

# Consejos para integrar a alumnos con Trastorno Obsesivo Compulsivo

## Estrategias para tenerlas en cuenta o para probarlas

- Conceda más tiempo para finalizar los ejercicios y pruebas /exámenes. Otro tipo de adaptaciones de las pruebas o test pueden consistir en realizar las pruebas en un lugar distinto, con descansos durante la realización de los exámenes y en autorizar al alumno a escribir directamente en el cuadernillo (ver a continuación). En algunos casos, puede ser necesario que el alumno haga oralmente el examen.
- En alumnos que presentan rituales compulsivos cuando escriben, conviene estudiar la posibilidad de limitar el volumen de sus ejercicios manuscritos. Entre los rituales compulsivos de este tipo, más habituales se incluyen: tener que poner el punto de las *ies* de forma especial o repasar determinadas letras de forma ritual, tener que contar ciertas letras o palabras, tener que completar en negro el rellenado de los círculos que figuran en los formularios de los test, y borrar y reescribir el ejercicio hasta que parezca perfecto. Las formas vacías? Pueden ser especialmente problemáticas para alumnos que sienten que han de dejar en un perfecto negro cada uno de los círculos; en tales casos, una razonable adaptación del test pasaría por pedir al alumno que escriba un círculo alrededor de las respuestas que crea correctas o que dé sus respuestas directamente sobre el cuadernillo de examen. Si tomar apuntes resultara un problema, el alumno podría acudir a grabar directamente las clases o el profesor podría organizarse para pasarle un esquema de los apuntes. Si las compulsiones del alumno no se dispararan al usar un teclado, alternativamente el alumno podría utilizar un ordenador anotador o un procesador de textos para grabar los apuntes.
- En el caso de estudiantes con rituales compulsivos en la lectura, conviene analizar la conveniencia de limitar el volumen de la lectura o fraccionarla en varios trozos. Si los rituales a la hora de leer y los pensamientos intrusivos son graves, valorar el interés de utilizar libros grabados en cinta de casete o grabarle el material para que su alumno lo escuche. En algunos casos, contar con alguien que le lea en voz alta puede servir de ayuda, si bien los alumnos de más edad pueden considerarlo frustrante y sentirse por ello desmoralizados.
- Si el alumno tiene rasgos perfeccionistas, es posible que se quede levantado toda la noche, trabajando y volviendo a trabajar sobre una redacción o un texto. Hable con sus padres y entérese de si tal cosa sucede, para no reforzar inconscientemente el problema, haciendo un elogio al alumno por la “perfección” de su trabajo. Si el problema es grave, se puede redactar un contrato con el alumno estableciendo la cantidad máxima de trabajo que se le autoriza a rehacer, o de lo contrario usted tendrá que definir un sistema por el cual tendrá que devolverle el trabajo al término de la jornada escolar, no pudiéndoselo llevar a casa como ‘deberes`.
- Mientras mantiene con el alumno una tranquila discusión, consúltele e indague qué tipo de apoyo necesita de usted. Pregúntele si un ligero giro de enfoque o un pequeño cambio de dirección serían bien acogidos por él / ella. Cuando trabaje en colaboración con el alumno, descubrirá qué técnicas le ayudan y qué es lo que puede desencadenar respuestas

- emocionales. Recuerde que para el alumno será sumamente difícil, cuando no imposible, que interrumpa o deje de hacer un ritual, una vez iniciado éste.
- Intente reducir, en la medida de lo posible, los elementos que disparan los rituales compulsivos. Si usted sabe que un alumno “tiene que meterse” en un ritual si ve el sacapuntas, ¿puede retirar usted de la vista el sacapuntas?. Si “tienen que tocar” a otras personas, ¿puede usted dar un paso atrás para que la intensidad del elemento disparador se reduzca en el alumno?.
  - Esté atento a los problemas con los compañeros o a las bromas o acosos asociados con los rituales compulsivos. Si se está ridiculizando al alumno por sus rituales o miedos obsesivos, plantéese la posibilidad de iniciar un programa de educación sobre el TOC con sus compañeros. La Fundación “Obsessive-Compulsive Foundation” tiene un video de 45 minutos titulado “The Touching Tree” que puede ser adecuado para los alumnos más jóvenes.
  - Reúnase en privado con el alumno cuando no se encuentre “paralizado” para idear algunas “salidas airosas” que él o usted pueden utilizar para ayudarlo a salir del aula sin llamar la atención de sus compañeros. Analice la posibilidad de conceder al alumno un “permiso permanente” para que pueda usarlo para salir de la clase sin que él o ella llame la atención, si necesita hablar con la asesora o darse un paseo que le ayude a “desbloquearse”.
  - Si el alumno o alumna tiene dificultades para recuperar la información o datos que ya ha estudiado, el procedimiento de “recordatorio rápido” por el que el profesor se limita a hacer una pregunta y el alumno tiene que contestarla es probable que subestime el conocimiento global de tal alumna o alumno. La utilización de preguntas de elección múltiple, o de banco de palabras, será un método que le permitirá su capacidad de demostrarle a usted lo que realmente sabe.
  - El equipo escolar, en colaboración con el alumno, padres y profesionales externos que puedan ayudarlo determinará cómo debe enfocarse el retraso en la entrega de los deberes. Algunas fuentes recomiendan que siempre se autorice a los alumnos con TOC a que los entreguen más tarde sin castigarles por ello, pero si la estructura o límites impuestos son demasiado escasos, es posible que el alumno no consiga entregar el trabajo. Esto es, también, algo que debe plantearse en cada caso.