



# Apoyando a los Estudiantes con PDA en las Escuelas

por Diane Gould, Fundadora y Directora Ejecutiva de PDA North America

[www.pdanorthamerica.org](http://www.pdanorthamerica.org)

**Es necesario dejar de ver al estudiante como un niño con mal comportamiento.**

Necesitamos entender al niño y utilizar un enfoque basado en la ciencia del cerebro, informado sobre el trauma y que afirme la neurodiversidad.

**A continuación, se presenta un menú de apoyos que se pueden utilizar en las escuelas.**

**No hay una solución única para todos.** Ninguno de estos apoyos reemplaza la necesidad de que el estudiante tenga relaciones de confianza con los adultos en la escuela. Todos son útiles en el contexto de una relación de confianza. **El estudiante necesita sentir que los adultos pueden mantener su sistema nervioso seguro en el entorno.** Las acomodaciones aisladas o inconsistentes no ayudarán en eso. El estudiante necesita un enfoque más general que estrategias específicas. Es una mentalidad y un sistema de creencias más que una receta. Es útil tener en cuenta que el estudiante no puede aprender si su sistema nervioso no se siente seguro.

## Menú de Apoyos para Estudiantes con PDA:

- La **confianza** es lo más importante. La responsabilidad de formar la relación recae en los adultos.
- Colabora con el estudiante y realiza tareas juntos.
- El estudiante debe poder optar por no participar en tareas.
- Haz que el estudiante planifique un horario de tareas.
- El maestro puede necesitar permitir tiempo extra antes de hacer la transición del estudiante.
- Si el estudiante se siente atrapado, su sistema nervioso tendrá una respuesta de amenaza (lucha, huida). Puede necesitar un lugar o persona segura específica para escapar o puede necesitar poder irse a casa.
- Ten una palabra clave para la necesidad de salir.
- Usa un lenguaje declarativo para la comunicación verbal.
- Comunica expectativas o demandas de forma indirecta, como “me pregunto qué viene después”.
- Utiliza comunicación indirecta si el estudiante no responde a la comunicación verbal (como notas adhesivas).
- No les exijas que respondan cuando se les hable.
- No señales su comportamiento o negativa.
- Obtén consentimiento por adelantado para las solicitudes.
- Facilita las interacciones entre compañeros. Probablemente **necesiten más apoyo del que aparentan necesitar.**



- Haz un chequeo con un miembro del personal de confianza para comenzar el día.
- No uses recompensas ni incentivos.
- No uses consecuencias.

### **Menú de Apoyos para Estudiantes con PDA, Cont.:**

- No proceses el comportamiento o los incidentes después de que ocurran.
- El elogio también puede ser problemático. Sé indirecto.
- El enfoque de "primero/luego" o trabajar hacia refuerzos puede ser contraproducente.
- No hagas que el estudiante gane libertades o recompensas.
- Si el niño está experimentando un "ataque de pánico" o un periodo de desregulación, no podrá procesar tu lenguaje.
- Ayuda a otros estudiantes a entender las diferencias individuales y por qué diferentes estudiantes tendrán diferentes expectativas.
- Puede ser necesario contar con una persona designada como segura para apoyo en todo momento.
- Las expectativas de trabajo probablemente necesitarán ser modificadas y acortadas.
- Utiliza los intereses del estudiante para las actividades académicas.
- Usa el humor si eso funciona para el estudiante.
- Usa desafíos si eso funciona para el estudiante.
- Haz que el aprendizaje sea divertido o al menos atractivo.
- Reconoce que el aburrimiento puede sentirse doloroso.
- No se debe exigir hacer trabajo en casa y la ausencia de tareas completadas **NO** debe tener consecuencias.
- Disminuye la presión en general.
- No uses temporizadores.
- Ten formas alternativas de mostrar aprendizaje y dominio.
- Entiende que la capacidad del estudiante variará con el estrés (que puede que no puedas ver), así que espera inconsistencia.
- Ajusta las demandas a la ventana de tolerancia del estudiante.
- Empodera al estudiante para que sea un líder.
- Haz que el estudiante enseñe o ayude a otros.
- Dale al estudiante tanto control como sea posible, ya que el control ayuda a disminuir la ansiedad.
- Ofrece elecciones, pero no los abrumes. Las elecciones forzadas entre tareas que el estudiante no puede manejar no funcionarán.
- El estudiante puede necesitar un horario de inicio flexible sin ser marcado como tardío.
- El estudiante puede tener días de no asistencia basados en necesidades y no debe considerarse ausente injustificadamente.
- Entiende y apoya las diferencias sensoriales.
- Usa un tono de voz calmado y monitorea la comunicación no verbal.
- Ayuda al estudiante a entenderse a sí mismo.



## Gestión de Crisis con Estudiantes con PDA en las Escuelas

En términos de gestión de crisis con estudiantes con PDA, el personal debe utilizar un **Enfoque de Bajo Arousal**. Esto implica **centrarse en el comportamiento del personal en lugar de en el de los estudiantes**. El objetivo es desescalar la situación. Es fácil escalar una situación de manera involuntaria.

### Enfoque de Bajo Arousal para la Gestión de Crisis con Personas con PDA:

- Tenga en cuenta su tono de voz: hable despacio, con calma y suavidad.
- Mantenga el lenguaje simple y claro.
- Evite demandas y solicitudes.
- Evite conflictos, luchas de poder y "enfrentamientos".
- No hable demasiado: menos es más.
- Escuche a la persona y reconozca lo que cree que está comunicando.
- Asegúrese de mostrar a la persona que tiene su atención.
- A veces, solo los gestos pueden ser poderosos porque una persona angustiada procesa la información más lentamente.
- Muévase lentamente y con precaución alrededor de alguien que está claramente amenazado y angustiado para transmitir una sensación de calma.
- Déjele espacio: no se acerque si es posible.
- Desenfóquese a sí mismo.
- Haga que otros estudiantes se vayan si es posible en lugar de intentar mover al niño a otro lugar.
- Introducir un distractor cuando la persona está muy excitada es una oportunidad para redirigir la atención y reducir el estrés.
  - Muchas de las personas que apoyamos tienen temas, objetos o actividades de gran interés establecidos.
  - Intente cambiar de tema (evite ser obvio) y hable sobre cosas y temas que le gusten a la persona.
  - La actividad física también puede ser útil.
  - Puede ser un alimento o una bebida.
  - Vea la distracción como una intervención positiva para evitar una crisis, no es una recompensa por un comportamiento negativo.



- Las personas estresadas y altamente excitadas se vuelven muy sensibles a las experiencias sensoriales en su entorno:
  - Reduzca los desencadenantes sensoriales en el entorno inmediato.
  - Tenga en cuenta los estímulos sensoriales en el entorno que la persona puede encontrar irritantes o abrumadores, ¡considere todos los sentidos!
  - Evite el contacto físico.