

PROBLEMAS DE ATENCIÓN.

Las bases del aprendizaje son la motivación, la comunicación y la atención.

Por eso el tener una deficiente capacidad de atención interfiere en el aprendizaje y en el rendimiento académico, que hace que éste sea inferior a las posibilidades reales del alumnado.

Si un alumno tiene lagunas, pierde la autoestima, se considera inferior, tanto en la infancia como en la adolescencia. Se sienten que no valen. Dicen: yo paso, no me importa no aprender... pero en realidad es una autodefensa.

La atención es la capacidad de mantener la concentración de forma constante en tareas o actividades durante un periodo de tiempo. Algunos niños tienen dificultad para centrar su atención.

Podemos adoptar medidas para mejorar la atención. Los niños serenos también tienen problemas de atención.

COMO SABER SI HAY PROBLEMAS DE ATENCIÓN.

Cuando pierden rápidamente el interés por lo que hacen.

No terminan las actividades que empiezan y tienen dificultad para escuchar y atender.

No se pueden concentrar.

Se les pasan los detalles.

Cometen errores.

Se distraen fácilmente.

Pierden u olvidan los materiales escolares.

Tienen dificultad para terminar los trabajos escolares.

No apuntan en la agenda, no traen los materiales para hacer la tares.

Tienen dificultad para llevar a cabo varias órdenes a partir de 5 años.

Contesta cuando no se le pregunta.

Es impaciente.

Habla demasiado.

Tienen dificultad para jugar tranquilos.

Interrumpe en lo de otros.

Hay que distinguir entre las distracciones normales que no es lo mismo que tener problemas de atención.

CAUSAS

Problemas médicos.

Percepción auditiva.

Percepción visual.

PROBLEMAS

Afectivos.

Emocionales.

Preocupaciones personales.

Todo esto les da inestabilidad.

Dormir mal, les quita mucho la atención.

Falta de motivación, que puede ser interna (la que tiene cada persona) o externa (se intenta promover a través de premios y castigos).

Es necesario dormir bien por la noche para mantener un nivel de atención y de concentración suficiente.

Sueño nocturno inadecuado o insuficiente.

CONSECUENCIAS

ÁMBITO ESCOLAR: Pierden rápidamente el interés. No retienen lo que intentan aprender. No llega a adquirir conocimientos básicos.

VIDA DIARIA: Descuida sus tareas, olvidan o pierden cosas.

PERSONALES: Afecta a su autoestima. Afecta al concepto que se tiene de sí mismos, se infravaloran, tienen un autoconcepto negativo.

COMO AFRONTAR PROBLEMAS DE ATENCIÓN.

Enseñar a planificar sus tareas. (en una tabla poner desayunar, ...)

Asegurarnos de que el niño ha entendido.

Entrenarse jugando.

Contacto ocular.

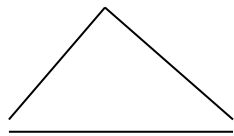
Cercionarnos de que hace lo que se le pide.

Reforzar el mantenimiento de la atención de forma concreta.

Comenzar con tareas en las que se garantice el éxito.

MOTIVACIÓN

Satisfacer deseos, necesidades, expectativas.



Reconocimiento

Qué bien has hecho...

Me gusta mucho...

Progreso

Antes no podían hacer algo

y ahora sí, eso les motiva.

HERRAMIENTAS MOTIVACIÓN “Los secretos de la motivación” de José Antonio Marina.(videos)

Eliminar los obstáculos, miedo, no entender,...

Entrenamiento. Hábitos de tareas, estudio...

Cambiar el sentimiento de desánimo por el entusiasmo.

Seleccionar la información, si hay problemas en casa no transmitirlo al niño.

Imitación (a nivel positivo o negativo- imitan cosas negativas si ven que otro lo hace y no tiene consecuencias)

Castigos.

Premios.

Rutinas diarias, sin muchos cambios, donde el niño sabe lo que va a suceder a continuación.

Sin gritos, ni prisas continuas.

AMBIENTE FAMILIAR FAVORECEDOR

Un ambiente familiar tranquilo favorece la serenidad.

El ambiente familiar puede provocar problemas:

- Con estrés.
- Con prisas.
- Con desorden, físico, de horarios.
- Con cambios frecuentes.
- Con falta de rutinas.
- Cambios frecuentes en la vida del niño.
- Comer cada día en un sitio distinto (avisar para no darles inseguridad)
- No tener un lugar fijo donde estar.

CAPTAR MEJOR LA ATENCIÓN

Valorar sus intereses y aptitudes, les hace sentir valiosos.

Hablar su lenguaje, en su propio estilo, inicia la comunicación.

Usar la tecnología.

Facilitar situaciones donde pueda aplicar los conocimientos.

Tenerle en cuenta desde sus características personales, no compararles con otros niños.

Promover responsabilidades compartidas, para crearles hábitos.

Contarles una historia.

Inspirar su curiosidad.

Emplear elementos visuales, listado.

Hacer comentarios reforzantes.

QUÉ PODEMOS HACER AHORA

Aprender maneras de ayudarlo.

Observar y tomar notas: diario de cuando se dispersan, en qué momento...

Ayudarlo a hacer cambios para mejorar la concentración.

Poner plazos para completar las cosas.

Mirar a través de los ojos de su hijo/a.

Conocer cómo se siente por sus problemas de concentración.

Probar nuevas estrategias.

PAUTAS PARA TRABAJAR LA ATENCIÓN.

Claridad, el niño debe tener claro qué tiene que realizar.

Lenguaje concreto, preciso y con pocas palabras.

Trabajo estructurado y dividido en pequeños objetivos.

Constancia: crear hábitos.

Aprovechar sus intereses, para favorecer la atención.

Motivación, podemos jugar para que se motiven más.

Entorno de trabajo libre de estímulos, Tv. puesta, música...

Variedad.

Practicar dos o tres veces por semana y 15 minutos.

Ayudar sólo cuando sea necesario.

Facilitar que descubra sus errores, repasa.

Actitud positiva para facilitar su autoestima y confianza.

SUPERVISAR

- El tiempo de TV.

La TV es más estimulante que cualquiera de las actividades extraescolares.

- Los videojuegos.

Procurar juegos que estimulen su imaginación, creatividad....

La relación con otros niños.

- Tiempo de juego al aire libre.

Favorece la relación y canaliza su energía y vitalidad.

JUEGOS PARA FAVORECER LA ATENCIÓN

Relacionar, hallar camino, las 7 diferencias, unir puntos, laberintos, puzzles, mandalas, objetos intrusos, sopa letras,...

Pequeños resúmenes de lo que han leído.