

# DISEÑO DE UNA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA MEJORAR LAS HABILIDADES SOCIALES EN ALUMNOS CON TDAH

Design of an intervention proposal to improve social skills in students with ADHD

Laura Sánchez Fernández | Investigadora independiente | España  
[laura\\_sf10@hotmail.com](mailto:laura_sf10@hotmail.com)

**RESUMEN:** El Trastorno por Déficit de Atención y/o Hiperactividad (TDAH) es un síndrome que dificulta tanto el proceso de aprendizaje de los alumnos como las relaciones que establecen con sus iguales, debido a las características que los definen. Por esta razón, se estima necesario generar una propuesta de intervención que promueva el desarrollo de las habilidades sociales de niños y niñas con TDAH y así apoyar a la comunidad educativa con estrategias que favorezcan la labor formativa. De este modo, se apuesta por una metodología activa, pues se considera esencial que las actividades sean lúdicas y los materiales atractivos para potenciar la adquisición de los conocimientos establecidos en estas áreas. Además, se considera trascendental involucrar a docentes y familia en el proceso de formación, entendiendo que los ámbitos de socialización primaria y secundaria son los que otorgan a los niños los límites y normas esenciales para convivir con el entorno. Es así como esta propuesta ofrece orientaciones que apuntan a dicho involucramiento, con el fin de garantizar un proceso de aprendizaje adecuado no sólo a nivel académico, sino también a nivel personal.

**PALABRAS CLAVES:** habilidades Sociales, TDAH, intervención

**ABSTRACT:** Attention Deficit Disorder and / or Hyperactivity Disorder (ADHD) is a syndrome that hinders both the learning process of students and the relationships they establish with their peers, due to the characteristics that define them. For this reason, it is considered necessary to develop an intervention proposal that promotes the development of social skills of children with ADHD and thus support the educational community with strategies fostering social skills. In this way, we are committed to an active methodology, since it is considered essential to design entertaining activities and attractive materials to enhance the acquisition of knowledge established in these areas. In addition, it is considered fundamental to involve teachers and family in the educational training process, understanding that the primary and secondary socialization spaces are those that give children the limits and essential standards to co-exist with the environment. Considering this, this proposal offers guidelines targeting that involvement, in order to ensure a proper learning process not only at an academic level, but also at a personal level.

**KEYWORDS:** social skills, ADHD, intervention

## INTRODUCCIÓN

En las aulas, los docentes encuentran una gran diversidad de estudiantes, cada uno de ellos con unas determinadas características, las cuales definen tanto al niño/a como al entorno familiar en el que se desenvuelve. Un ejemplo de ello, son los niños con Trastorno por Déficit de Atención y/o Hiperactividad (TDAH), un trastorno que dificulta tanto el proceso de aprendizaje de los alumnos como las relaciones que establecen con sus iguales, debido a lo que les caracteriza.

Este hecho, lleva a que un docente no sólo focalice su atención en los aspectos académicos de sus alumnos, puesto que a la base de éstos, están las problemáticas que presenta cada alumno como pueden ser conflictos entre compañeros, falta de integración con el grupo de estudiantes, desmotivación por aspectos escolares, situaciones de discapacidad, así como diferentes aspectos socioculturales. De este modo, es importante atender a este tipo de situaciones, con el fin de asegurar un proceso de aprendizaje adecuado no sólo a nivel académico, sino también a nivel personal.

Así pues, para promover una atención adecuada hacia estos alumnos, se considera importante que los docentes conozcan tanto las características como las manifestaciones del TDAH, lo cual es esencial para que puedan realizar una buena intervención favoreciendo su aprendizaje. Sin embargo, muchos docentes -al igual que las familias- carecen de las habilidades y estrategias necesarias para poder afrontar las problemáticas que surgen con este trastorno, lo cual puede traducirse como una barrera en el propio desarrollo del alumno, ya que su entorno más cercano no le ofrece la ayuda que necesita para afrontar los obstáculos con los que se encuentra día tras día.

Como se ha mencionado, una de las problemáticas que afrontan estos niños/as aparece en el ámbito relacional, pues por diversos factores, carecen de algunas habilidades para relacionarse de forma adecuada con los demás. Por esta razón, se diseña un programa de intervención que pueda dotar a los niños de las estrategias necesarias para integrarse adecuadamente con su grupo de iguales, atendiendo a aspectos como la comprensión de emociones o la capacidad de empatizar con los demás, pues son cuestiones esenciales que favorecen el proceso de interacción con el entorno que les rodea.

### Propuesta teórica

El trastorno por déficit de atención/hiperactividad es un trastorno neurobiológico que se inicia en la infancia y se caracteriza por falta de atención y/o por hiperactividad e impulsividad (López, López y Díaz, 2015), siendo uno de los trastornos del neurodesarrollo más frecuente durante la infancia y adolescencia. El impacto que tiene dicho trastorno en la sociedad, refleja como éste afecta a uno de cada veinte niños y adolescentes en Europa, permaneciendo en muchos casos durante la edad adulta (Young, Fitzgerald y Postma, 2013). De este modo, son muchas las familias que afrontan situaciones complejas desencadenadas por el TDAH, lo cual se refleja al mismo tiempo en los centros educativos, pues día tras día

muchos de los docentes deben atender tanto a las problemáticas como a las necesidades que manifiestan estos estudiantes en las aulas.

Según el DSM-V (American Psychiatric Association [APA] (2013)) el TDAH es "*un patrón persistente de inatención y/o hiperactividad-impulsividad que interfiere con el funcionamiento o desarrollo de la persona*". De este modo, este trastorno se caracteriza por la aparición de tres grandes síntomas (déficit de atención, impulsividad y exceso de actividad motora), por lo que el TDAH puede manifestarse atendiendo a los siguientes subtipos: a) Predominantemente con falta de atención (TDAH-I), cuando se cumple el criterio de inatención pero no el criterio de hiperactividad-impulsividad, b) Predominantemente hiperactivo-impulsivo (TDAH-HI) cuando se cumple el criterio de hiperactividad-impulsividad pero no se cumple el criterio de inatención y Combinado (TDAH-C), cuando se cumple el criterio de inatención y el criterio de hiperactividad-impulsividad.

Tomando como base dicha definición, debemos señalar que no todos los niños/as con TDAH manifiestan dificultades de aprendizaje, pero por las características que definen al trastorno, son un grupo de riesgo para las mismas. El proceso de aprendizaje que se produce en el centro escolar, exige una atención sostenida por parte de los estudiantes. Sin embargo, los niños/as con TDAH se muestran impulsivos y desorganizados a la hora de realizar las tareas escolares, pues al ser unas tareas monótonas y repetitivas, no favorecen que los alumnos puedan realizar un trabajo eficaz. Por esta razón, a pesar de que alumnos con TDAH tengan un coeficiente intelectual que se encuentre dentro de los límites de la normalidad, éstos tienen más probabilidad de fracasar en la escuela, debido a que su rendimiento académico se encuentra por debajo de sus posibilidades (Weiss et al., 1971; Barkley, 1998).

Además de los síntomas nucleares que aparecen en el síndrome, el TDAH puede asociarse a otras características como pueden ser desajustes a nivel emocional, puesto que el sujeto puede presentar alteraciones a la hora de manifestar su afectividad (mal genio, irritabilidad, llanto, etc.), así como insuficiencia cognitiva, pues en algunas personas con TDAH los procesos cognitivos pueden verse afectados. Asimismo, debemos destacar como el TDAH muestra un elevado grado de comorbilidad, ya que puede permanecer junto a dos o más enfermedades generalmente relacionadas. Esta cuestión nos permite ver la gran complejidad que puede llegar a presentar este trastorno, pues al coexistir con otros trastornos neuropsiquiátricos (como bien pueden ser trastornos de aprendizaje y del lenguaje, ansiedad y depresión y trastornos de conducta) aumenta la dificultad tanto a la hora de realizar un diagnóstico como a la hora de llevar a cabo un proceso de intervención en el sujeto.

Debido a los síntomas básicos del trastorno -los cuales provocan que el sujeto presente dificultades a nivel de aprendizaje, rendimiento y socialización- tanto en el ámbito familiar como en el ámbito escolar, pueden generarse ciertas sospechas de que el alumno pueda tener TDAH cuando este tipo de conductas son más frecuentes e intensas de lo habitual según la edad y el desarrollo del sujeto (Amador, et al. 2002). Ante ello, se pone en marcha el Protocolo de Derivación y Traspaso de Información, donde el centro educativo lleva a

cabo un proceso de evaluación psicopedagógica realizada por el orientador/a, el cual seleccionará las pruebas oportunas para evaluar al estudiante y tratará de obtener la información necesaria tanto por parte del equipo docente como de la familia.

Con tal de mejorar el proceso de aprendizaje de los alumnos con TDAH, es relevante que los docentes realicen cambios en la metodología y comunicación, así como en la utilización de nuevos recursos y herramientas, pues son cuestiones esenciales para que se pueda conseguir un proceso de enseñanza aprendizaje eficaz en ellos. Con el fin de ayudarlos a mejorar su conducta, es importante también que tanto desde el ámbito familiar como escolar, se incida en trabajar estos aspectos mediante técnicas y programas de modificación de conducta, pues es una cuestión esencial para que puedan desenvolverse adecuadamente en los diferentes ámbitos de su vida. Esta cuestión es esencial para mejorar las relaciones con sus iguales, ya que al no establecerse una interacción adecuada con ellos, los niños/as con TDAH llegan a ser excluidos o marginados por el grupo en el que se encuentran, algo que afecta negativamente en su autoestima.

Según Anastopoulos, Smith y Wein (1998), los niños con TDAH suelen experimentar sentimientos de incapacidad y fracaso, desmotivación en el aprendizaje, baja autoestima, síntomas depresivos y ansiedad. Podemos considerar que este estado de ánimo, puede desencadenarse por dos cuestiones: por un lado, debido a las dificultades que tiene el menor para afrontar las situaciones del día a día tanto en el entorno escolar como en el familiar; por otro lado, debido a las actuaciones que muestra tanto la familia como el contexto escolar para abordar las problemáticas que surgen con el menor. En muchas ocasiones, tanto los padres como los docentes, carecen de las habilidades y/o recursos necesarios para atender a las necesidades que presenta el menor, por lo que emplean de forma frecuente métodos ineficaces -como bien pueden ser castigos, restricciones, llamadas de atención, etc.- que suelen provocar nuevos inconvenientes con el niño/a. Por esta razón, es importante que tanto la familia como los profesores, tengan unas orientaciones básicas para saber cómo actuar con el menor e intentar fomentar su estado de bienestar.

Como se ha señalado, el TDAH presenta unas características específicas que influyen directamente en los diferentes ámbitos de la vida de la persona. Uno de los aspectos esenciales sobre los que influye el trastorno, son las destrezas sociales que presenta el individuo, un pilar relevante que incide en la autoestima, la autorregulación del comportamiento, la adopción de roles y el rendimiento académico durante la infancia y vida adulta (Gil Rodríguez, León Rubio y Jarana Expósito, 1995; Kennedy, 1992; Monjas Casares, 2002; Ovejero Bernal, 1998).

Según Caballo (2005) las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten que la persona se desarrolle en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación. Por ello, favorecen la resolución de conflictos inmediatos y la disminución de problemas futuros en la medida en la que el sujeto respeta las conductas de los demás. Estas destrezas sociales, se aprenden a lo largo de la vida a partir del ambiente en el que se desenvuelve el

sujeto, pues en éste, se produce el aprendizaje de normas, límites, valores, etc. los que se adquieren de una forma determinada según el proceso de socialización que se establezca.

Sin embargo, las características que definen a las personas con TDAH provocan que en muchas ocasiones, no se lleve a cabo un proceso de socialización adecuado, una cuestión que repercute negativamente en el ámbito académico, familiar y social del menor, pues suelen producirse situaciones de rechazo por parte de su grupo de iguales o percepciones negativas por parte de los adultos con los que se encuentra, lo cual repercute en el desarrollo emocional del niño/a.

Con el fin de mejorar sus habilidades sociales, es importante que tanto la familia como el centro escolar -así como otras instituciones y medios de comunicación- presten interés en trabajar estos aspectos, pues son los ámbitos de socialización primaria y secundaria en los que el menor se desenvuelve día tras día. Así pues, trabajando en base a unas pautas básicas, se mejorará el proceso de interacción con su entorno, lo cual permitirá fomentar el buen desarrollo emocional del sujeto.

### **Propuesta de intervención**

Debido a las características que definen a niños con TDAH, se propone un plan de intervención basado en una metodología activa y participativa, la cual permite a los estudiantes ser protagonistas de su proceso de aprendizaje. Mediante este tipo de metodología, se promoverá que el alumno preste mayor atención a las actividades propuestas, pues se trabaja con material manipulativo y juegos que resultan atractivos para potenciar la adquisición de los conocimientos establecidos.

Asimismo, se puede destacar la importancia de una metodología multidisciplinar, teniendo en cuenta el contexto en el que se desarrolla un niño/a, su desempeño académico y el tratamiento farmacológico adecuado en caso de estar indicado por los profesionales correspondientes (Abad-Mas, Ruiz-Andrés, Moreno-Madrid, Herrero y Suay, 2013). Siendo fundamental el trabajo cooperativo con el profesorado, sobre todo con el tutor de la clase - pues en este curso escolar el tutor pasa gran parte de las horas lectivas con el grupo-, con el fin de intercambiar información entre el Departamento de Orientación y docentes promoviendo al mismo tiempo intervenciones adecuadas que ayuden en el progreso del alumno.

Por otro lado, señalar que las actividades propuestas se llevarán a cabo de dos formas: a través de sesiones individuales con el alumno y mediante la realización de sesiones grupales (realizadas en las horas de tutoría), donde el estudiante pondrá en práctica con sus pares los conocimientos previamente adquiridos. Además, previamente a las sesiones realizadas con el alumno, se realizarán dos sesiones destinadas a la orientación a familias y docentes, con el fin de que éstos adquieran los conocimientos y estrategias necesarias para atender a las necesidades que presentan los niños/as.

Las sesiones individuales para niños/as, consideran el relato y el análisis de cuentos como el *"El monstruo de los colores"* (Llenas, 2012), donde se pide al estudiante que relacione colores con emociones para aprender a identificar las mismas, o *"El oso Nelson"*, donde a través de una historieta realizada con marionetas, el alumno aprende una serie de pautas básicas importantes para relacionarse con los demás, como saludar, presentarse, interrumpir correctamente, dar las gracias o saber disculparse.

Además, se utilizan juegos de tarjetas en las que se reflejan las situaciones que viven dos personajes. Utilizando dibujos sobre "caras de emociones" el niño tiene que explicar qué sienten los personajes, relacionando el comportamiento con la emoción que sienten. También se trabajarán las *"Autopsias sociales"* (Bieber, 1994), donde a través de tarjetas de dibujos, se expondrán las situaciones conflictivas que suelen experimentar los niños cuando se relacionan con sus compañeros tanto en clase como en el recreo. De este modo, también se trabajarán estrategias de resolución de conflictos.

Las sesiones grupales incluyen juegos colectivos, como *"El Bingo de las Emociones"* (Mitlin, 2008); una actividad en la que los alumnos identificarán las diferentes emociones y compartirán sus experiencias con el resto de compañeros. También utilizaremos la técnica del role-playing (Martín, 1992), que les ayudará a conocer los sentimientos que influyen tanto en su conducta como en la de los compañeros. Con esta actividad se reflexionará sobre la importancia que tiene modificar conductas que pueden ser molestas para los demás. Entre todos los estudiantes elaborarán una lista de acuerdos de convivencia que deberán de cumplir en el aula. Para ello, utilizaremos la técnica de economía de fichas (Alvord, 1974), donde los alumnos reflejarán si han cumplido o no las normas establecidas.

## DISCUSIÓN

Al desarrollar esta propuesta de intervención, se ha tenido en cuenta una serie de programas educativos, como son: Resultados de un programa de tratamiento cognitivo-conductual para niños con Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (Calderón, 2001), La escuela y el trastorno por déficit de atención con/sin hiperactividad (Rodríguez-Salinas, et al. 2006) y Programas eficaces de entrenamiento en habilidades sociales basados en métodos vivenciales (Almir y Aparecida, 2013). Estos programas, presentan coincidencias esenciales para mejorar las dificultades que presentan los niños/as con TDAH al relacionarse con el entorno que les rodea. Así pues, las semejanzas entre los diferentes programas educativos y esta propuesta pueden resumirse en dos grandes aspectos.

Por un lado, es relevante que el sujeto aprenda a analizar las situaciones sociales que se desencadenan en su día a día, pues es importante que comprenda qué sucede y por qué se generan dichas situaciones, una cuestión esencial que le ayudará a mejorar su conducta. De este modo, se sugieren técnicas cognitivas y conductuales que ayuden al niño/a a analizar su propio comportamiento, con el fin de que aprenda a rectificar su conducta cuando ésta no sea adecuada. Para promover este proceso de aprendizaje, se atiende a técnicas centradas en auto-instrucciones, refuerzo social o resolución de conflictos entre otras, las

cuales ayudarán al sujeto no sólo a comprender el entorno que le rodea sino también a integrarse en el mismo.

Además, es importante destacar cómo los programas de intervención tienen en cuenta la figura de la familia y profesores, pues al estar de forma cotidiana en contacto directo con el menor, aportan información relevante acerca de la evolución del sujeto, una cuestión esencial que permite saber si el programa de intervención es eficaz. Sin embargo, en los diferentes programas, no se atiende a la autoevaluación de la conducta de docentes y padres, un aspecto que está incluido en esta propuesta de intervención por considerarse esencial, pues la actuación que desempeñan también influye de forma directa en el progreso que pueda tener el menor a la hora de socializarse con su entorno.

## **CONCLUSIONES**

Como bien se ha reflejado a lo largo del trabajo, las personas que manifiestan TDAH muestran unas características específicas que, en determinados ámbitos y ocasiones, les impiden poder socializarse adecuadamente con el entorno que les rodea. La integración y el sentimiento de formar parte de un grupo, es un aspecto esencial en el proceso de crecimiento de la persona, pues como proceso de socialización secundaria, le permite aprender nuevos límites, normas, valores, etc. De este modo, las relaciones que se producen con su grupo de iguales, influyen directamente en su estado emocional, una cuestión relevante que puede afectar en el ámbito académico, personal y familiar, como hemos visto anteriormente.

Por todo ello, el tratamiento psicoeducativo desde la infancia resulta clave para mejorar los problemas sociales asociados u originados por él (Pardos, Fernández-Jaén y Martín, 2009). Considerándose importante que, se trabajen de forma continua y persistente las dificultades que presentan los niños/as, con el fin de que adquieran las destrezas necesarias para poder integrarse de la mejor manera posible con su grupo de iguales. Para ello, es trascendental que tanto la familia como el centro escolar contribuyan en su proceso de aprendizaje, pues como agentes educativos, deben garantizar un adecuado crecimiento personal del alumnado. Para garantizar dicho proceso de aprendizaje, es importante que todos los agentes educativos conozcan los rasgos que caracterizan al TDAH y fundamenten su intervención en un trabajo cooperativo con el resto de profesionales, pues deben encaminar sus prácticas educativas hacia una misma dirección para garantizar un trabajo eficaz que favorezca las circunstancias en las que se encuentra el alumno.

Para promover que este tipo de trabajo se lleve a cabo, debemos destacar el papel fundamental que desempeña el psicopedagogo/a del centro, pues debe formar a los docentes con el fin de ampliar sus conocimientos y habilidades para conseguir una actuación adecuada en las aulas ante este tipo de casos. Por esta razón, no sólo debe desarrollarse un mayor compromiso docente, sino que también los psicopedagogos/as deben estar formados y sensibilizados para hacer frente a dicha problemática, pues son un referente

fundamental no sólo para transmitir conocimientos a los agentes educativos, sino para motivarlos en su actuación al mostrarles que su labor es esencial.

Al fin y al cabo tenemos una gran labor, ya que debemos promover el crecimiento y buen desarrollo de los ciudadanos, luchando para que se garanticen sus derechos desde su más tierna infancia, pues como profesionales de la educación, una parte de su bienestar personal también depende de nosotros.

## REFERENCIAS

- Abad-Mas, L., Ruiz-Andrés, R., Moreno-Madrid, F., Herrero, R. y Suay, E. (2013). Intervención psicopedagógica en el trastorno por déficit de atención/hiperactividad. *Revista de Neurología*, 57(1), 193-203.
- Almir, D. y Aparecida, Z. (2013). Programas eficaces de entrenamiento en habilidades sociales basados en métodos vivenciales. *Apuntes de Psicología*, 31(3), 67-76
- Alvord, J. (1974). *Economía de fichas*. México: Editorial Ciencia de la Conducta.
- Amador Campos, J. A., Idiázabal Alecha, M. A., Sangorrín García, J., Espadaler Gamissans, J. M. y Fornis i Santacana, M. (2002). Utilidad de las escalas de Conners para discriminar entre sujetos con y sin trastorno por déficit de atención con hiperactividad. *Psicothema*, 14(2), 350-356.
- American Psychiatric Association [APA] (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Fifth Edition* (Washington, DC: American Psychiatric Association).
- Anastopoulos, A., Smith, J. y Wein, E. (1998). Counseling and Training Parents. En R. Barkley, (Eds.), *Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (pp. 373-394). New York: The Guilford Press.
- Bieber, J. (1994). *Learning disabilities and social skills with Richard La Voie: Lastonepicked. Firstone epickedon*. Washington, DC: Public Broadcasting Service.
- Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. (6° Edición). Madrid: Siglo XXI.
- Calderón, C. (2001). Resultados de un programa de tratamiento cognitivo-conductual para niños con Trastorno por déficit de atención con hiperactividad. *Anuario de Psicología*, 32(4), 79-98.
- Gil Rodríguez, F., León Rubio, J. y Jarana Expósito, L. (Eds) (1995). *Habilidades sociales y salud*, Madrid: Pirámide.
- Kennedy, J. (1992). Relationship of maternal beliefs and childrearing strategies to social competence in preschool children. *Child Study Journal*, 22(1), 39-61
- Llenas, A. (2012). *El Monstruo de los Colores*. Editorial: Flamboyant.

- López, G., López, L. y Díaz, A. (2015). Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) y actividad física. *Revista digital de educación física*, 6(32), 53-65.
- Martín, X. (1992). El role-playing, una técnica para facilitar la empatía y la perspectiva social. *Comunicación, Lenguaje y Educación*, 15, 63-67.
- Mitlin, M. (2008). *Juego, El bingo de las emociones*. Madrid: TEA Ediciones, Departamento de I+D.
- Monjas Casares, M. (2002). *Programa de enseñanza de habilidades de intervención social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. Madrid: CEPE.
- Ovejero Bernal, A. (1998). Las habilidades sociales y su entrenamiento en el ámbito escolar. En F. Gil y J. León (comp.) *Habilidades sociales. Teoría, investigación e intervención* (pp. 169-185). Madrid: Síntesis Psicológica.
- Pardos, A., Fernández-Jaén, A., y Martín, D. (2009). Habilidades sociales en el trastorno por déficit de atención/hiperactividad. *Revista de Neurología*, 48, 107- 111.
- Rodríguez-Salinas, E., Navas, M., González, P., Fominaya, S., Duelo, M. (2006). La escuela y el trastorno por déficit de atención con/sin hiperactividad (TDAH). *Revista Pediatría de Atención Primaria*. 8(4), S175-98.
- Weiss, G., Minde, K., Werry, J., Douglas, V. y Nemeth, E. (1971). Studie son the hyperactive child, VIII. Five year follow-up. *Archives of General Psychiatry*, 24, 409-414.
- Young, S., Fitzgerald, M. y Postma, M. J. (2013). Libro Blanco sobre el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH): propuestas políticas para abordar el impacto social, el coste y los resultados a largo plazo en apoyo a los afectados. Recuperado de [http://new.fundacioncadah.org/j289eghfd7511986\\_uploads/20130911\\_hfh4VpcqhX7EVSqWNvS3\\_0.pdf](http://new.fundacioncadah.org/j289eghfd7511986_uploads/20130911_hfh4VpcqhX7EVSqWNvS3_0.pdf)