



ORIENTACIONES PARA PADRES Y PROFESORES

PARA EL NIÑO: MÉTODOS PERSONALES ÚTILES - HERRAMIENTAS PARA EL PROFESOR.

- Pide que te repitan las instrucciones.
- Anota en un cuaderno lo que necesitas recordar, cada tema en apartados diferentes y lleva siempre el cuaderno contigo.
- Escribir notas recordatorias y colocarlas en lugares visibles (nevera, espejo, armario).
- Crea una rutina diaria y utiliza alarmas (despertador, teléfono móvil).
- Haz una lista de lo que tienes que hacer.
- Crea un calendario para completar las tareas.
- Divide las tareas en pequeños grupos.
- Fija un plazo y una hora para cada tarea.
- Asegúrate de terminarla.
- Trabaja en un lugar tranquilo.
- No hagas varias cosas a la vez.
- Cuando trabajes, haz pequeñas pausas.
- Haz ejercicio, sigue una dieta equilibrada y duerme lo suficiente.



ORIENTACIONES PARA PADRES Y PROFESORES

PARA PADRES Y PROFESORES: NORMAS DE CONDUCTA A SEGUIR.

- Prestar atención al niño escuchándole y hablándole con paciencia, comprendiendo su patrón de conducta y explicándole los planes para ayudarle.
- Que el niño no vea desacuerdos entre los padres respecto a las pautas de actuación.
- No actuar con él de forma excesivamente permisiva. Es conveniente que le proporcionen pocas normas de conducta, pero que éstas sean claras y coherentes. Un entorno sin normas claras aumenta la ansiedad y la confusión en el niño. Utiliza el «no» cuando el niño pida o exija cosas poco razonables y explícale el porqué de forma precisa y razonada.
- Aproveche los intereses del niño y utilícelos como motivación para ayudarle a aprender mejor. Por ejemplo: «cuando terminemos esta tarea podrás jugar con el videojuego».
- Aumentar su autoestima y confianza en sí mismo, ponderando sus éxitos por modestos que sean, no destacando sus fracasos ni incidiendo en su comportamiento de forma reiterada.
- Mantener en casa las normas de convivencia, previamente acordadas por los padres. Por ejemplo: mantener si es posible el horario de actividades básicas (baño, comidas, tareas).
- Evitar estímulos de alta intensidad (ruidos, luces, gritos). El niño responderá de forma exagerada a estos estímulos, gritos u órdenes en voz alta.
- Involucrales en las tareas domésticas que pueda realizar según sus capacidades y elógielos cuando intente actuar solo.



ORIENTACIONES PARA PADRES Y PROFESORES

- Comenta tranquilamente con él tus malas acciones y errores, explicándole que es necesario evitar las prisas y pensar antes de actuar. Es bueno que piense en alternativas a sus errores para no repetirlos.
- Diferencias entre conductas voluntarias e involuntarias. Los castigos aplicados a los voluntarios deben ser consecuencias lógicas de sus actos.
- Colocar al niño mientras hace los deberes en un lugar cercano al suyo para mantener el contacto visual y una mayor supervisión. Evitar estímulos distractores (ventana, mesa desordenada, juguetes, etc.)
- Es conveniente dar órdenes claras y concisas, acompañando estas órdenes de contacto visual, y si es necesario haciéndoselas repetir al niño en voz alta.
- Hacer hincapié en el éxito y no en el fracaso. Motivar constantemente. Utilizar un lenguaje positivo con frases como «tú puedes», «¡Qué bien lo has hecho!».
- Controlar el «horario escolar» antes de ir al colegio como si fuera una asignatura más (agenda, libros, lápices, etc.)
- Intentar dividir las tareas y deberes a realizar en casa, utilizando tiempos más cortos. Las tareas largas deben dividirse en partes.
- Recuerde también que en algunos casos no les gusta leer; para ello, organice la lectura de forma que motive al niño.
- Evite las llamadas de atención en público. Comenta su comportamiento en privado.
- Ten en cuenta que su comportamiento empeora en determinadas situaciones de menor control (cumpleaños, reuniones familiares, etc.).
- Las actividades extraescolares son importantes para los niños, siempre que les gusten y sirvan para mejorar su autoestima.



ORIENTACIONES PARA PADRES Y PROFESORES

- Mantener una comunicación frecuente con los profesores cada cierto tiempo, supervisando las tareas escolares del niño en casa.
- Evitar los castigos físicos o muy prolongados suelen ser contraproducentes e ineficaces. Guiarle para resolver el problema.
- Cuando haga algo bien, elógielo con una sonrisa o una palabra de elogio. El refuerzo positivo es muy beneficioso.
- Cuando busque movimiento, permita la posibilidad de moverse en situaciones como: la hora de la comida, los deberes, etc.

Apoyar a los niños con necesidades especiales en su proceso escolar es un esfuerzo colaborativo que puede marcar una gran diferencia en su éxito académico y bienestar emocional.