

Recomendaciones para familias y cuidadores de estudiantes

Para estudiantes con **TDAH** con características del predominantemente inatento, las siguientes recomendaciones:



Disponer el espacio



- Mantener un lugar fijo con mesa y silla para el trabajo escolar.
- Eliminar todo tipo de distractores innecesarios, sólo se dispondrá de lo necesario.

Facilitar las instrucciones

- Facilitar las instrucciones una a una y verificar que el niño o niña haya comprendido, pidiéndole que repita la instrucción.
- Simplifique las instrucciones de manera estructurada para mayor comprensión del niño o niña.

Nos organizamos



- Hacer uso de un planeador o almanaque, para registrar las tareas y pegarlo en una pared para consultarlo.
- Crear rutinas que favorezcan la adquisición de hábitos.
- Explicar el orden de las actividades a desarrollar.
- Anticipar los cambios de planes, como cambios en el horario.
- Pedir al niño o niña que mantenga organizado su espacio siempre.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN



Recomendaciones para familias y cuidadores de estudiantes

Para estudiantes con **TDAH** con características del predominantemente inatento, las siguientes recomendaciones:



Altas expectativas



Establecer expectativas de aprendizaje, explicándole al niño o niña qué es lo que se espera que aprenda y así definir metas alcanzables y medibles desde un principio.

- Establecer expectativas de comportamiento, previo diálogo o reflexión con el niño o niña, asegurándole que su comportamiento será el adecuado.

Cuidar las emociones

Límites claros



- Establecer límites, normas y las consecuencias de no cumplirlas.
- Estas deben ser concertadas con el niño o niña. Pegarlas en una pared para consultarlas.

- Realizar los llamados de atención refiriendo el hacer (su comportamiento) y no al ser. Por ejemplo: "tu habitación está desordenada", en vez de "Eres un desordenado-a".
- Fomentar sus habilidades sociales para hacer amigos-as y aprender a trabajar en cooperación.

El bienestar emocional



- Aumentar su confianza expresándole cuanto le quiere y mostrando su apoyo incondicional ante sus dificultades.
- Potenciar su autoestima. Puede, por ejemplo, cambiar los mensajes negativos por los positivos. Invitar al niño o niña a aceptar las limitaciones que pueda tener, porque todas las personas las tenemos.
- Aprender a aceptar y valorar al niño o niña tal cual como es.
- Identificar las fortalezas o puntos fuertes que tiene el niño o niña en el deporte, la música, en lo digital, actividades mecánicas y de construcción.
- Mostrar al niño o niña interés y asistir a las actividades en las que participe. Reconocer ante los demás su esfuerzo y sus aportaciones.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN



Recomendaciones para familias y cuidadores de estudiantes

Para estudiantes con TDAH con características del predominantemente hiperactivo-impulsivo, las siguientes recomendaciones

El bienestar emocional



“Los problemas en los estilos de la organización familiar, educación y crianza de los hijos e hijas pueden hacer que el TDAH mejore o empeore, pero no causan el trastorno, porque es un trastorno que tiene que ver con el desarrollo del cerebro” (Instituto Aragonés de ciencias de la salud, 2015).

“No todas las personas con TDAH son iguales. El trastorno les puede afectar de forma diferente lo que hará que predominen en ellas más unos síntomas que otros” (Instituto Aragonés de ciencias de la salud, 2015).



Referencias Bibliográficas

Instituto Aragonés de ciencias de la salud. (2015). Aprendiendo a conocer y manejar los problemas del trastorno por déficit de atención con hiperactividad (tdah). Recuperado de: https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2019/01/gpc_574_tdah_iacs_paciente.pdf



SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN



Imágenes tomadas de la web para uso educativo el 22 de mayo de 2020.

Construcción pedagógica elaborada por el equipo de “Trastornos de Aprendizaje y del Comportamiento y/o de Capacidades y/o Talentos Excepcionales” Dirección de Inclusión e Integración de Poblaciones, SED, 2020