

8.- DISFUNCIÓN DE LA ATENCIÓN

DESCRIPCIÓN

La falta de atención es uno de los constantes problemas durante la infancia. Los niños y niñas afectados no son capaces de prestar atención durante un tiempo prolongado, y por ello sólo dedican escaso tiempo a actividades constructivas. No son constantes con los juegos, les cuesta entretenerse con juguetes y más aún realizar tareas por las que no se hallan excesivamente motivados (como por ejemplo sus responsabilidades en casa o sus tareas escolares). Normalmente cambian constantemente de una tarea sin concluir a otra, de forma que tampoco aprenden todo lo que deberían.

Estos niños y niñas etiquetados con frecuencia como distraídos y desorganizados cuando no de “pasotas”, “despreocupados” o “gandules y vagos” sufren las consecuencias de un desajuste en sus capacidades de atención.

SÍNTOMAS E INDICADORES PARA EL DIAGNÓSTICO

Los alumnos desatentos se caracterizan en sus conductas como:

- No terminan las tareas que empiezan.
- Cometan muchos errores.
- No se centran en los juegos.
- Muchas veces parecen no escuchar cuando se le habla directamente.
- Tienen dificultades para organizarse.
- Evitan las tareas que requieran esfuerzo.
- Muy a menudo pierden cosas que necesita.
- Se distraen con cualquier cosa.
- Son descuidados en las actividades.

ORIENTACIONES Y RECURSOS

ORIENTACIONES Y TRATAMIENTO

Realizar fichas de trabajo atractivas y sugerentes para el alumno en las que la tarea consista en discriminar visualmente estímulos gráficos. El contenido de ese material de trabajo debe ser sustancialmente al propio contenido de las asignaturas escolares de forma que el alumno se sienta motivado a la tarea por su novedad y por su grado de dificultad asequible a sus capacidades.

De igual manera, es muy importante que dichos ejercicios no se conviertan en una mera tarea rutinaria y mecánica sino que deben introducirse verbalizaciones en la realización de actividades atencionales señalando (expresión oral) la secuencialidad de las operaciones involucradas en los ejercicios realizados con el objeto de poder establecer más sólidamente el entrenamiento en atención-concentración.

Algunos tipos de actividades válidos pueden ser: ejercicios de discriminación visual, razonamiento verbal, razonamiento lógico, completar frases, sinónimos-antónimos, ordenación de conceptos, seguir series, problemas-acertijos, localizar las características, etc.

Estrategias de aprendizaje atencionales:

Estrategias de atención global. Atender al máximo a toda la información presentada. Se explora el ambiente y se hacen rápidos desplazamientos de la atención.

Estrategias de atención selectiva. Se selecciona la información más relevante. Técnicas importantes para ello son la fragmentación o subrayado de la información tratada.

Estrategias de atención dividida. En la medida en que vamos automatizando los pasos y estrategias que utilizamos tendremos más recursos disponibles para orientar a los niños hacia otras tareas.

Estrategias de atención sostenida. Tienen como fin conseguir la concentración el mayor tiempo posible. Técnicas útiles son la elaboración de esquemas o hablar y repetir la información en voz alta.

Estrategias de metaatención. Debemos hacer un estudio de cómo funcionan nuestros propios mecanismos atencionales para sacar un óptimo rendimiento.

Estrategias de enseñanza atencionales:

Para ganar la atención del alumno:

Analizar los intereses básicos en el aula, conocer éstos intereses y basar en ellos la actividad escolar, fundamentalmente en los primeros cursos.

Informar al alumno de las posibilidades de éxito en el aprendizaje y del nivel real de dificultades.

Proporcionar contenidos estructurados y organizados.

Para mantener la atención del alumno:

Variar los estímulos.

Incorporar algún tipo de actividad física al proceso de aprendizaje. Por ejemplo seguir la lectura con el dedo.

Crear una conciencia de satisfacción hacia el rendimiento obtenido

Mostrar un grado de afectividad al transmitir la información.

Conseguir que el alumno tenga satisfacción por atender.

Ubicar al alumno en un espacio físico idóneo.

Ejercicios para controlar la atención:

Para la concentración inmediata:

Ejercicios de recuerdo de números bajo ciertas condiciones (en una serie de números recordar unos y olvidar los restantes)

Pensar en imágenes que resulten agradables, alternándolas con espacios sin pensar en nada.

Pensar en cualquier imagen que se desee, alternando con espacios sin pensar en nada

Para el dominio de la imaginación a largo plazo:

Enumeración de los momentos del día de mayor distracción y clases de pensamientos que se producen.

Jerarquización de los mismos (jerarquías de imaginación).

Elección del pensamiento que menos distrae, para controlarlo.

Autoaplicación de la relajación muscular.

Entrenamiento en autoinstrucciones:

Como forma de recordar instrucciones específicas de una tarea, (*"tengo que tachar todos los coches"*) Este procedimiento guía el desarrollo de la tarea y disminuye el nivel de distracción.

Como forma de mejorar las condiciones de realización de la tarea (*"tómalo con calma..."*).

Como autorrefuerzo, empleando frases positivas cuando se va realizando la tarea adecuadamente (*"lo estoy haciendo bien"*).

Aplicación de técnicas de modificación de la conducta:

Técnicas operantes: consisten en ofrecer al niño una consecuencia cuando lleva a cabo una conducta. Si nuestro objetivo es que dicha conducta se produzca con mayor frecuencia, hablamos de reforzamiento. Si lo que perseguimos es hacer disminuir la conducta, hablamos del castigo como técnica operante.

El autocontrol: el niño se propone pequeñas metas relacionadas con su trabajo o su forma de actuar, permaneciendo atento a su conducta para poder evaluarla al final de cada día y estableciendo expectativas para el siguiente.

RECURSOS PARA LA INTERVENCIÓN

Ejercicios de atención. Concentración y memorización. Autor: Alfredo Gosálbez Celdrán. Editorial/Año: CEPE. 1985. Nivel Educativo: 2ª Etapa de EGB - BUP.

Actividades para desarrollar la capacidad de Atención-2. Autor: Antonio Valles Arándiga. Editorial/Año: Escuela Española. 1994. Nivel Educativo: 2º Ciclo de Educación Primaria.

Atención 2. Autor: Consuelo García López, Mª Angeles Aparicio Guerrero. PROMO LIBRO 1988. Nivel educativo: De 7 a 9 años y educación especial

La recuperación de la atención. Autor: Jose M. Vilanova Peña.. Editorial/Año: Editorial CEPE. Nivel educativo: Alumnos de 8 a 12 años.

Atención y observación. MULTITEST. Autor: C. Roca Baró.. Editorial/Año: Editorial SALVATELLA. Nivel educativo: Cuadernillos A,B,C, Educación Infantil, para 4 y 5 años. Cuadernillos 1, 2, 3, Educación Primaria, para 5 y 6 años. Cuadernillos 4,5,6, Educación Primaria, para 6 y 7 años.

Atención, percepción y conceptos de forma y color.

PROGRESINT 4. Autor: C. Yuste, M. Trallero. Editorial/Año: Editorial CEPE.. Nivel educativo: 2º Ciclo Infantil. Edad 4-6 años

Atención, observación. PROGRESINT 13. Autor: C. Yuste Hernanz, J. Miguel S. Quirós. Editorial/Año: Editorial CEPE. Nivel educativo: 1º Ciclo de Primaria. Edad 6-8 años; 2º Ciclo de Primaria. Edad 8 - 12 años

ENFÓCATE. Programa de entrenamiento en focalización de la atención. **Editorial:** Grupo Albor-Cohs. **ISBN:** 9788495180773. Aplicación: Individual o grupo muy reducido. Destinatarios: Niños y Preadolescentes Hiperactivos, Impulsivos o con Déficit de Atención. Niños desde los 5 años en general. Adultos con lesión cerebral. Edad: Desde los 5 años.