

PAUTAS PARA PADRES DE NIÑOS HIPERACTIVOS

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES DE LOS NIÑOS HIPERACTIVOS

Antes de resañar las principales características del niño hiperactivo hemos de decir que no tienen un comportamiento extravagante extraño o inusual durante la infancia. Mantienen conductas conflictivas sólo por la frecuencia que la mantienen, la intensidad y la inoportunidad del momento en el que ocurren. Estos niños tienen dificultad para controlar su conducta en presencia de otros y les resulta más fácil cuando están solos.

No todos los niños hiperactivos mantienen las mismas características que a continuación se describen pero las dificultades de atención, impulsividad e hiperactividad son rasgos comunes que presentan todos los niños.

- **ATENCIÓN**

Lo que más caracteriza al niño hiperactivo es su falta de atención cercana a detalles. La distracción más vulnerable es a los estímulos del contexto ambiental.

En casa tienen dificultades para seguir las directrices que se le marcan, para organizarse y parece que no escuchan cuando se les habla.

En el colegio cometen errores por no fijarse en los trabajos o en las diferentes actividades.

Con frecuencia saltan de una tarea a otra sin terminarla, ya que evitan situaciones que implican un nivel constante de esfuerzo mental.

- **IMPULSIVIDAD**

Con frecuencia actúa de forma inmediata sin pensar en las consecuencias.

Está inquieto con las manos o los pies y no puede sentarse quieto.

Está activo en situaciones en que es inapropiado.

Habla de forma excesiva, responde antes de que la otra persona termine, tiene dificultad para esperar su turno y frecuentemente interrumpe.

- **HIPERACTIVIDAD**

Lo más característico de estos niños es la excesiva actividad motora. Siempre están en continuo movimiento, corren, saltan por la calle, nunca quieren ir cogidos de la mano...

Su excesivo movimiento no persigue ningún objetivo, carece de finalidad.

- **COMPORTAMIENTO**

Su comportamiento es imprevisible, inmaduro, inapropiado para su edad.

No son malos pero sí que son traviesos.

Se muestran violentos y agresivos verbal y físicamente

Con frecuencia mienten y cometen hurtos.

- **APRENDIZAJE**

La mayoría de los niños hiperactivos presentan dificultades en el aprendizaje.

El 40 ó 50% de los niños hiperactivos tienen un bajo rendimiento escolar.

Tienen dificultades perceptivas, con lo cual no diferencian bien entre letras y líneas y tienen poca capacidad para estructurar la información que recibe a través de los distintos sentidos.

Las dificultades de los niños hiperactivos estriban en la adquisición y el manejo de la lectura, escritura y el cálculo.

Son torpes para escribir o dibujar, tienen mala letra y cometen grandes errores de ortografía.

En cálculo, se olvidan de las llevadas y operaciones básicas.

En lectura, omiten palabras, sílabas e incluso renglones, no comprenden lo que leen, pueden

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN: CEIP JULIO GURRIARÁN

identificar las letras pero no saben pronunciarlas correctamente.
Tienen dificultad para memorizar y para generalizar la información adquirida.

- **DESOBEDIENCIA**

Como dijimos anteriormente al niño hiperactivo le cuesta seguir las directrices que se le marcan en casa. El niño hace lo contrario de lo que se dice o pide.
Los padres tienen especial dificultad para educarles en adquirir patrones de conducta (hábitos de higiene, cortesía...).

- **ESTABILIDAD EMOCIONAL**

Presentan cambios bruscos de humor, tienen un concepto pobre de sí mismo y no aceptan perder, por lo que no asumen sus propios fracasos.

SUGERENCIAS

Una manera efectiva de modificar el comportamiento de un niño es a través de la ayuda educativa regida por premios, castigos, economía de fichas y contrato de contingencias.

PREMIOS

Para un niño un premio es algo agradable que desea alcanzar, de tal modo que hará lo que sea por conseguirlo.

Las actividades que más le gustan al niño y que habitualmente suele realizar, como pueden ser jugar con sus juguetes, ver la televisión o ir al cine con sus primos pueden entenderse y emplearse como un premio.

En definitiva debe ser algo que el niño quiere y que tiene ganas de conseguir. Así pues el niño recibirá un premio cada vez que cumpla con la tarea deseada.

CASTIGO:

Los castigos implican privar al niño de algo que le agrada o forzarle a hacer algo desagradable. Puede resultar eficaz a veces, pero no siempre elimina las conductas inapropiadas en el niño hiperactivo.

El castigo puede ser útil para controlar ciertas conductas temporales, pero a largo plazo carece de eficacia.

Si la conducta es indeseable el castigo más eficaz es ignorarla. Siempre y cuando la conducta no sea peligrosa.

Lo más aconsejable es que el tiempo transcurrido entre la conducta y el premio o castigo sea breve para asegurar su eficacia.

ECONOMÍA DE FICHAS:

Esta técnica consiste en dar puntos negativos o positivos en función de si se cumple o no cierta conducta.

Cada punto negativo elimina el valor del punto positivo. El número total de puntos se canjea por distintos premios.

La lista con las conductas "objetivo" tienen que estar a la vista del niño, así como los puntos conseguidos.

Se recomienda utilizar con niños de 3 a 12 años.

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN: CEIP JULIO GURRIARÁN

TIEMPO FUERA

Consiste en apartar al niño de la situación de refuerzo. Por ejemplo, si insulta a la madre y los hermanos le ríen la gracia, hay que sacarle de la situación e indicarle que se mantenga durante un tiempo en un lugar determinado. El tiempo depende de la edad del niño: un minuto por año de edad es una buena medida. Una vez que termine el aislamiento, se intentará premiar lo antes posible cualquier conducta positiva del niño.

CONCLUSIONES

- PREMIAR LAS CONDUCTAS ADECUADAS E IGNORAR LAS INADECUADAS

Es importante evitar atender más a las conductas negativas que no nos gustan (que corran por el pasillo, que haga botar la pelota dentro de casa.....) y , en cambio, fijarnos más en aquellas positivas que seguro que realizan y pasan desapercibidas y que debemos felicitar (ayudar a sus hermanos, regalarnos un dibujo.....)

- Dividir las tareas en pequeños pasos destacando siempre lo más importante
- Marcar objetivos de conductas realistas.
- Todos los niños necesitan saber a través de sus padres qué es lo que hacen bien. Decirles a menudo que nos gusta aquello que hacen bien.
- Es bueno recompensar estas conductas positivas en forma de alabanza, dedicándole un tiempo de juego o permitiendo un tiempo mayor ante la televisión o el videojuego.
- Supervisar la agenda (sin reñir) de forma continuada(asegurarse que apunta sus tareas, que no la deja olvidada en el colegio...)
- Asistir a reuniones de grupos de padres puede ser de gran ayuda, pues las familias encuentran apoyo y comprensión a la vez que buscan soluciones.
- Evitar utilizar etiquetas como “ pasota”, “ gandul” o “maleducado” ya que pueden ocasionar que se lo termine creyendo y se convierta en un verdadero vago, pasota o gandúl.
- Entablar conversaciones agradables con él, preguntarle como se siente, interesarnos por lo que hace y por lo que piensa.
- No lo ridiculiceis ante los amigos ni ante nadie, decirle las cosas a solas.
- Asegúrese de que le escucha cuando le habla, mirándoos a los ojos y con mucha proximidad física (a medio metro de distancia). Utilice la escucha activa.
- Debe favorecer que el ambiente que rodea al niño sea organizado con normas y límites diarias.
- Disponer de un horario de estudio y dedicar 10 minutos a organizar las tareas diarias.
- Mantener mi mesa de estudio ordenada.
- Mantenga entrevistas frecuentes con la tutora para valorar al niño y buscar soluciones a los problemas que pueda presentar.

