GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Técnicas de estudio online para adolescentes con TDHA en 2021

Actualidad Empresarial | 18/05/2021 | 00:00

La pandemia del COVID-19 ha supuesto un reto para todas las familias del mundo, especialmente para la educación en casa...

La pandemia del COVID-19 ha supuesto un reto para todas las familias del mundo, especialmente para la educación en casa que se ha dado durante los años 2020 y 2021. Asimismo, las técnicas de estudio para adolescentes con trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDHA), con Dislexia, Discalculia o con otras dificultades de aprendizaje tienden a ser más complejas.

Incluso cuando se trata de estudiantes con Altas Capacidades, casos en los que en muchas ocasiones también es preciso ofrecer herramientas para el estudio. No obstante, existen centros psicopedagógicos especializados, como Área 44, que mediante la enseñanza de estrategias de aprendizaje, ayudan a obtener mejores resultados evitando un estudio exclusivamente memorístico, y siempre manteniendo las normativas de distancia social para evitar la propagación del virus gracias a los servicios online, especialmente diseñados para estudiantes con dificultades de aprendizaje.

Comprendiendo el TDAH y buscando asesoría online

El TDAH comienza a manifestarse desde la infancia, y se sigue manteniendo durante la adolescencia y edad adulta. No obstante, con una buena identificación, supervisión y asesoramiento psicopedagógico tanto a familias como a estudiantes, se podrán obtener todas las herramientas necesarias para garantizar un buen aprendizaje, y buenas notas.

El fundador Juan José Millán y los especialistas de Área 44 Servicios Educativos desarrollaron hace más de 10 años un programa para que los estudiantes con dificultades de aprendizaje (y también para estudiantes sin dificultades que quieren obtener mejor rendimiento).

Área 44 Servicios Educativos, recomienda a los adolescentes y familias, y en concreto a aquellas en la que sus hijos presentan TDHA, Dislexia, o cualquier otra dificultad de aprendizaje, que cuenten con un plan de estudio especialmente diseñado para sus hijos, así como con el acompañamiento de profesionales en neuropsicología, psicopedagogía y psicología para hacer frente a las dificultades que puedan ir surgiendo.

El proceso de aprendizaje va más allá del aprendizaje memorístico y de técnicas para aprender los contenidos. Es importante remarcar la organización, planificación, y estrategias que nos permitan conocernos bien como estudiantes. Es de gran ayuda contar con la guía de un

profesional para coordinar, ya sea de manera presencial, o de manera online, las técnicas de estudio oportunas para cada caso particular.

Técnicas de estudio y Estrategias de Aprendizaje para comenzar a aplicar en casa

Algunas de las técnicas de estudio más recomendadas parta adolescentes con TDHA remarcan la importancia de la definición de un espacio dedicado especialmente al estudio que sea algo sistemático (parecido todos los días) y bien organizado. En muchos casos, es necesario olvidar de concepto de horario tradicional (que muchas veces no funciona) y trabajar con estrategias tales como el horario “sin horarios”, la anticipación, tiempos de estudio dinámicos como los que diseñamos para el fin de semana, etc., todo ello pensando en las necesidades de cada estudiante, pues no existen “recetas estándar”, cada estudiante es diferente.

Las técnicas de estudio tradicionales (esquema, subrayado, etc.) no siempre dan los resultados que esperamos, y en ocasiones se convierten en espacios en los que se invierte mucho tiempo y no se obtiene resultado. Las estrategias desarrolladas por Área 44 Servicios Educativos permiten aprender sin memorizar una página en menos de 7 minutos, estableciendo la parte importante en cómo vamos a contar lo que estamos estudiando, y no sólo en la interiorización de conceptos, como la mayor parte de las veces sucede.

Los descansos, según las investigaciones llevadas a cabo por Área 44 Servicios Educativos, son una parte esencial en el rendimiento, pues está demostrado que en muchas ocasiones lo que se hace en esos periodos de descanso genera más cansancio que descanso. Aprender a descansar también es importantísimo.

Teniendo en cuenta las recomendaciones por parte del centro Área 44, el adolescente puede conseguir unos buenos resultados, optimizando los tiempos de estudio (sacar mejores notas invirtiendo menos tiempo) y motivación personal, la que es sin duda la herramienta más poderosa.

Para cualquier tipo de duda, los profesionales de Área 44 Servicios Educativos recomiendan consultar con profesionales especializados, ya que ellos sabrán detectar necesidades, valorar por dónde debe comenzarse a trabajar, orientar y dirigir a los estudiantes y a sus familias a través del proceso educativo, haciendo frente a todas las dificultades existentes para así garantizar una atención personalizada enfocada a las necesidades específicas. Además, indican, la coordinación con los Centros Escolares es esencial, motivo por el cual mantienen contacto estrecho con tutores, orientadores, jefes de estudios, etc.

Estos profesionales, llevan a cabo tareas de forma presencial desde el año 2006 y fueron pioneros en la evaluación e intervención Psicopedagógica, comenzando con esta actividad en el año 2009 por lo que cuentan con gran experiencia y recursos en este tipo de actividad online, habiendo asesorado a multitud de Centros Educativos durante el confinamiento y para la implantación de modelos híbridos de enseñanza durante este curso 2020/2021.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/149359-tecnicas-de-estudio-online-para-adolescentes-con-tdha-en-2021.htm