

¿Qué hago?

¡ Mi hijo tiene TDAH !

"TALLER PARA PADRES Y APODERADOS"



¿Qué es el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH)?

El Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad, conocido como **TDAH** por sus siglas engloba problemas para mantener **la atención, para controlar los impulsos y el nivel de actividad**. Estos problemas se reflejan en un deterioro de la capacidad del niño para controlar su conducta a lo largo del tiempo y para mantener en su mente las metas y contemplar consecuencias futuras.

El **TDAH** no es sólo la hiperactividad o déficit de atención de un momento o la incapacidad de hacer los deberes de cada día, sino un deterioro constante en como dirige su vida y conducta.



IDENTIFICACIÓN



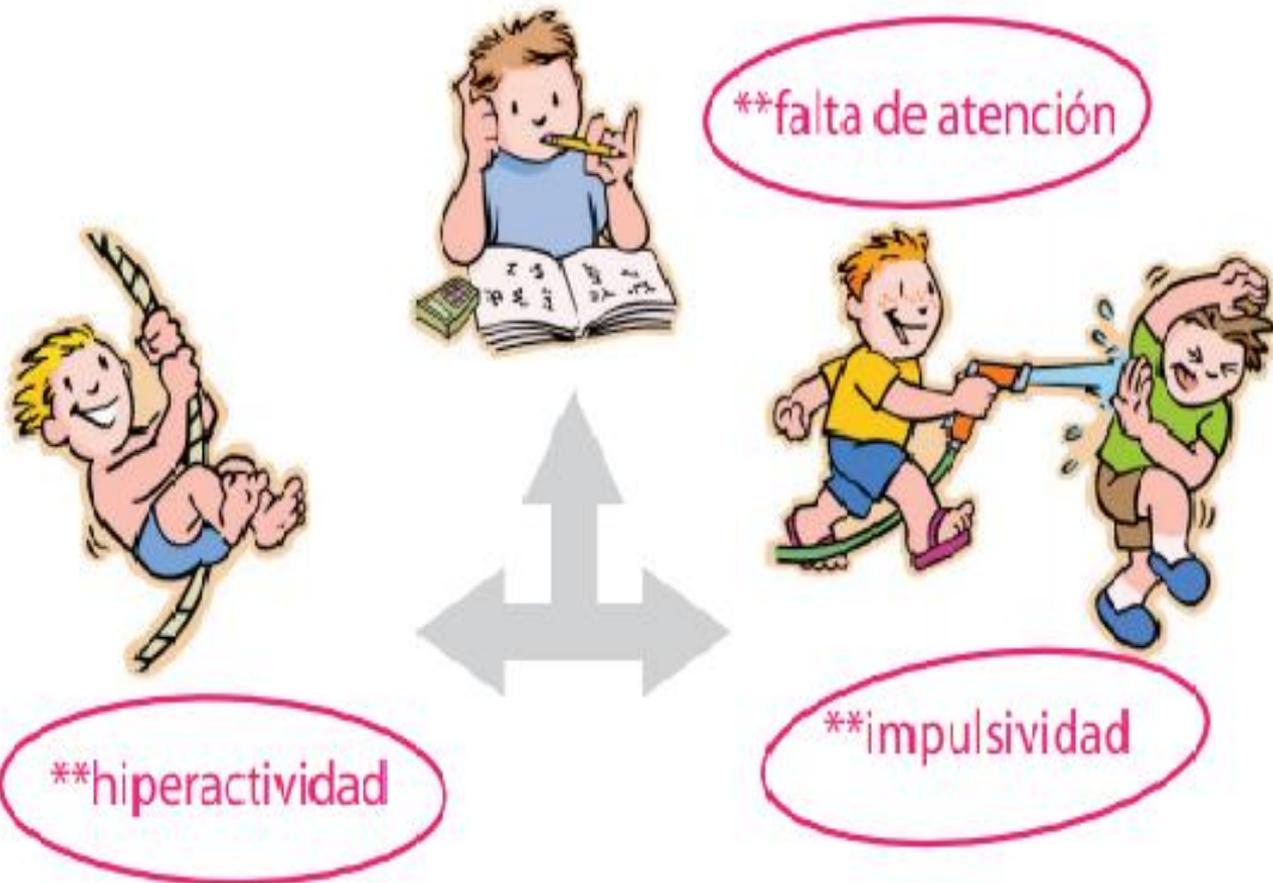
- TENDENCIA A LA DISTRACCIÓN FÁCIL.
- DIFICULTAD PARA MANTENER LA ATENCIÓN.
- PERSONALIDAD DISPERSA Y DESORGANIZADA.

¿ QUE ES LA FALTA DE ATENCIÓN?



- PROBLEMA DE CONDUCTA.
- NO SON CAPACES DE ESTAR DURANTE UN PERIODO PROLONGADO CON LA MISMA ACTIVIDAD.
- NO TIENEN CONSTANCIA EN LOS JUEGOS “ SALTAN” DE UNA COSA A OTRA.
- ALGUNOS NO SON HIPERACTIVOS, SON PASIVOS Y TRANQUILOS.

- Estrategias para trabajar en el hogar



Principios básicos para educar cuando hay TDAH

- 1.- El niño necesita estructura.** A un niño con TDAH lo que más le falta es estructura, por ello necesita contar con: orden, unos padres organizados, reglas muy claras, rutinas y aprender a predecir las respuestas de los padres por sus actos.
- 2.- Consecuencias inmediatas.** Los premios o los castigos deben darse en el momento, recuerden que uno de sus problemas es el tiempo, si prometen algo a largo plazo pierde su efecto. (Y si prometen algo ¡deben cumplirlo!)
- 3.- Ser constante.** Recuerden que cualquier cambio requiere de tiempo, por eso es importante que no se den por vencidos, aún cuando estén fuera de casa su conducta debe ser la misma. Intenten un programa para cambiar una conducta por lo menos dos semanas, antes de decidir que no funciona.
- 4.- Papá y mamá deben ser siempre un equipo.** El niño siente seguridad al saber que sus padres están de acuerdo en la forma de educar, ya que si mamá dice una cosa y papá otra se confunde más o aprende a manipular. Esto es importante aún cuando los padres estén separados.

5.- Estímulos concretos y poderosos. Aunque las palabras que estimulan ayudan mucho, los premios para estos niños deben ser concretos y confiables. Por ejemplo: Una gráfica con puntos para un buen comportamiento o usar fichas o puntos que sean canjeables por algo que él elija.

6.- Retroalimentación frecuente. Los estímulos deben ser frecuentes y constantes, ya que esto ayuda al niño a mantenerse motivado, no olviden que el niño no puede motivarse solo.

7.- No hablen, ¡actúen! dar explicaciones complicadas y largas al niño, así como hablar mucho, ¡no sirve!

8.- Hay ciertas cosas que al niño le cuestan más trabajo. Tener presente que hay algunas cosas que el niño no puede hacer, no es que no quiera, ¡no puede! Por ejemplo: Quedarse sentado mucho tiempo o hacer rápido la tarea.

9.- La relación padre-hijo, madre- hijo es sagrada. No hay nada más importante que tener una buena relación con su hijo. La relación no se forma en un momento, es continua y debe tener relaciones mutuas de: amor, caricias, respeto, aceptación y atención.

Se sugiere elaborar un calendario como el siguiente, en el cual tanto padres como hijo estén de acuerdo. Si cumple con la tarea obtendrá las estrellitas las cuales son canjeables por premios previamente acordados.

		[Barra decorativa]						
[Barra decorativa]	[Barra decorativa]	[Barra decorativa]						
[Barra decorativa] [Barra decorativa]	[Barra decorativa]	[Estrella] [Estrella] [Estrella]		[Estrella] [Estrella] [Estrella]				
[Barra decorativa]	[Barra decorativa]	[Estrella] [Estrella]		[Estrella] [Estrella]				
[Barra decorativa] [Barra decorativa]	[Barra decorativa]		[Estrella] [Estrella] [Estrella]					
[Barra decorativa] [Barra decorativa]	[Barra decorativa]							
[Barra decorativa]	[Barra decorativa]							



Por favor,
¿puedes ayudar a
recoger la mesa y meter las
cosas sucias en el
friegaplatos?



DALE RESPONSABILIDADES



¡Qué trucos más chulos
haces con el balón...!
Pero ahora debes ponerte
a hacer los deberes del
cole...

COMPENSA LO NEGATIVO



Tenemos que hacer un
poster para el Día de la
Tierra. Como te gusta
mucho el dibujo,
¿quieres participar en el
proyecto?

**DALE OPORTUNIDADES PARA
DEMOSTRAR SU TALENTO**



El principio de la redacción
es muy interesante, me
encantaría leer la
continuación, seguro que
la puedes terminar antes
del recreo

MOTIVALE A QUE SE SUPERE



Esta tarde has hecho
los deberes a tiempo y
me has ayudado a
atender a tu hermana,
así que hoy puedes
elegir tu plato favorito
para cenar

UTILIZA LAS RECOMPENSAS



Te estás portando muy
bien durante el paseo...
Lo estamos pasando muy
bien juntos.

**DESTACA LAS MEJORAS
AUNQUE SEAN PEQUEÑAS**

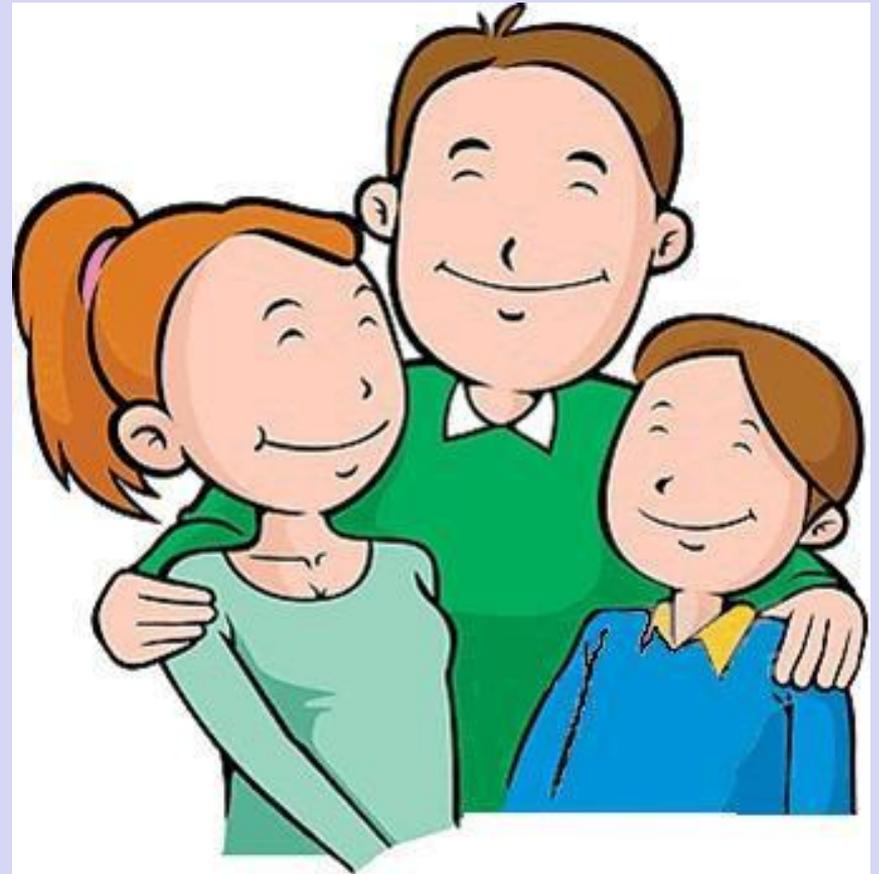
RUTINA, ESTRUCTURA Y CONSISTENCIA



- NECESITAN UNA ESTRUCTURA:
- HORARIO FIJO. Ej:
 - levantarse a la misma hora, hacer la cama, desayunar, vestirse , ir al colegio...
- MANTENER UNA RUTINA ESTABLE
- SI ESTO SE ALTERA “EL NIÑO PIERDE EL NORTE.”

SECRETOS PARA LA COMUNICACIÓN CON NIÑOS CON TDAH

- Contacto Visual.
- Palabras Sencillas.
- Entusiasmo.
- Instrucciones pasa a paso.



Alimentación

La evidencia científica actual demuestra que no existe ninguna alimentación para tratar el **TDAH**.

La dieta debe ser como la de cualquier otro niño de su edad, recomendándose que se controlen alimentos con alto contenido energético (vgr., chocolates) que favorecen la hiperactividad.



