

## Intervención conductual TDAH

Escrito por Dolores Armas  
Miércoles, 26 de Marzo de 2014 09:36 -

---

A partir de ahora, iré haciendo algunas recomendaciones, basadas en los resultados de las últimas investigaciones sobre intervención en TDAH y en los trabajos de muchos especialistas en este trastorno que pueden ayudar a hacer mejor el día a día con estos niños y niñas y ayudarles a obtener más éxitos en el ámbito



social, escolar y familiar. Hoy empezaré por aclarar por dónde podemos empezar si que queremos modificar el comportamiento de nuestros chicos y chicas TDAH.

- Lo primero que deberíais hacer es una lista con todas aquellas conductas y hábitos que os gustaría que fueran diferentes y a poder ser por orden de importancia.

- Para lo que creáis más urgente, señalad a continuación que hacéis cuando se manifiesta. Se trata de hacer una lista de soluciones adoptadas. Seguramente unas habrán sido algo eficaces (han conseguido que el comportamiento no se produzca, pero no somos

capaces de mantenerla en el tiempo), otras habrán sido totalmente ineficaces ( en este caso no las volveremos a poner en práctica, haremos modificaciones).

- Señalamos sólo un aspecto que queramos que sea diferente y que hasta el momento ha provocado demasiado desajuste personal del niño y demasiada incomodidad en el seno familiar.

- Este señalamiento y las medidas que a partir de ahora llevaremos a cabo, lo consensuaremos las personas que vamos a tener relación muy estrecha y directa con el niño (padre, madre, abuelos, otros cuidadores) y pondremos plazos de tiempo para ver cómo va evolucionando dicho aspecto.

- Podemos involucrar al niño, haciéndole ver la necesidad de que ese aspecto cambie. Indagaremos sobre que necesita para conseguir ese logro, a que personas necesita como ayudantes, como quiere que le ayudemos, que pasará si él no lo cumple, y como celebraremos su logro pasado el tiempo previsto.

- A continuación todos a ponerse en marcha prestando mucha atención y dando prioridad absoluta a la cuestión acordada. No olvidaremos que tendemos a repetir las conductas anteriores, que el niño va a ir en busca de ellas. y que cuando las emociones negativas se presente (enfado, ira, ...), creyendo que de nuevo que el niño ha fracasado, las dejaremos calmar y luego aplicaremos las consecuencias que habíamos acordado.

Os pongo un ejemplo:

Luis llega a casa y deja siempre tiradas en cualquier lugar sus cosas. Unas veces mamá se da cuenta inmediatamente y le dice a Luis que las coloque en el lugar adecuado; otras veces llegan apurados a casa y mamá se despista. Luis se va a ver la TV , mamá apurada va a hacer muchas de las tareas que dejó pendientes en casa y la mochila queda en cualquier lugar. Cuando mamá se da cuenta llama a Luis con tono enfadado, una , dos, tres, cuatro veces ... y Luis no aparece; mamá se enfada cada vez más hasta que Luis va y recoge sus cosas escuchando lo de siempre “ eres un desordenado, así no se puede vivir, quiero que recojas tus cosas, mañana no irás....”. Luis ha aprendido con esta secuencia de hechos que lo importante no es recoger la mochila, sino como estará mamá ese día, por lo tanto cada día intentará no esforzarse por dejar sus cosas en el lugar adecuado. Es más fácil tirarse directamente a ver la TV, eso sí que le gusta. Y así se irán sucediendo los días, los conflictos familiares, y Luis no mejora en autonomía, organización y responsabilidades.

La otra situación ideal sería que al llegar a casa mamá le dedicara unos minutos a Luis, le acompañara a su habitación a dejar la mochila y luego le dejara ver la TV. Poco a poco, y en días sucesivos, mamá tendría que supervisar esta acción desde lejos, darle prioridad a esta acción educativa por encima de todo y nunca dejar que Luis se sentara a ver la TV sin haber realizado esta labor. En caso de que algún día se colara, habría que apagar la TV, llevarlo a su habitación y no dejarle ver la TV. Si en alguna ocasión otra persona acompañara a Luis en ese momento tendría que hacer exactamente lo mismo. Una vez que esto lo hace de forma autónoma, debemos reforzarlo socialmente, con elogios, afecto.... En algún caso se puede celebrar de alguna manera; y a partir de aquí se abordaría otra conducta.

## **Intervención conductual TDAH**

Escrito por Dolores Armas

Miércoles, 26 de Marzo de 2014 09:36 -

---

Hay que ir despacio, con mucha calma y con mucha consistencia.

Con esto estamos aplicando varias técnicas cognitivas-conductuales cuya eficacia está probada en numerosos estudios científicos.