

CONSEJOS PARA TRATAR A UN NIÑO CON PROBLEMAS

- Aceptar a los hijos tal como son, con sus cualidades y limitaciones, sin generar expectativas poco ajustadas.
- Prestar atención cuando presente conductas adecuadas y reforzarle de forma proporcionada, sin exceso, manifestando nuestro reconocimiento, mediante un abrazo, un elogio, muestras de agrado, evitando por lo general incentivos materiales. Emplear una hoja de registro positiva para anotar sus progresos.
- Centrarse en las conductas y no utilizar características personales cuando nos dirijamos a nuestro hijo, evitando comentarios negativos y explicándoles la conducta deseable que esperamos.
- Incrementar su autoconfianza y autoestima reconociéndole los progresos y el esfuerzo.
- Ayudarles a reconocer e interpretar los sentimientos y comportamientos de los demás y los suyos propios.
- Establecer normas claras, expresadas en términos positivos, es decir, el comportamiento adaptativo deseado, así como consecuencias consensuadas y aceptadas. Mostrarse firme en el cumplimiento de las reglas, evitando las amenazas.
- Emplear un estilo educativo basado en el respeto, el afecto y la no permisividad, evitando la sobreprotección y el abuso de los castigos. Cuando éstos se apliquen deben ser proporcionados y relacionado con la conducta, indicándole o recordándole de forma clara unas pautas de actuación concretas.
- Mantener calma y hablarle en un tono adecuado, sin mostrar inquietud, temor o rechazo. Nuestros hijos e hijas tenderán a imitarnos.
- Mostrarles modelos positivos mediante el propio ejemplo en nuestras actuaciones cotidianas.
- Ayudarles a comprender el problema, lo que les ocurre y a que descubran y generen posibles soluciones.
- Disponer de un ambiente tranquilo (evitando la estimulación excesiva), estructurado, predecible mediante rutinas (horarios, hábitos básicos incluido el de estudio y tiempo de ocio...) sobre todo para el niño que presenta TDAH. Usar la agenda escolar como medio para ayudarle a organizar sus tareas y establecer una comunicación continuada con el tutor