



PAUTES PER A MESTRES AMB NENS I NENES AMB TRASTORN PER DÈFICIT D'ATENCIÓ AMB O SENSE HIPERACTIVITAT

Els nens i nenes amb trastorn amb dèficit d'atenció s'afronten moltes vegades amb greus problemes a l'escola i a casa. La distracció, la impulsivitat, hiperactivitat, desorganització i altres dificultats condueixen a l'alumne a situacions que li perjudiquen a ell i els que l'envolten. Mitjançant la implantació d'adaptacions senzilles i poc complicades a l'ambient escolar per part dels mestres, podem millorar l'adaptació dels alumnes amb TDA-H.

A continuació els mostrem exemples d'adaptació que els mestres poden fer servir en el tracta de nens i nenes amb TDA-H.

DISTRACCIÓ

- Seure a l'alumne en un lloc tranquil i al costat d'un company que sigui un bon exemple.
- Augmentar l'espai entre les taules.
- Permetre més temps per finalitzar les tasques de classe.
- Adequar la feina i el temps a la seva capacitat d'atenció.
- Estructurar les feines llargues en parts petites per a que l'alumne vegi el final de la feina.
- Ajudar a l'alumne a plantejar-se metes a curt termini.
- Acompanyar les instruccions orals amb escrites.
- Posar un company que l'ajudi a l'hora de prendre notes.
- Donar instruccions clares i precises.
- Vincular a l'alumne a la presentació de la lliçó.
- Utilitzar una senyal privada per reclamar a l'alumne atenció a la feina.

IMPULSIVITAT

- Ignorar la conducta inadequada que sigui lleu.
- Incrementar la immediatesa de les recompenses.
- Supervisar de prop durant els moments de transició d'una activitat a l'altra.



- Utilitzar amonestacions “prudents” per mala conducta (no sermons).
- Estimular les conductes positives amb elogis.
- Donar reconeixement a la conducta positiva d'un estudiant proper.
- Establir un contracte de bona conducta i ensenyar-li a autoavaluar la seva conducta.
- Elogiar a l'alumne quan aixequi la mà correctament.

ACTIVITAT MOTRIU

- Permetre a l'alumne treballar de tant en tant de peu.
- Facilitar interrupcions que li permetin aixecar-se del seient.
- Proporcionar espais curts de descans entre feines de classe.
- Recordar a l'alumne que repassi el treball finalitzat si la seva realització ha estat ràpida i descuidada.
- Proporcionar temps addicional per completar les feines de classe (especialment a alumnes amb un ritme motriu lent).

ESTAT ANÍMIC

- Proporcionar seguretat i confiança.
- Elogiar amb freqüència la conducta positiva i el treball finalitzat.
- Parlar amb suavitat i de forma no amenaçant si l'alumne es mostra nerviós.
- Repassar les instruccions quan assigni noves feines de classe per assegurar-se que l'alumne comprèn les instruccions.
- Utilitzar les oportunitats que li permetin a l'alumne prendre un paper dirigent a la classe.
- Reunir-se sovint amb els pares per conèixer els interessos i metes de l'alumne fora de l'escola.
- Enviar notes positives a casa.
- Prendre temps per parlar en privat amb l'alumne.
- Estimular l'intercanvi social amb companys de classe si l'estudiant és reservat o excessivament tímid.
- Reforçar i recolzar amb freqüència quan hi hagi signes de frustració.



- Observar si hi ha senyals d'estrès, i rebaixar la quantitat de feines per reduir la pressió i evitar explosions d'ira.
- Animar a l'estudiant a retirar-se en situacions de discussions si es fica nerviós, o donar-li consells per relaxar-se.

CAPACITATS ACADÈMIQUES

- Si llegeix amb dificultat: doni temps addicional de lectura; seleccioni textos amb menys lletres per pàgines; eviti la lectura en veu alta.
- Si la seva expressió oral és pobre: accepti totes les respostes orals que doni; estimuli a l'estudiant a parlar de les seves idees i experiències noves; esculli temes amb els que pugui parlar amb facilitat.
- Si la seva expressió escrita és pobre: accepti totes les varietats de coses que faci que no siguin escrites, no assigni moltes feines escrites; faci proves amb opcions escrites o preguntes a completar; accepti l'ús de l'ordinador per escriure textos.
- Si té dificultats en matemàtiques: permeti utilitzar ocasionalment la calculadora; utilitzi paper quadriculat per espaiar els números; proporcionï temps addicional per fer càlculs; faciliti exemples i instruccions en el procediment correcte d'un càlcul.

PLANIFICACIÓ ORGANITZATIVA

- Demanar ajuda als pares per fomentar l'organització, i donar-los regles de planificació.
- Estimular a l'estudiant a utilitzar llibretes sense separadors i carpetes pels seus treballs.
- Supervisar l'anotació de les feines escolars.
- Enviar informes o notes diaris o setmanals a casa amb els avenços obtinguts.
- Estimular la neteja en comptes de castigar el que fa brut.
- Ajudar a l'estudiant a fixar-se metes a curt termini.
- Assignar una sola feina cada vegada.



OBEDIÈNCIA

- Reforçar la conducta obedient.
- Recolzar una resposta immediata correcta.
- Ignorar manifestacions menors de mala conducta.
- Utilitzar l'atenció del mestre per reforçar la conducta positiva.
- No utilitzar davant el grup-classe les crítiques o "sermons" personalitzats per mala conducta.
- Atorgar reconeixement a la conducta positiva d'un estudiant proper.
- Seure a l'estudiant a prop del mestre.
- Establir un contracte de conducta amb l'estudiant.
- Supervisar a l'estudiant en períodes de canvi d'activitat.
- Plantejar un sistema de control de conducta a l'aula.
- Ensenyar als estudiants a autocomprovar la seva conducta.

SOCIALITZACIÓ

- Establir metes de conducta social amb l'estudiant i dissenyar un programa de recompenses.
- Estimular la conducta social adequada mitjançant la paraula o amb una senyal privada.
- Estimular les feines d'aprenentatge en col·laboració amb altres companys.
- Donar consells en les relacions socials de petits grups.
- Assignar responsabilitats especials a l'estudiant davant dels seus companys perquè aquests el vegin de manera favorable.

Adaptat de la publicació del Dr. Harvey C. Parker "Quadern de treball per a pares, mestres i nens amb trastorn de baix nivell d'atenció (ADD) i hiperactivitat".