta el tratamiento psicoterapéutico y el psicopedagógico.

La necesidad de vigilancia de la madre debido a sus conductas de riesgo, suelen interpretarse como algo infundido por la propia madre y dando lugar a los frecuentes comportamientos fóbicos del niño inestable. Algunos autores han llegado incluso a hablar de que la hiperactividad del niño podría considerarse como un actino inducido por la madre. Teniendo en cuenta esta interpretación, es lógico pensar que la intervención psicoanalítica se encuentre fundamentalmente en el trabajo con la madre, en la búsqueda de una relación de apego más segura.

#### TRATAMIENTO CONDUCTUAL-COGNITIVO.

La intervención conductual-cognitiva siempre se ha basado en consideración de que la hiperactividad es una conducta aprendida. Pero, contrariamente al psicoanálisis, ha tenido la suficiente "plasticidad" como para situar esta interpretación en un segundo plano. Igualmente, ha sabido modificar en base a los avances de la psicología experimental.

Hoy se considera que, independientemente de las conductas intrínsecas del TDAH, la modificación de éstas es posible de forma significativa con técnicas conductuales. A continuación describiremos de forma MUY ELEMENTAL las bases paradigmáticas de la modificación de conducta. Nos limitamos a una exposición sencilla pero necesaria para comprender las distintas técnicas que derivan de ella.

#### 1. El condicionamiento clásico o respondiente.

Fue descrito por Paulov y obedece al siguiente esquema:



La respuesta de un organismo iría precedida de un estímulo. El descubrimiento de Paulov es la posibilidad de crear una respuesta condicionada asociando un estímulo neutro a un estímulo incondicionado. Cuando se origina la respuesta condicionada ante la presentación del estímulo neutro, decimos que éste es un estímulo condicionado. Paulov también puso en evidencia algunas leyes por que regirían este modelo: la *extinción* de la respuesta condicionada, su *generalización*, la *sobregeneralización* y la *discriminación*.



Algo muy importante cuando aplicamos las técnicas de modificación de conducta es la relación temporal entre el estímulo condicionado y el incondicionado. No tener en cuenta este aspecto es lo que explica muchos de los fracasos de las técnicas derivadas de este paradigma. Muchos padres cuando les explicamos lo que deberían de hacer para modificar una determinada conducta problema nos contestan que "ya lo venían haciendo". Lo que no saben es que lo hacían mal. Algunas de las relaciones temporales serían:

- El condicionamiento simultáneo: El estímulo condicionado se presenta simultáneamente con el incondicionado. Sería el intervalo que produciría el condicionamiento más rápido. Tanto el estímulo condicionado como el incondicionado terminan al mismo tiempo.
- El condicionamiento diferido: El intervalo de tiempo entre el estímulo condicionado y el incondicionado es de unos 10 segundos. Igual que el anterior, terminan ambos al mismo tiempo.
- De huella: Existe un intervalo de tiempo entre el estímulo condicionado y el incondicionado
- Hacia atrás: El estímulo condicionado aparece después del incondicionado.

Las respuestas pueden ser manifiestas o encubiertas. Ver gráfico -1:

## 2. El condicionamiento operante.

Según este paradigma lo que se refuerza no es la conexión E-R sino la respuesta operante, transformando la Ley del Efecto (refuerzo de la conexión E-R) de Thorndike en la Ley del Refuerzo. En definitiva el organismo opera sobre el ambiente y las consecuencias de su actuación originan una modificación de su conducta: las actuaciones son reforzadas por sus consecuencias.

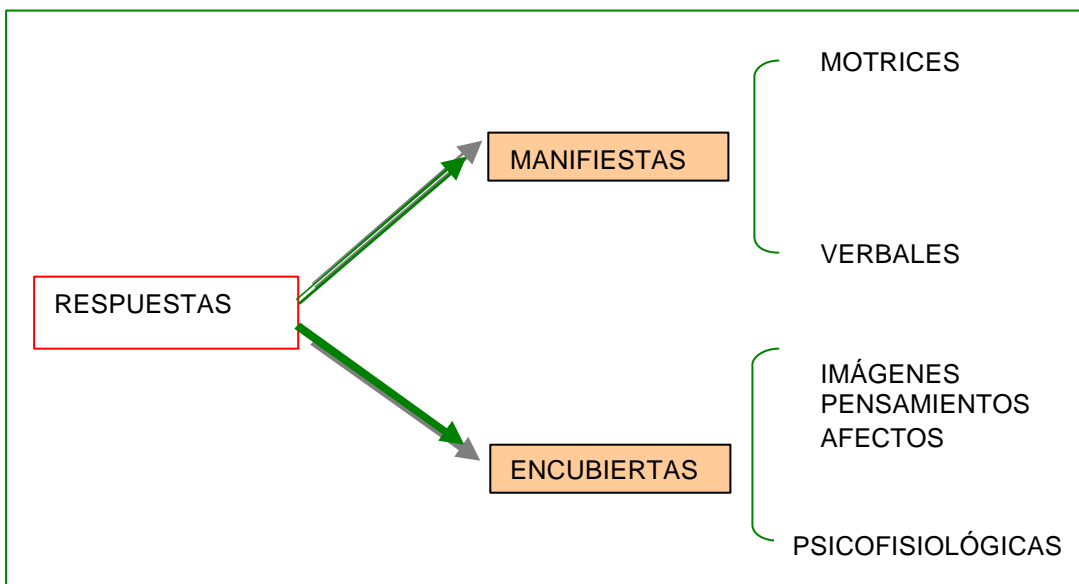
Un análisis adecuado de la interacción entre una persona, en nuestro caso, y su medio debe contemplar los siguientes aspectos:

- Las circunstancias en las que aparece la respuesta o estímulo discriminante en que indica al individuo que debe reaccionar.
- La respuesta propiamente dicha.
- Las consecuencias que la refuerzan.

A la interrelación entre estos tres elementos es a lo que se llama una *contingencia de refuerzo*.

---

Gráfico 1: Tipo de respuestas.



Otros aspectos a considerar dentro del modelo skinneriano serían:

- Conductas regidas por reglas y las regidas contingencias:

### Técnicas basadas en el Condicionamiento Operante.

Lo que sigue se basará en el paradigma **E-O-R-K-C**. En donde, un estímulo (E) desencadena una respuesta o conducta (R). Si esta respuesta es reforzada, se habla de contingencia (K). La misma conducta que se emite tendrá unas consecuencias (C). La O hace referencia en nuestro caso a Organismo y es fundamental en situaciones en donde las disfunciones biológicas están presentes en la emisión y control de determinadas conductas.

Las técnicas que se derivan de este modelo o paradigma suelen basarse en el control de las contingencias, de las consecuencias y de las variables orgánicas. De estas últimas ya nos hemos encargado, en parte, cuando hemos estudiado el tratamiento farmacológico. A continuación nos ocuparemos en como actuar sobre las contingencias y las consecuencias de una determinada conducta.

Hay dos formas de actuar: cuando presentamos estímulos inmediatos a la aparición de una determinada conducta viéndose ésta incrementada, decimos que son REFORZADORES POSITIVOS. Si retiramos determinados estímulos inmediatamente a la aparición de un comportamiento dando lugar esta retirada al incremento de ella decimos que son REFORZADORES NEGATIVOS O ESTÍMULOS AVERSIVOS.

Igualmente, los reforzadores pueden ser intrínsecos y extrínsecos. Se denominan INTRÍNSECOS aquellos que aparecen internamente al sujeto. Por ejemplo, sentimientos positivos ante una determinada situación reforzante, pueden considerarse como reforzadores intrínsecos. Los EXTRÍNSECOS son los que aparecen externamente al sujeto. Por ejemplo, una manifestación de aprobación.

Los reforzadores EXTRÍNSECOS se subdividen en *primarios*, cuando no han sido aprendidos, y *secundarios* cuando han sido previamente aprendidos por el niño. Los secundarios, a su vez, se subdividen en *materiales*, *sociales*, *realización de actividades*, *administración de fichas etc.* Los reforzadores *materiales* son los juguetes y los regalos en general. Es muy importante, cuando deseamos administrarlos como reforzadores en un programa de modificación de conducta en el niño, saber el grado de apetitividad en el niño. Es decir, mayor refuerzo cuanto más apetecible es para el niño. Esto es, aún más importante, en cuanto sabemos lo saturados que están los niños hoy día de juguetes. Los reforzadores *sociales* suelen ser especialmente eficaces en la modificación de conductas en niños con TDAH. Consisten en la administración de caricias y gestos/palabras de aprobación cuando la conducta es la deseada. La realización de *actividades* se refiere al hecho de ver la televisión, visitar a un amigo, ir de excursión etc. Es importante que las actividades se permitan a continuación de haber realizado la conducta deseada y no al revés, como muchas veces le sucede a los padres. Es decir, este refuerzo parece seguir el **Principio de Premack**, que dice: *“frente a dos actividades la de mayor probabilidad reforzará a la de menor probabilidad”*. En definitiva, tal como habíamos dicho, si nosotros damos la oportunidad al niño de realizar una actividad muy apetitiva para él a cambio de que dedique un tiempo determinado a otra que no le es tan agradable, las expectativas de poder realizar la primera reforzará la realización de la segunda. Las *fichas* consisten en la acumulación de puntos en base a la emisión de la conducta deseada que finalmente podrá intercambiar por reforzadores materiales.

La psicología experimental ha puesto en evidencia que la aplicación de refuerzos deben presentar una serie de características para que sean efectivos como instrumentos de aprendizaje de nuevos comportamientos. A continuación exponemos las más importantes:

- Teniendo en cuenta la clasificación que hemos realizado anteriormente, los reforzadores deben ser definidos claramente en su rol sobre la conducta. Es decir, determinar con certeza si son positivos o negativos. Esto es importante porque, según algunos investigadores en el TDAH, los reforzadores positivos presentan un mayor efecto sobre la conducta.
- Es necesario que los reforzadores afecten a la conducta inconscientemente (automáticamente), es decir los sujetos sometidos a una intervención conductual no deberían conocer la aplicación del refuerzo. Sin embargo en niños mayores, según Bandera, el conocimiento y la cooperación pueden ser muy efectivos. Esta observación de Bandera tiene cierto sentido ya que no es lo mismo que las consecuencias sean automáticas a que los procesos subyacentes lo sean.
- Por psicología del aprendizaje sabemos que la aplicación del refuerzo debe ser lo más próximo a la conducta que deseamos modificar. Es decir, la aplicación debe ser contingente. Anteriormente, hemos visto que tanto el condicionamiento simultáneo como el diferido son los más eficaces. La demora excesiva en el tiempo no produce cambios conductuales, ya que sería difícil desarrollar un aprendizaje asociativo.
- La aplicación de reforzadores debe ser consistente y constante en el tiempo. Deben aplicarse dentro de un plan de tratamiento debidamente estructurado.

- Por último, un aspecto muy importante es la frecuencia con la que aplicamos los refuerzos. Según ésta, se describen distintos programas:
  - **Programa de razón fija:** Se aplica el reforzador después de la aparición de cada respuesta. Suele aplicarse cuando la tasa de respuesta es muy alta. Se suspende cuando disminuye de forma significativa.
  - **Programa intervalo fijo:** Aplicamos el refuerzo después de la aparición de una determinada conducta, aunque a continuación lo aplicamos después de una cierta cantidad de tiempo.
  - **Programa de razón variable:** Se aplica el reforzador después de la aparición de un determinado número de respuestas. Esta técnica genera cambios conductuales muy resistentes a la extinción.
  - **Programa de intervalo variable:** Se refuerza la primera respuesta y después se vuelve a aplicar el reforzador siguiendo un intervalo determinado de tiempo, tomándolo como promedio.

### ➤ Reforzadores positivos

Sin entrar en aspectos teóricos, deseamos enumerar tres de los operadores que están relacionados con el reforzamiento positivo y que, de otra parte, son **lo más utilizados en el tratamiento psicoterapéutico del TDAH:** el **Reforzamiento positivo**, la **extinción** y el **castigo negativo**.

#### ✓ **Reforzamiento positivo.**

Consiste en la aplicación de un reforzador positivo contingentemente a la aparición de una determinada conducta. Si esta conducta no se viera modificada ante la aplicación del reforzador, debemos plantearnos que, tal vez, el reforzador que aplicamos no sea positivo bien que no ha existido reforzamiento. Es decir, cuando aplicamos reforzadores, hay que tener en cuenta que éstos pueden ser muy eficaces para unos niños, mientras que para otros no. Por tanto, es muy importante que antes de aplicarlo hay que *decidir muy bien los reforzadores* en función de la biografía y situación de cada niño. De aquí que no es difícil escuchar a muchos padres decir que ellos ya aplicaban tal o cual reforzador y que no sirven para nada. Por ello, se recomiendan los requisitos siguientes:

- Debemos seleccionar la conducta que deseamos incrementar. No debemos seleccionar comportamientos generales (que se porte mejor), sino aspectos concretos (que haga todos los días sus tareas escolares).
- Seleccionaremos el refuerzo en base a las siguientes consideraciones:
  - El refuerzo debe estar siempre disponible para poder aplicarlo inmediatamente.
  - Debe ser un reforzador que pueda utilizarse sin que pierda su carácter reforzador, es decir que el niño no se acostumbre rápidamente perdiendo su carácter reforzador.
  - De aquí que se recomiende disponer de una cierta variedad de reforzadores.
- Para que la conducta se mantenga y se pueda generalizar es recomendable pasar de refuerzos materiales a los de tipo social.

#### ✓ **Extinción.**

Cuando analizamos los reforzadores que mantienen una determinada conducta y los retiramos con objeto de que esta disminuya, decimos que estamos aplicando un programa de extinción. El problema que presenta este programa es el concepto de jerarquías de las conductas. Es decir, si extinguimos la frecuencia de presentación de una determinada

conducta es probable que se incremente o parezca la que ocupaban el lugar inferior a la que hemos extinguido.

✓ **Castigo negativo.**

Consiste en retirar reforzadores positivos apetitivos contingentes a conductas no deseadas. La mayoría de los expertos en aprendizaje recomienda que este procedimiento se acompañe de la aplicación de reforzadores positivos ante la aparición de conductas que deseamos incrementar.

➤ **Reforzadores negativos.**

Los reforzadores negativos se relacionan con el reforzamiento negativo y con el castigo positivo. No está claro que la aplicación de estos procedimientos sea útil en el TDAH, incluso algunos expertos no los recomiendan. De aquí que debemos ser prudentes en su administración.

✓ **Reforzamiento negativo.**

Cuando retiramos un reforzador negativo o estímulo negativo ante la aparición de una conducta que deseamos se incremente decimos que sumamos aplicando un refuerzo negativo.

✓ **Castigo positivo.**

Cuando aplicamos un castigo contingentemente a la aparición de una conducta no deseable decimos que se aplica un reforzamiento negativo. Esta técnica, como es de comprender, ha tenido muchos detractores, aunque hay quien la defiende. Personalmente pienso que debería quedar muy en segundo plano y, máxime, cuando no están totalmente claros los resultados indeseables a largo plazo. Es decir, esta técnica puede generar sentimientos de miedo hacia los padres, suele dar lugar a la génesis de conductas de evitación, el niño aprender a mentir para evitar el castigo y, con frecuencia, incrementa la agresividad. Solo se recomienda, cuando la tasa de presentación de la conducta que deseamos eliminar es tan frecuente que apenas si aparecen conductas deseables, cuando ponen en peligro su seguridad y cuando los beneficios que obtienen con la conducta problema son más apetitivos que el reforzador disponible.

➤ **Economía de fichas.**

Consiste básicamente en la adquisición acumulativa de fichas o bonos en base a la aparición de conductas deseables. Esto se combina con la pérdida de los mismos ante la aparición de las conductas que deseamos eliminar. Este programa necesita algunos requisitos:

- Seleccionar previamente la conducta o conductas que deseamos modificar.
- Seleccionar el sistema de puntos o fichas y aclarar convenientemente con el niño la forma de conseguirlos.
- El sistema para conseguir los puntos no debería ser excesivamente difícil ya que podría producir sentimientos de impotencia en el niño.
- Es conveniente que se explicita por escrito el sistema empleado para evitar interpretaciones.
- El programa se puede modificar si en la ejecución del mismo se detectan dificultades de aplicación.

Las ventajas que presenta este programa es la flexibilidad en la aplicación y en la medida que nos da una mayor facilidad a la hora de elegir con mayor acierto los reforzadores.

➤ **Tiempo fuera.**

Conceptualmente puede confundirse con el coste de respuesta ya que se basa en eliminar la posibilidad de seguir obteniendo un refuerzo positivo ante la emisión de conductas no deseables. Por ello, queda más claro cuando se explica como al retirada del niño de un medio reforzante a otro medio (aislamiento) que proporciona menor refuerzo. Para que la aplicación

del tiempo fuera tenga el efecto apetecido deberíamos de seguir las recomendaciones siguientes:

- El lugar de aislamiento debe estar libre de todo aquello que pueda entretener o atraer al niño: juguetes, tebeos etc.
- Debemos reforzar paralelamente la aparición de conductas deseadas.
- Es importante el tiempo de aplicación: comenzar por tiempos cortos de entre 3 y cinco minutos para ir incrementando hasta la media hora como máximo.
- Antes de aplicar el tiempo fuera debemos avisar y solo aplicarlo si el niño continúa con la conducta problema.
- No olvidar que el tiempo fuera se sustenta en la eliminación de reforzadores. De aquí que sea igualmente importante acompañarlo de un programa de administración de refuerzos positivos cuando la conducta deseada se presente.

Hay otras técnicas que pueden aplicarse para modificar las conductas problema de un niño con TDAH. Nosotros nos hemos limitado a exponer aquellas cuya utilización han demostrado más que suficientemente su utilidad en este trastorno.

### TRATAMIENTO PSICOPEDAGÓGICO

Tal como hemos visto en otros capítulos el niño con TDAH presentará necesidades educativas especiales, independientemente de la existencia de comorbilidad, o no, de alguno de los trastornos específicos del aprendizaje escolar (aritmética, lecto-escritura...). Esto es fácil de entender, ya que el TDAH, en sí mismo, presenta unos déficits cognitivos y conductuales que van a condicionar negativamente el rendimiento académico, como son el déficit de atención y la impulsividad (déficit en los mecanismos de inhibición conductual).

Sobre esta base, propondremos unas orientaciones de cómo actuar en el contexto escolar<sup>2</sup>. Nos hemos basado en el programa que propone Inmaculada Moreno de la Universidad de Sevilla por considerarlo bastante completo, al que hemos realizado algunas pequeñas modificaciones.

La intervención en el contexto escolar debe focalizarse hacia los profesores, el alumno, y los reajustes ambientales necesarios, así como los aspectos generales de aplicación del Programa Conductual-Cognitivo en el contexto escolar y un Programa de Mantenimiento.

#### **1. Entrenamiento del profesorado.**

El trabajo con el profesorado debería ir encaminado a que éste consiga unos conocimientos básicos sobre los mecanismos neurobiológicos del TDAH, así como cuales son los mecanismos ligados al aprendizaje que mantienen determinadas conductas. Igualmente, debe adquirir conocimientos de cómo su propia conducta puede influir en la presentación y mantenimiento de las mismas. Además sería conveniente que adquiriera un mínimo de destreza en la recogida estandarizada de conductas: implementación e registros.

Para ello, I. Moreno propone una serie de actividades:

- Información sobre el TDAH y cuales son los problemas habituales que estos niños presentan en el aula.
- Dotar de conocimientos y competencias básicas al profesorado para que sepa gestionar convenientemente su manejo.
- Como reordenar y reajustar el aula para conseguir el mayor rendimiento del alumno con TDAH.

---

<sup>2</sup> La intervención más específica sobre los déficits en las funciones ejecutivas se abordaron en el capítulo correspondiente.

- En el caso de no existir trastornos específicos del aprendizaje escolar, dotarlo de técnicas e información psicopedagógica para el manejo de los problemas derivados del déficit de atención y de la impulsividad.
- Dotarlo de conocimientos básicos acerca de los diferentes trastornos específicos para que sea capaz de realizar un diagnóstico de sospecha precoz (indicadores de sospecha).
- Dotar al profesorado de conocimientos básicos para que sepa dimensionar, en cuanto a su repercusión en el aprendizaje, los trastornos específicos y agilizar los canales de consulta, valoración y tratamientos complementarios.
- Analizar y dar respuesta logística suficiente y apropiada a las posibles dificultades que puedan surgir en la aplicación del programa.

Para conseguir estos objetivos se proponen una serie de técnicas y recursos mínimos necesarios:

- Exposiciones teóricas con documentación suficiente.
- Rol Play que sirva para dotar de habilidades a los profesores en la aplicación en el aula de las técnicas operantes básicas y en el manejo de contingencias.
- Ejercicios prácticos de cómo abordar la casuística real, tanto en el aula como a nivel de las posibilidades de interconsulta. Con otros profesionales.

## **2. Intervención sobre el alumno.**

A todo niño con TDAH se le debería implementar un programa individualizado. Es importante implicar al niño en la consecución de los objetivos del mismo. Para ello es muy importante explicarle claramente cuales serían las ventajas que obtendremos en el ámbito escolar y social (relación con iguales) con la intervención. Con el objetivo de implicarlo y motivarlo se insistirá en su protagonismo y haciendo hincapié en que su colaboración es imprescindible. Hay que hacerle ver que muchos de los problemas académicos y de relación se solucionarán con la intervención.

Para ello se proponen las siguientes actividades:

- Informar al alumno de forma que nos entienda cuales son los objetivos que pretendemos con la intervención y qué consiste ésta.
- Se le explicará cuales son las conductas que serán objetivo de la intervención. En este aspecto, se le dirá que conductas consideramos pertinentes y cuales no y, sobretodo, dándole razones objetivas y convincentes en las que basamos nuestra valoración.
- Hacerle saber cuales serán las consecuencias positiva y negativas cuando se presenten las conductas elegidas para la intervención.
- Hay que hacer todo lo posible para que el alumno esté de acuerdo con las consecuencias para que no sean vividas como un castigo aplicado de forma arbitraria.
- Se le pondrán ejemplos de la vida diaria de niños en aula y comunicarle como actuaremos en lo sucesivo si éstas aparecen.
- Redundar en los aspectos motivacionales, explicándole siempre que sea necesario las ventajas que se derivarán del cambio de determinadas conductas.

Las técnicas que se proponen son:

- Información a través de entrevista con el alumno.
- Aplicación contingente de las técnicas elegidas en el programa de refuerzo.

## **3. Reajustes ambientales.**

Los profesores deben estar capacitados para detectar en los alumnos con TDAH qué estímulos en el aula actúan como distractores y favorecen la hiperactividad y la impulsividad. Debería tener habilidades pedagógicas para saber como planificar las actividades escolares del alumno teniendo en cuenta sus déficits de atención y de control. En definitiva, debería diseñar un plan a largo plazo y táctico sobre la realización de las tareas escolares.



Las actividades que se propongan a un alumno deben estar adaptadas a sus dificultades concretas, ya que no existen dos niños con TDAH iguales o con necesidades idénticas. Igualmente:

- Los niños hiperactivos *no pueden estar* en cualquier ubicación en el aula. Hay que situarlos en donde los distractores sean mínimos.
- Necesitan de una atención más directa y personalizada, única forma de controlar su disposición a la inatención.
- Los niños hiperactivos tienen su tiempo durante el que rinde exactamente igual que otros niños. Su facilidad para que su atención y concentración decaiga, hace que se tenga que determinar el tiempo de rendimiento máximo de cada niño. Persistir en la tarea cuando se ha superado su capacidad no tienen sentido. Por tanto, se recomienda la administración de descansos periódicos.
- Si fuera posible, se podría diseñar un programa de ejercicio (deportes) específico para este tipo de alumnos.

Para conseguir estos aspectos, se proponen las técnicas siguientes:

- Control estimular.
- Refuerzo verbal.
- Planificación de actividades alternativas.

#### 4. Programa conductual y cognitivo.

La aplicación de un **programa conductual** en el aula va encaminado a reducir la hiperactividad, mejorar cualitativamente los procesos atencionales reducir las conductas impulsivas, mejorar la relación social y en general obtener mejorías en cualquiera de los objetivos que previamente se hayan contemplado en el Plan de Tratamiento Individual.

Esto podríamos conseguirlo a través de la aplicación del programa de refuerzo sobre la base de las siguientes actividades:

- Una forma económica y relativamente fácil es el refuerzo a través de la economía de fichas en donde deben quedar claras las normas con las que se rigen, tanto la aplicación de obtención como la pérdida de beneficios. Así mismo, deben precisarse lo más detalladamente posible cuales son las conductas reforzadas.
- Es muy importante que, lo más probable, se deban introducir cambios, tanto en los refuerzos como en su aplicación, a lo largo del tratamiento. Esto debe quedar claro para el niño desde el principio.
- Elaborar registros diariamente. Deben ser comentados con el alumno, haciendo especial hincapié en los logros que se vayan haciendo.
- Si el centro tienen oportunidad se debería desarrollar un grupo de habilidades sociales, o bien si el alumno participa en alguno de ellos fuera del ámbito del colegio, estar coordinados con los profesionales que lo impartan.
- Hay que realizar un cambio progresivo en el tipo de reforzadores. La práctica nos recomienda ir cambiando los reforzadores materiales por los sociales. Esto se realizarán en cuanto se vea posible.

El **entrenamiento cognitivo** puede entenderse desde dos ámbitos diferentes, ambos igualmente importantes en el niño con hiperactividad: de una parte, el incremento en las habilidades en la solución de problemas y en la planificación/realización de tareas académicas y, de otra, la intervención neurocognitiva con objeto de minimizar los déficits de atención y otros posibles trastornos específicos. En el primer caso, nos basaremos, fundamentalmente, en las instrucciones verbales, en las técnicas de autocontrol, técnicas de estudio, todas ellas acompañadas de refuerzo. En el segundo, es la implementación individualizada de una intervención psicopedagógica en función del sí lo que tratamos el déficit de atención o, si además, hay que tratar un trastorno específico comórbido.

Se recomiendan las siguientes actividades:

- Si la edad del niño lo permite, deberían enseñarse técnicas de en autoinstrucciones que incremente su habilidad en la planificación de tareas escolares.
- Enseñarle técnicas cognitivas de anticipación positiva en cuanto a las posibilidades de logro.
- Enseñarle técnicas en la solución de problemas adaptadas a las posibilidades o nivel de comprensión del niño. Se deberían hacer con ejemplos prácticos.
- Enseñarle técnicas de autocontrol frente a la aparición de conductas impulsivas durante la realización de tareas escolares y/o su relación con los compañeros. Una de las técnicas más empleadas en niños pequeños es la Técnica de la tortuga.

#### **5. Programa de mantenimiento.**

Sucede con bastante frecuencia que la mejoría de determinadas conductas son evidentes, en tanto en cuanto se mantiene el programa de refuerzo. Con la misma frecuencia que cuando se retira, la mejoría desaparece. De aquí que se haya dado tanta importancia al desarrollo de programas de mantenimiento de las mejorías conseguidas. Igualmente, se ha estudiado con bastante interés los mecanismos de generalización de las mejorías a ámbitos diferentes de los que se aplica el programa de refuerzo.

Esa parte de la intervención corresponde tanto a los profesores y educadores como a los padres. Por ello, la coordinación entre padres y profesores de los centros es fundamental. Para ello, se recomienda las siguientes actividades:

- Los profesores deben intercambiar con los padres información respecto a los logros que vaya haciendo el alumno. Los padres, por su parte, deben reforzar en casa esos logros, especialmente a través de reforzadores sociales.
  - Si existe un nivel de conflicto parento-filial importante como consecuencia del trastorno o una comorbilidad, se debería indicar un tratamiento fuera del ámbito escolar.
  - Tanto los padres como los profesores debería hacer un reconocimiento explícito de las mejorías que se produzcan fuera del ámbito de aplicación de programa con el objetivo de producir generalizaciones.
  - Las técnicas que se recomiendan son las siguientes:
    - Coordinación padres-profesores a través de reuniones planificadas con intercambio de información que sirva para avanzar en las mejoras.
    - Elaboración conjunta de cambios de estrategias en base a las necesidades que se detecten.
  - Es muy importante que tanto los padres como los profesores no entren en descalificaciones mutuas: no es raro oír a profesores decir que el niño es un maleducado, como a padres descalificar la competencia de los profesores en el manejo de este tipo de alumnos, como tuvieran la necesidad de ser expertos.
-

### ALGUNOS CONSEJOS GENERALES PARA PROFESORES

1. Procure mantener un cierto orden en el aula.
2. Cuando le hable aun niño con TDAH mírelo a los ojos y asegúrese que le escucha.
3. Procure reforzar (reconocer) públicamente los logros que vaya realizando el alumno, haciendo especial hincapié en aquellos aspectos académicos que destaque.
4. Procure dividir las tareas en pequeñas actividades procurando que se adapten a su capacidad atencional.
5. Cuando tenga que pasar de un tipo de tarea o actividad a otra distinta, anticipélo al alumno y hágalo progresivamente y con apoyo. Los niños hiperactivos en esos momentos se dispersan atencionalmente con facilidad.
6. Procure mantener al niño en primera fila, al lado de algún alumno tranquilo y lejos de la ventana o cualquier otro distractor.
7. Si en un momento dado, se encuentra especialmente hiperactivo, puede enviarlo fuera de clase a realizar alguna actividad, aunque hay que tener precaución para que el niños no asocie el hecho de salir de clase con el incremento de su hiperactividad, ya que podría producirse un aprendizaje.
8. las tareas deberían ser lo más simple y cortas posibles y revisarlas cada vez que termine alguna de ellas por muy cortas o simples que sean.
9. Cuando deba corregir al alumno no lo haga de forma humillante. Tenga en cuenta que estos niños, habitualmente, tienen una autoestima muy baja. Por ello, déle ánimos y mensajes positivos sobre su capacidad.
10. Hay que tener especial cuidado con los comentarios delante de sus compañeros: **EL QUE UN ALUMNO ENGA DIFICULTADES CON EL APRENDIZAJE NO QUIERE DECIR QUE NO TENGA SENTIMIENTOS.**
11. Sea muy enfático cuando tenga que reconocer sus éxitos.
12. Si en algún momento debe aplicarle alguna sanción procure estar usted tranquilo, que no lo viva como producto de su enfado.
13. No le ponga etiquetas delante de sus compañeros, no le recuerde si ha tomado, o no, la medicación. Como profesor conoce bien que hay algunos alumnos especialmente dispuestos a humillar a los compañeros.