



**10è Aniversari  
CDIAP Baix Penedès**

# **Estratègies per a nens amb TDA/H dins l'aula**



Centre de Neuropsicologia Infantil del Maresme


[www.cnimaresme.com](http://www.cnimaresme.com)

Katy García Nonell

# El TDA/H no és.....

- ✓ Únicament ser desatent o hiperactiu.
- ✓ Un estat temporal que passa amb el temps.
- ✓ Causat pel tipus de societat o al fracàs dels pares per controlar o ensenyar als seus fills.





Still al 1902 ja en parlava.....  
“Defect of moral control”

THE LANCET, APRIL 19, 1902.

**The Earliest Reference to ADHD in  
the Medical Literature? Melchior Adam  
Weikard’s Description in 1775 of  
“Attention Deficit” (Mangel der  
Aufmerksamkeit, Attentio Volubilis)**

**Russell A. Barkley<sup>1</sup> and Helmut Peters<sup>2</sup>**

Journal of Attention Disorders  
16(8) 623–630  
© 2012 SAGE Publications  
Reprints and permission:  
[sagepub.com/journalsPermissions.nav](http://sagepub.com/journalsPermissions.nav)  
DOI: 10.1177/1087054711432309  
<http://jad.sagepub.com>  



*Delivered on March 6th.*

MR. PRESIDENT AND GENTLEMEN, — In my first lecture I drew your attention to some points in the psychology and development of moral control in the normal child and then considered the occurrence of defective moral control in



# TDA/H és.....

- ✓ Trastorn psicològic més freqüent a la infància.
- ✓ Afecta un 5-10% de la població escolar.
- ✓ En un 50% els símptomes perduren a l'adolescència i l'edat adulta.
- ✓ Elevat índex de trastorns associats.
- ✓ Entre el 30% i el 50% d'aquests nens repeteixen un curs, al menys un cop.
- ✓ Aprox. el 35% dels nens no acaben batxillerat.
- ✓ Tenen dificultats d'interacció social, i sensació de fracàs.
- ✓ Un alt percentatge dels nens diagnosticats de TDA/H han estat identificats primerament per els mestres.
- ✓ Els mestres son els que poden avaluar si els tractaments duts a terme amb els nens son efectius o no.

- 
- Inatenció (funció executiva?)
    - 6 tipus d'atenció i no en tots tenen dificultats.
      - Arousal, estat d'alerta, selectiva, dividida, amplitud i **persistència**.
    - Baixa capacitat de persistència cap als objectius.
    - Baixa resistència per deixar de respondre a les distraccions.
    - Dificultat per reprendre una tasca després d'una interrupció.
    - Dificultat en memòria de treball.
  - Hiperactivitat - Impulsivitat (baixa capacitat d'inhibició)
    - Alteració de la capacitat d'inhibició verbal i motora.
    - Impulsivitat, impaciència.
    - No pensar en les conseqüències.
    - excés d'activitat.
    - (La inquietud disminueix amb l'edat; es fa més interna i subjectiva).

ÉS MÉS UN PROBLEMA D' INTENCIÓ QUE D' ATENCIÓ



# Entendre el TDA/H

Costa arribar als objectius.

Costa regular temps.

Viuen en el present.

És un trastorn:

D'execució, no de no saber.

De no saber fer el que sap, no de no saber el que ha de fer.

De quan i on, no de com i què.

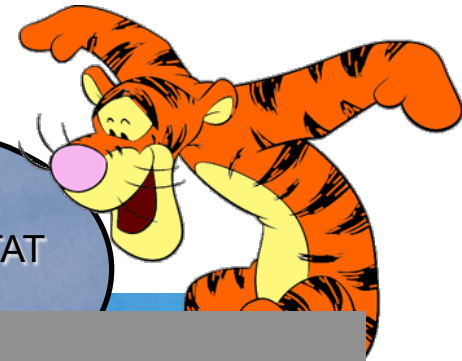
De no saber utilitzar experiències anteriors per resoldre les actuals.





# Les FE en el TDA/H

- Els estudis han vist que hi ha una relació entre les FE i les dificultats observades en les nens TDA/H.
- Les FE és un grup d'habilitats necessàries per planificar, organitzar, guiar, revisar, regularitzar i avaluar el comportament necessari per arribar a un objectiu.
- Barkley: El TDA/H com un Trastorn de les FE. El TDA/H és un problema del funcionament executiu del cervell i concretament del sistema inhibitori.



INATENCIÓ

HIPERACTIVITAT  
IMPULSIVITAT

## DSM 5

- Especificar:
  - **Presentació combinada:** Hi ha simptomatologia d' inatenció I d'hiperactivitat/impulsivitat durant els últims 6 mesos.
  - **Presentació predominantment d'inatenció:** Si estan presents símptomes d' inatenció però no els d'hiperactivitat/impulsivitat durant els últims 6 mesos.
  - **Presentació predominantment d' hiperactivitat/impulsivitat:** si estan present la simptomatologia d'hiperactivitat/impulsivitat però no la d'inatenció durant els últims 6 mesos.
- Especificar si:
  - **Simptomatologia en remissió parcial:** quan tots els criteris s'han complert prèviament, s'han complert menys criteris que els 6 durant aquests últims 6 mesos, I els símptomes continuen sent un problema en la interacció social, acadèmica i el funcionament diari.
- Especificar la severitat o gravetat actual:
  - Poca gravetat
  - Gravetat moderada
  - Manifestació greu



# El TDA/H en el rendiment acadèmic.

- **Qualitat del treball:** Treball pobre, incomplet, mal presentat.
- **Quantitat de treball:** No acaben els treballs, tasques, exàmens, etc
- Velocitat de treball.
- **Rendiment:** variable no és constant.
- **Automotivació:** Dificultat per mantenir l'esforç en tasques on no hi ha una recompensa immediata.
- Regulació nivell general de alerta .Centrar-se en les demandes de l'entorn i del moment.
- Pèrdua de rumb al fer una tasca per que no poden inhibir la seva resposta davant d'altres estímuls.
- Patrons de pensament indefinits; perden detalls de la informació que reben això afecta a la consolidació i evocació.



"Thoughts fly lightning fast... Can you control them?"

# El TDA/H en el rendiment acadèmic.

- Dificultat per **atendre a dos estímuls** a la vegada (copiar el que està a la pissarra, dictar els deures o l'examen).
- Problemes per nominar i descriure.
- **Error en l'escriptura:**
  - Conceptuals: per la falta de planificació, supervisió i coherència en les tasques.
  - Sintàctics en la concordança incorrecte de subjecte i verb.
  - Ortogràfics: Presència de faltes d'ortografia.
  - Grafia: Mala lletra.



**La variabilitat que presenten pot generar dubtes. En ocasions rendeixen adequadament (treball correcte) i en altres moments el seu rendiment baixa amb tasques mal fetes i errors importants.**

# El TDA/H en la conducta.



- Dificultat en la **inhibició conductual** amb una pobre regulació del nivell d'activitat en funció de l'entorn.
- Dificultat per inhibir les reaccions emocionals. Les seves emocions no són inadequades però les manifestes públicament. No poden privatitzar els seus sentiments i/o pensaments.
- Irascibles, amb un **llindar de frustració baix** que afecten a les seves relacions socials.
- **Incapacitat de parar** les seves accions quan es evident que ja no són adequades.

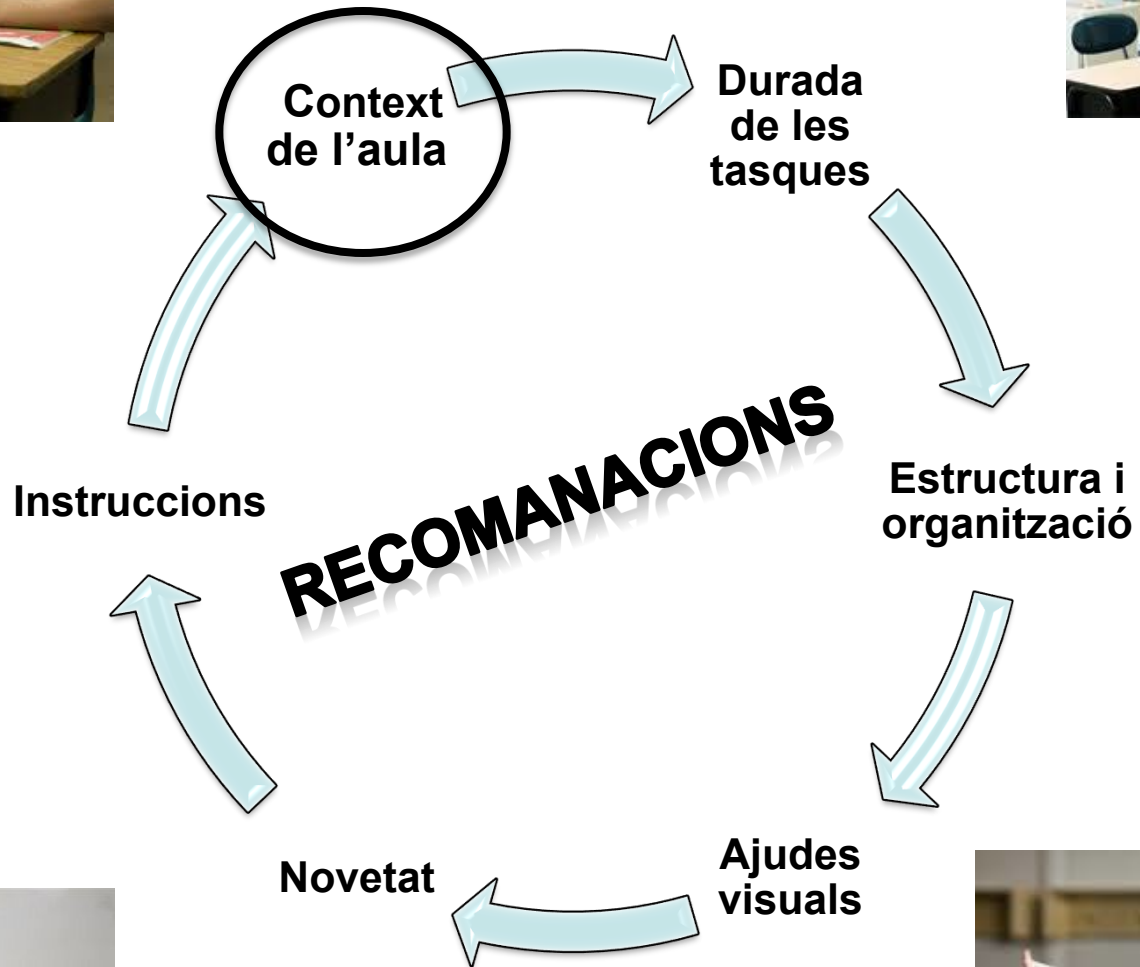
# Els mestres diuen.....

- Sap fer les coses però avui ho fa molt bé i demà molt malament.
- No té continuïtat per acabar les tasques, les deixa a mitges.
- No pot estar molta estona fent una mateixa activitat.
- És desordenat. Mai troba res.
- No s'apunta els deures a l'agenda.
- Ho deixa tot per l'últim moment. "ja ho faré".
- Li costa fer una redacció.
- Sovint sap el que ha de fer però no ho fa.
- Els treballs estan mal presentats i bruts.
- Fa la feina massa ràpid i de qualsevol manera.
- No acaba les feines en el temps que se li demana.
- Al llegir un text es deixa paraules o frases.

- Els nens fan les tasques bé si poden









# Context de l'aula

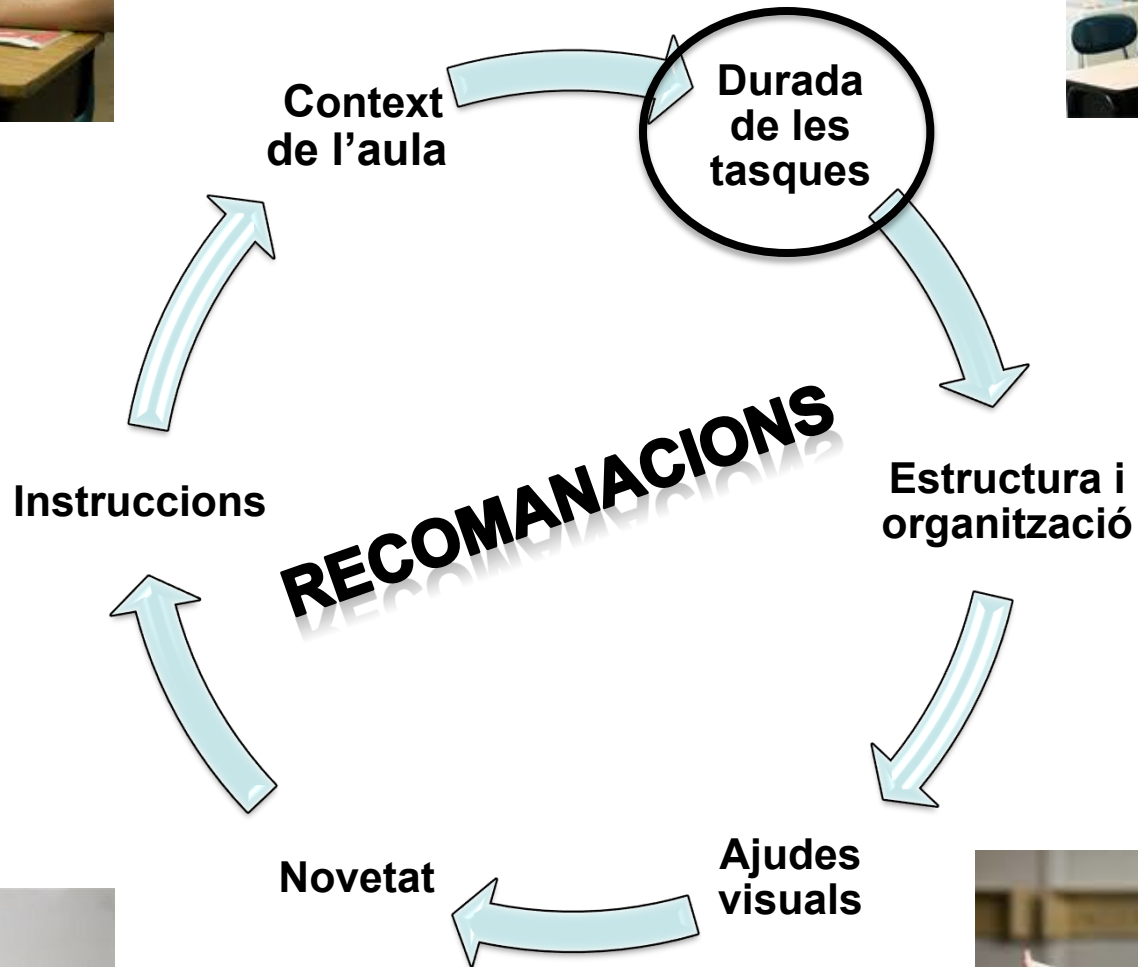
- Posició a l'aula:
  - Prop del mestre.
  - Lluny de companys moguts (seure'l al costat de company col·laborador ).
  - Evitar estímuls distractors (finestres, porta, passadís,...)
  - Espai ampli entre taules.
- Permetre que s'aixequi de la cadira o a ensenyar-nos la feina feta o cridant-lo sovint perquè ens ensenyi el que ha fet.
- Reconvertir el seu moviment en adaptatiu: donar encàrrecs.
- Permetre que s'assegui incorrectament (genoll sobre la cadira,...).





# Context de l'aula

- Organitzar material de forma **visual**.
- Utilitzar mobiliari per marcar espais si és necessari.
- Mantenir el màxim **contacte visual** possible.
- Esperar a donar ordres o informació quan l'alumne no està parlant.
- Dir el seu nom ( no excessives vegades ).
- Tocar-li l'esquena abans de donar una informació.
- Demanar-li que **repeteixi la instrucció** en veu alta.
- Acordar amb ell una **senyal per fer de reclam**. Pot ser un senyal per a tothom ( tancar llums, fer un so, picar de mans) que indiqui als alumnes que han de parar el que fan i atendre al mestra.
- Si es produeix una distorsió important cal aplicar programa de modificació de conducta.





# Durada de les tasques

- Per adaptar-nos a la baixa capacitat d'atenció, les tasques escolars han de ser:
  - **breus**
  - amb **feedback immediat**.
- Activitats llargues s'han de **dividir en parts**.
- Permetre que faci **menys quantitat**.
- Important que **no arribi a l'esgotament**, parar abans.
- Permetre **pauses**, com sortir de classe durant un moment curt, anar a fer encàrrecs.
- Externalitat del **control de temps** per realitzar una tasca:
  - Cronòmetre, alarma.....( [www.timetimer.com](http://www.timetimer.com) )
- Ensenyar explícitament a regular el temps, practicant.
- Fer seguiment continuat de la tasca que inicia i anar donant marcadors de temps.





# Estructura i organització

- Necessiten estructura.
  - **Estructura des de l'exterior**, ja que no poden estructurar-se internament ells sols.
- És important **supervisar-lo i ajudar-lo** a supervisar-se.
- Establir **rutines** d'organització a l'aula estables.
- Recordar-li a l'inici i al final de cada classe si té el material necessari, i si ha desat tot a la motxilla
- **SISTEMÀTICA és imprescindible**
- AJUDAR a **organitzar la carpeta** i oferir estratègies.
- Els temes han de ser estructurats i reflectir els punts més importants.
- **Utilitzar llistes** de tasques a fer.



# Estructura i organització

- Les transicions i els canvis no anunciats son difícils per a ells. **Anticipar, anunciar el que passarà i recordar-ho** posteriorment a mida que el canvi s'apropa.
- Ensenyar-lo a planificar i **prioritzar activitats**.
- Permetre que buidi la motxilla al arribar a classe. Quan finalitzi cada assignatura guardar el material a la motxilla.
  - Evitem:
    - Pèrdua de material.
    - No saber si el material necessari encara el te dins la bossa o fora.
    - No oblidar material necessari per casa.
- Sistematitzar com se'l felicita ( 6 vegades durant el matí ).

# Autoinstruccions

1



*En primer lugar me paro, miro y digo todo lo que veo*

2



*¿Qué tengo que hacer?*

3



*¿Cómo lo haré?*

4



*Presto mucha atención*

5



*¡Adelante, ya puedo hacerlo!*

6



*Genial, me ha salido muy bien. ¡Me felicito!*

7



*Me he equivocado. ¿Por qué? (Repaso). ¡Ah! La próxima vez iré más despacio*



# L'agenda i la seva utilitat

- És un entrenament i un aprenentatge lent.
- Els ajuda a entendre la necessitat d'organitzar les tasques.
- Planificació.
- Recordatori.
- No ha de ser una mesura disciplinaria negativa.
- Anotació de comportaments positius mes que negatius.
- Ajuda a situar-se en el temps.
- Ajuda a planificar-se.
- Podem buscar diferents estratègies facilitadores per disminuir la feina.



# LOS DEBERES



MIRO LA AGENDA PARA VER LO TENGO QUE HACER



PREPARO LOS LIBROS QUE NECESITO PARA LAS TAREAS



HAGO LOS DEBERES FIJANDOME MUY BIEN EN LO QUE ME PIDEN



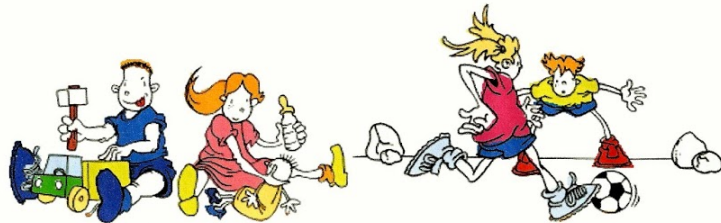
**CUIDADO:** BUENA LETRA Y PRESENTACIÓN

REPASO PARA COMPROBAR QUE LO HE HECHO TODO Y QUE LO HE HECHO BIEN



RECOJO TODO LO QUE HE UTILIZADO Y PREPARO LA MOCHILA PARA EL DIA SIGUIENTE

YA TERMINÉ !!! AHORA YA PUEDO JUGAR UN RATITO !!





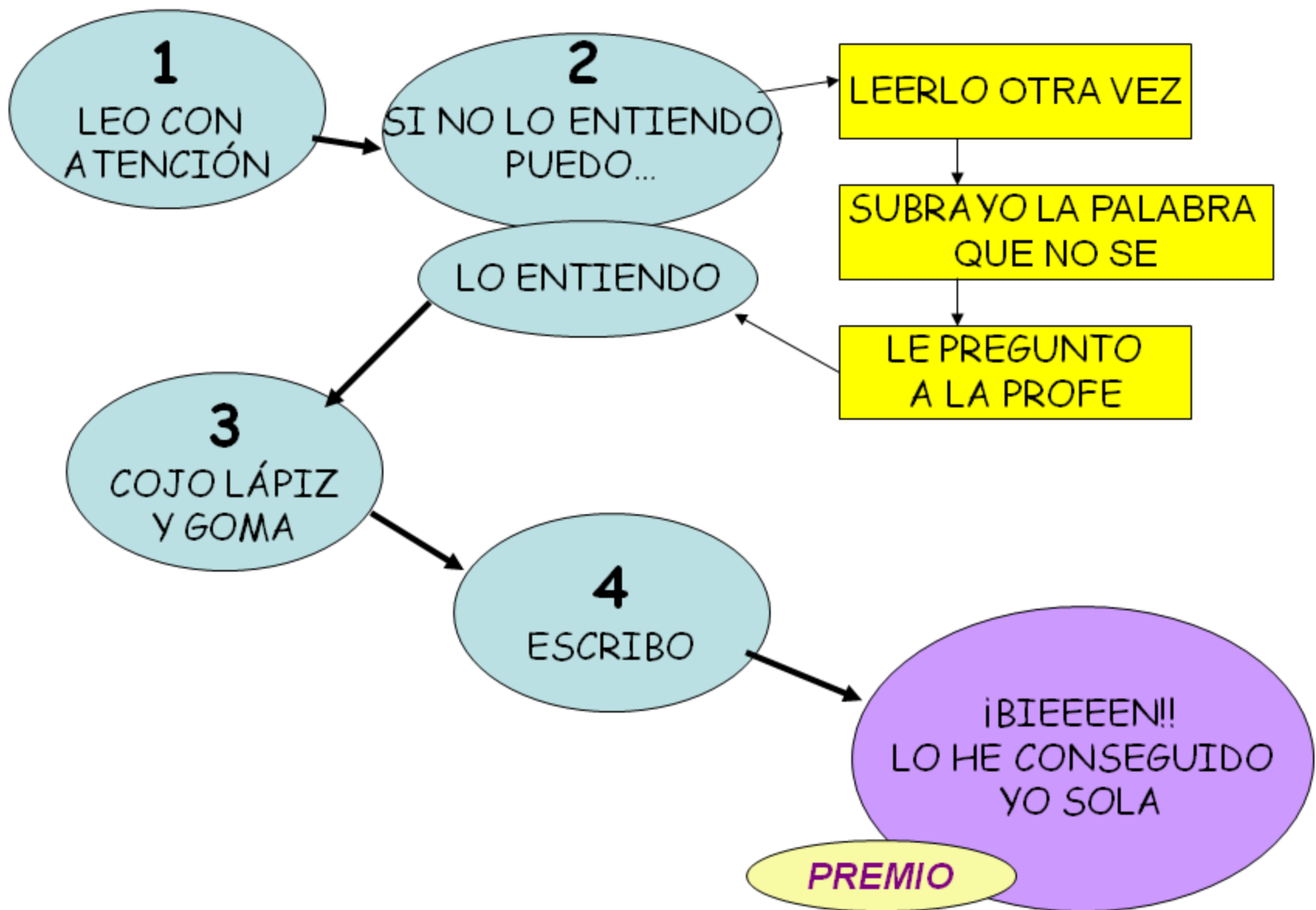
# Ajudes visuals

- Fer **llistats** o taules, a les que poden tornar com a referència quan es “perden”.
- Necessiten recordatoris.
- Posar **normes a llocs visibles**. Els dona confiança a saber que s’espera d’ells.
- Tota regla o instrucció ha d’estar en una llista.
- Ressaltar paraules clau amb diferents colors o formes.
- **Colors o pistes visuals per ajudar a autoregular-se** o per iniciar una tasca.



Aixequem el braç per  
parlar i esperem el  
nostre torn.







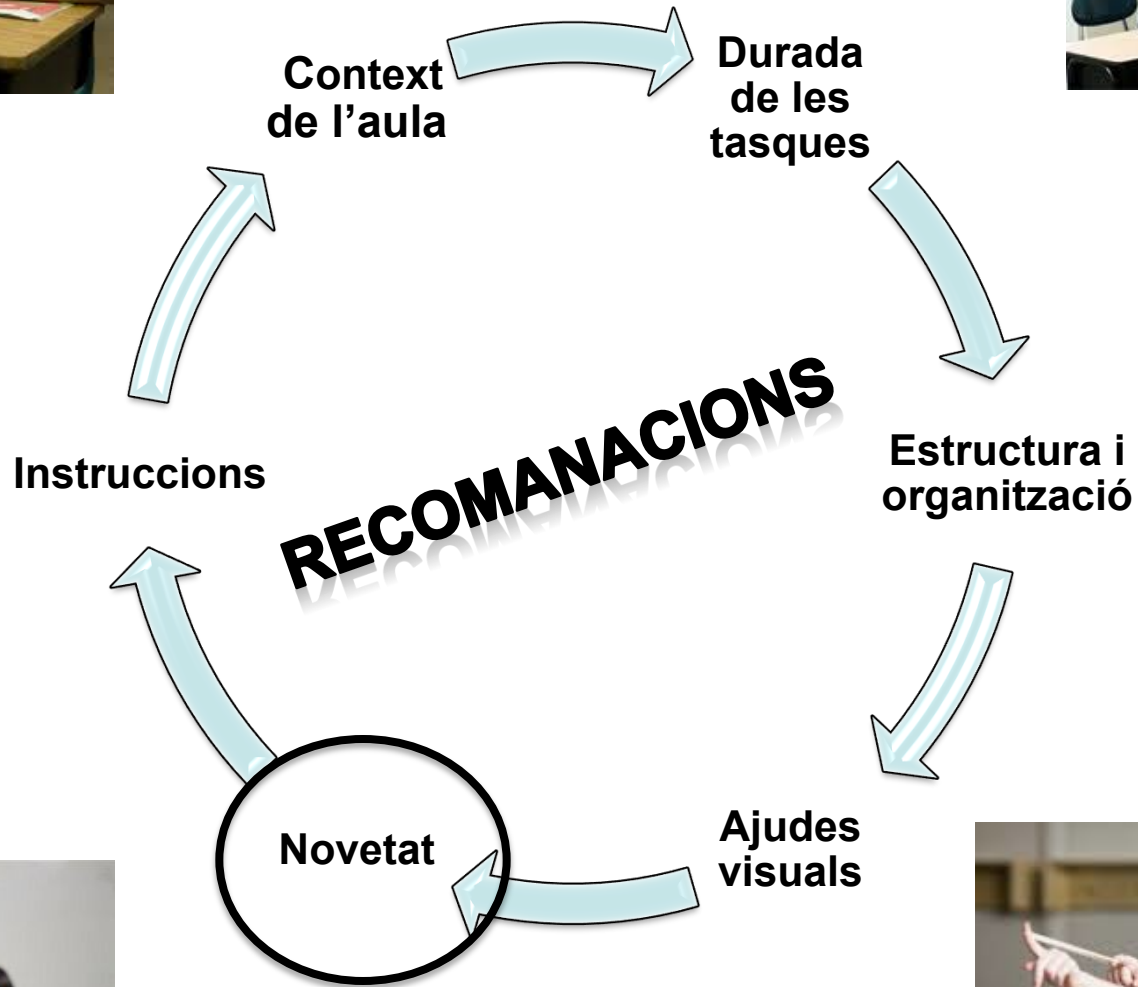
PARAR



PENSAR/  
ORGANITZAR



FER

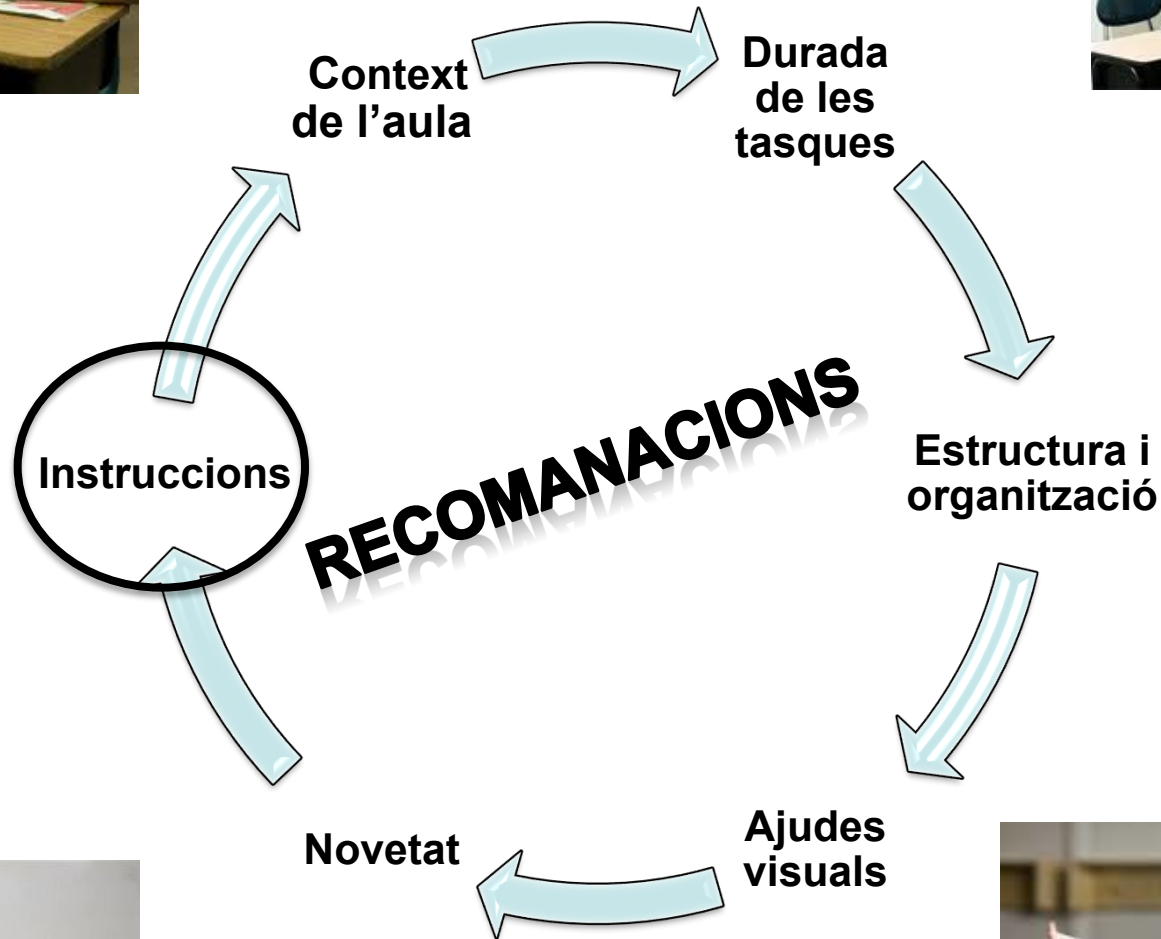




# Novetat

- La presentació de **materials nous, interessants i molt motivadors**, farà augmentar l'atenció.
- Buscar la **qualitat** més que la quantitat.
- Permetre ser divertit, gracios o **poc convencional**, els ajuda a enfocar l'atenció.
  - (sense excés d' estimulació )
- Necessiten la **motivació constant**. Ressaltar l'èxit no el fracàs.
- Tenir **frases positives** que facin que el motivem.
- Guanyar temps per fer alguna cosa que li agradi.
- Posar **notes positives a l'agenda**.





# Instruccions

- Curtes
- Específiques
- Directes





# Instruccions

- **Repetir** les instruccions varies vegades si es necessari.
- No **fer preguntes** si sabem que no **estaven atents** ( no fer preguntes per que s'adoni que no esta atent ).
- **No fer preguntes obertes.**
- **No dir** a l'alumne que **no vols que faci** ( “no parlis i espera el teu torn a classe”)
- **Digues** a l'alumne **el que vols que faci** ( “ aixeca la mà i espera que et digui per parlar”).
- Mostra-li atenció quan fa coses que et semblen adequades.

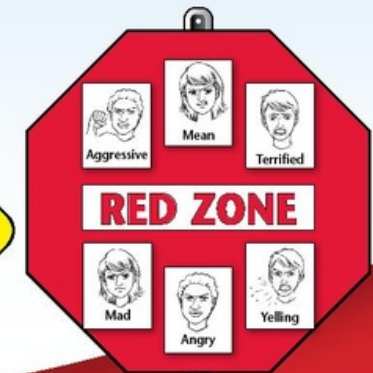
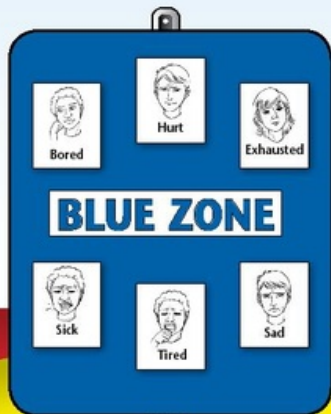


# Instruccions

- Brevetats: activitats de durada curta.
- Varietat: diversitat, canvi de patró.
- Estructura: rutina, ordre..

No pensar que si se'l ajuda no serà mai independent,  
ell HO NECESSITA

# THE ZONES OF REGULATION®



**Blue Zone Tools**

Stretch

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Green Zone Tools**

Drink water

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Yellow Zone Tools**

Deep breaths

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Red Zone Tools**

Take a break

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# The incredible 5 point scales

<b>5</b>	<p><u>I can't stand this and ready to explode.</u></p> <p>I want to hit someone, something, or throw something. I need an adult to help me go to a safe place so I can calm down.</p>	
<b>4</b>	<p><u>I am getting too angry.</u></p> <p>My brain isn't working clearly. I might say or do something I will be sorry for later. I need to go to my safe place to calm down.</p>	
<b>3</b>	<p><u>I am getting really irritated.</u></p> <p>I need to walk away from a bad situation. I will tell my teacher that I need a break.</p>	
<b>2</b>	<p><u>I am doing OK.</u></p> <p>I'm not pleased, but I'm not upset. I can stay where I am and keep working. I can control my anger by myself.</p>	
<b>1</b>	<p><u>I am doing great.</u></p> <p>I feel good about myself and about what is going on around me.</p>	

# Què li passa a un nen TDA/H



**Mals resultats  
escolars**

**Esforç**



**Autoestima**

**Desmotivació  
Desànim**





**Creatius**

**Positius**

**Flexibles**

+

Estratègies educatives

Coneixement del Trastorn

Mètode educatiu

Adaptacions en l'entorn

---

**Èxit en l'aprenentatge**



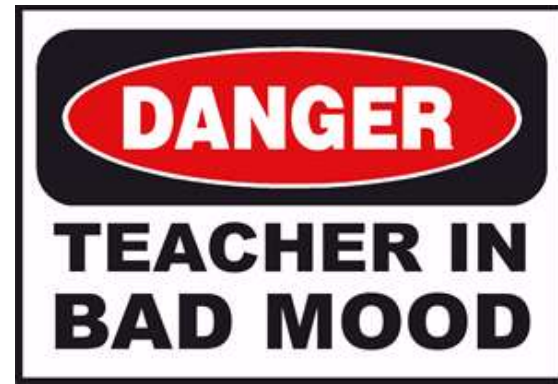


Què pot fer el mestre?

mètode de les 3 C



**CALMA**  
**COMPRENSIÓ**  
**CONeixEMENT**



Gràcies per a la vostra atenció



**CENTRE DE NEUROPSICOLOGIA INFANTIL DEL MARESME**  
DIFICULTATS D'APRENENTATGE I CONDUCTA

[www.cnimaresme.com](http://www.cnimaresme.com)