

IL DISTURBO DA DEFICIT DI ATTENZIONE/IPERATTIVITA'(ADHD) L'intervento in classe

Dott.ssa Laura Bedin

Psicologa e Psicoterapeuta

presso

Studi Medici via Don Cesare Pellizzari, 150 Meolo (VE)

Cell: 327.7867906

Email: lauratnt@libero.it

L'intervento a scuola per l'alunno con ADHD

1. Approccio psicoeducativo comportamentale
2. Insegnare all'alunno con ADHD
3. L'approccio metacognitivo
4. La gestione dello stress dell'insegnante

1. L'approccio psicoeducativo comportamentale

- Interventi basati sugli antecedenti
- Interventi basati sulle conseguenze positive
- Interventi basati sulle conseguenze negative
- Strategie avanzate

Interventi basati sugli antecedenti:

Significa intervenire prima che il problema si presenti in quanto i bambini/ragazzi con ADHD spesso hanno una scarsa capacità di prevedere le conseguenze



gli insegnanti possono intervenire aiutando il bambino a prevedere le conseguenze di determinati eventi prima di agire: così si incrementeranno i comportamenti adeguati alle situazioni e il bambino potrà scegliere con più obiettività quali conseguenze affrontare.

Dunque si ottiene un contesto facilitante attraverso:

- Le routine
- Le regole
- L'organizzazione della classe
- L'organizzazione dei tempi di lavoro
- L'organizzazione del materiale
- Attività pianificate nel tempo libero

LE ROUTINE

- ingresso in classe
- disposizione in fila
- inizio lezione
- presentazione delle attività e i relativi tempi di lavoro
- pause concordate
- attività ricreative stabilite a priori (ad es. vincolate dal giorno della settimana)
- dettatura dei compiti ad orario stabilito
- routine di saluto

LE REGOLE

- Porre delle regole chiare all'interno della classe è necessario per regolare le interazioni fra pari e con gli adulti.
- Perché siano efficaci è necessario che siano condivise. È buona prassi discutere con i bambini le regole da ratificare, dando loro la possibilità di approvarle o modificarle
- Devono essere proposizioni positive, non divieti
- Devono essere semplici, espresse chiaramente
- Devono descrivere le azioni in modo operativo
- Dovrebbero usare simboli pittorici colorati
- Devono essere poche (3-4 al massimo) e sintetiche

Le regole andranno poi trascritte su un cartellone

L'ORGANIZZAZIONE DELLA CLASSE

I banchi

- Vedete il bambino?
- E' facilmente raggiungibile?
- E' favorito lo scambio di sguardo insegnante-bambino?
- Ha compagni a lui vicini?
- Se sì, sono compagni tranquilli o piuttosto vivaci?
- Se un bambino si alza per qualche motivo, quanti bambini possono essere disturbati o coinvolti?
- Quanti bambini guardano direttamente fuori dalle finestre?
- Ogni bambino, quanti bambini osserva dal suo posto?

L'ORGANIZZAZIONE DEI TEMPI DI LAVORO

- I bambini ADHD sono particolarmente poco abili nel fare stime realistiche di grandezza, tempi, quantità, difficoltà
- Aiutarli a lavorare con tempi stabiliti significa aiutarli a valutare meglio e quindi ad essere più efficaci nel pianificare e organizzare il lavoro.
- All'inizio è preferibile che sia l'insegnante a fornire indicazioni sul tempo di svolgimento dei compiti assegnati; in seguito, quando i bambini si saranno abituati a includere la variabile tempo nella pianificazione del proprio agire, chiedere loro, sotto forma di gioco . "Quanto tempo serve per...?"

Importante l'uso di simboli pittorici

ORGANIZZAZIONE DEL MATERIALE

- Può essere utile appendere in aula un cartellone del materiale, avendo cura di assegnare ai quaderni delle varie materie una copertina di colore diverso, ed uno delle materie giornaliera.
- All'inizio dell'anno scolastico si può preparare uno schema del materiale necessario per ogni materia, in forma di cartellone o tabella da apporre sul diario di ogni bambino.
- Per i bambini che dimenticano i materiali è possibile impostare una strategia specifica che comprenda l'uso di materiale visivo, l'introduzione di routine finalizzate, l'applicazione di un sistema a punti.

ATTIVITA' PIANIFICATE NEL TEMPO LIBERO

Il comportamento del bambino con ADHD è fortemente influenzato dalla situazione in cui si trova...le situazioni scatenanti rispetto a comportamenti problematici sono tutti quei momenti di vita scolastica in cui non si hanno del tutto chiari i ruoli, le regole come durante l'intervallo, il passaggio da un luogo ad un altro, inizio e fine della lezione e la mensa



necessità di usare regole e attività strutturate e
PREVEDIBILI anche in quei momenti

Durante l'intervallo...

- Cartellone con regole specifiche per questo ambito (sempre concordate con i bambini)
- Proposte ludiche strutturate, diverse con anche uso del calendario (MAI vietare l'intervallo al bambino)
- Finita l'attività...decompressione allo scopo di ridurre la fase di eccitazione. Si può far chiacchierare il bambino col compagno seduto al banco, mettere in ordine i banchi...

Durante il passaggio da un luogo ad un altro...

- Regole definite per questo momento ricordargliele
- Evitare che avvenga precipitosamente
ciò crea eccitazione motoria

Per l'inizio e fine lezione...

- Importanza di fissare una routine per iniziare la lezione e per la fine: no fretta affinché riesca a scrivere i compiti e non dimentichi il materiale

Per la mensa...

- Stabilire ruoli ben definiti a turno
- Premiare un certo comportamento alimentare o una condotta adeguata mediante sistema a punti che coinvolge la classe, in vista di un “premio mensa” (piccoli oggetti come regali delle merendine, figurine...) per i ragazzi più grandi minuti in più di computer...

Interventi basati sulle conseguenze positive

Uso del rinforzo



vari studi hanno evidenziato che le conseguenze positive *immediate, frequenti e variate* hanno un impatto notevole sugli alunni con ADHD.

1. Evitare le false gratificazioni
2. Cosa può essere oggetto di gratificazione?
3. Evitare la gratificazione di comportamenti negativi
4. Quando gratificare il bambino?
5. Quali gratificazioni usare?
6. Premiare solo il bambino con ADHD o tutta la classe?

1. Evitare false gratificazioni

Accade che, quando il bambino per tutta la mattina ha fatto “impazzire” l’insegnante, non si riesca a lodare un suo comportamento positivo: ne esce così un miscuglio tra parole che sembrano di lode e, invece, espressione facciale e tono di voce che rivelano irritazione. Si ottiene così un effetto di punizione per un’azione corretta, cosa molto demotivante per il bambino.

2. Cosa può essere oggetto di gratificazione?

- Possono essere oggetto di gratificazione sia comportamenti presenti nel repertorio comportamentale del bambino ma messi in atto poco frequentemente, sia comportamenti positivi nuovi da insegnare per traguardi parziali.
- E' necessario gratificare di volta in volta le mete parziali raggiunte; una meta è definita raggiunta quando il comportamento positivo è comparso più volte in maniera corretta e solo a questo punto si può variare il livello da raggiungere per essere premiato.

Ad esempio si può scegliere come obiettivo completo lo svolgimento dei compiti a casa.

I traguardi parziali potrebbero essere:

- Corretta trascrizione dei compiti sul diario (da gratificare per qualche tempo fino al consolidamento)
- Poi gratificare la corretta trascrizione dei compiti PIU' se si ricorda di portare a casa il materiale necessario
- Poi gratificarlo se, OLTRE ai due punti precedenti, svolge i compiti per iscritto di una determinata materia.

Vedi token economy

La gratificazione di comportamenti positivi può essere usata anche per rafforzare la riduzione di comportamenti inadeguati: ad esempio se il bambino ha scarsa cura del materiale scolastico, è corretto intervenire su questo comportamento scoraggiandolo e contemporaneamente gratificare molto il bambino quando presenta un comportamento positivo quale mettere in ordine il materiale.

3. Evitare la gratificazione di comportamenti negativi

Involontariamente spesso si gratifica un comportamento negativo: ad esempio se un bambino inizia a disturbare perché non è stato mandato a fare le fotocopie e alla fine l'insegnante lo sgrida e anche lo manda a farle, in tal modo si è aumentata la probabilità che il bambino riproponga tale comportamento per ottenere ciò che vuole.

4. *Quando gratificare il bambino?*

- Il bambino va gratificato **SUBITO DOPO** aver mostrato il comportamento corretto che abbiamo individuato come oggetto di gratificazione e **OGNI VOLTA** che quel comportamento si manifesta.
- Le azioni da premiare devono essere poche (da 2 a 7) e definite in modo operativo ossia non “comportarsi bene” ma “stare seduto per almeno 10 minuti continuativi”.

- All'inizio la gratificazione deve essere molto frequente e, una volta che un dato comportamento è diventato sufficientemente stabile, si può passare alla somministrazione di conseguenze positive sporadiche e soprattutto sotto forma di incoraggiamento positivo ossia rivolgendosi al bambino descrivendo il comportamento desiderabile notato in quel momento aggiungendo un commento positivo, ad esempio "Stefano, vedo che stai rimanendo seduto al tuo posto mentre fai gli esercizi di matematica, così va proprio bene, sono contenta di te". MAI gratificare la sua persona ma il suo comportamento.

- Sarebbe bene unire questa gratificazione verbale ad una gratificazione di natura affettiva (un tocco sulla spalla, una carezza) o all'annuncio di una gratificazione dinamica (concessione di un privilegio) laddove il bambino sia poco sensibile solo alla gratificazione verbale.
- Il tono di voce con cui la gratificazione viene data è fondamentale affinché risalti.

5. Quali gratificazioni usare?

- Una volta individuato un comportamento da premiare è necessario avere presente un numero ampio di gratificazioni da usare, poiché esse perdono efficacia nel tempo causando assuefazione nel bambino. Possono essere di vario tipo: tangibili, sociali, dinamici, simbolici.
- La scelta delle gratificazioni può avvenire osservando il bambino nelle situazioni piacevoli (capendo cosa ama fare) o anche somministrando il “Questionario sulle preferenze personali”
(vedi cartellina)

6. Premiare solo il bambino con ADHD o tutta la classe?

Sarebbe bene richiedere un comportamento positivo a tutta la classe affinché poi venga gratificata, evitando di sottolineare la colpa del singolo bambino se non viene svolta quell'attività.

Interventi basati sulle conseguenze negative

- Ignorare strategico
- Conseguenze logiche
- Rimproveri
- Punizioni

IGNORARE STRATEGICO

- Per i comportamenti negativi non gravi quali protestare per un divieto, essere dispettoso con i coetanei, piagnucolare, fare piccole azioni di disturbo, attirare l'attenzione, va usato l'ignorare strategico ossia ignorare quel comportamento indesiderato **OGNI VOLTA** che il bambino lo manifesta.
- Nel momento in cui il bambino smetterà di usare una sequenza inefficace, l'insegnante dovrà fornire un esempio di modalità corretta di comportamento da sostituire alla condotta inadeguata.

CONSEGUENZE LOGICHE

Le conseguenze sono DIRETTAMENTE collegate al comportamento scorretto, a differenza delle normali punizioni. E' necessario rendere l'alunno consapevole del fatto che ogni azione ha la sua diretta conseguenza con es. tipo "se non rispetti il regolamento quando giochi a calcio sarai espulso dalla partita..."



Sviluppo della
PERSONALE

RESPONSABILITA'

RIMPROVERI

Per la maggior parte dei bambini sono efficaci MA
cautela per l'alunno con ADHD → più efficaci i
rimproveri privati di quelli pubblici.

Deve essere *centrato sul comportamento senza
svalutare il bambino*; è suddiviso in 4 fasi:

- Descrizione del comportamento indesiderato
- Spiegazione del perché sia indesiderato
- Suggerimento di un comportamento alternativo
- Indicazione del vantaggio che deriva dal
comportamento alternativo

PUNIZIONI

Scopo della punizione è ridurre l'emissione di un comportamento negativo attraverso qualcosa di sgradevole per il bambino (svolgere un incarico non gratificante, più incarichi rispetto agli altri compagni...) o sottraendogli qualcosa di piacevole (impedire l'uso del computer, sospendere incarichi a lui graditi...).

MAI usare come punizione:

- L'assegnazione di compiti extra
- Togliere l'intervallo o attività fisica

Strategie avanzate

- Analisi funzionale e token economy (anche di gruppo)
- Time out: interrompere un comportamento gravemente negativo (picchiare, mordere, dar calci, urlare...) facendo sedere il bambino sulla sedia, ignorandolo.

OSSERVAZIONE E ANALISI FUNZIONALE DEL COMPORAMENTO

Fase 1:

- Osservazione non strutturata per la creazione di un inventario di comportamenti negativi che l'insegnante si proporrà di modificare (scheda 8 cartellina)

Fase 2:

- Selezione ed identificazione dei comportamenti oggetto dell'osservazione (Si allontana dal posto, parla ad alta voce, non porta a termine il lavoro, si oppone a richieste verbali, aggredisce oggetti e compagni) (scheda 9 cartellina)

Fase 3:

- Costruzione di due griglie per l'osservazione strutturata che analizzino i comportamenti al fine di identificare:

Antecedenti e conseguenze per ogni comportamento emesso
Frequenza e distribuzione di emissione dei comportamenti della giornata (scheda 10 e 11 cartellina)

- Fase 4:
 - Riflessione sui dati raccolti al fine di ottenere indicazioni su:
 - Probabili fattori scatenanti
 - Probabili fattori di rinforzo
- Fase 5:
 - Sviluppo dell'intervento allo scopo di:
 - Anticipare il verificarsi di comportamenti problematici
 - Ridurre o eliminare le risposte dell'ambiente che rinforzano l'emissione dei comportamenti problematici
- Fase 6:
 - Verifica dei risultati ottenuti mediante le stesse griglie di osservazione

Pre-osservazione dei comportamenti negativi

Lunedì

.....
.....
.....

Martedì

.....
.....
.....

Mercoledì

.....
.....
.....

Giovedì

.....
.....
.....

Venerdì

.....
.....
.....

Sabato

.....
.....
.....

Classi comportamentali a cui ricondurre i singoli comportamenti problema:

SI ALLONTANA DAL PROPRIO POSTO

PARLA AD ALTA VOCE

AGGREDISCE I COMPAGNI/LE LORO COSE

NON PORTA A TERMINE IL LAVORO

INTERROMPE/DISTURBA LA LEZIONE

SI OPPONE/RIFIUTA RICHIESTE VERBALISI

OPPONE/RIFIUTA REGOLE



Griglie di osservazione

Comp. Problema	Antecedente	Risposta ambientale	Conseguenze

	Giorno 1	Giorno 2	Giorno 3	Giorno 4
1 [^] ora				
2 [^] ora				
3 [^] ora				

IL CASO DI PAOLO

La richiesta di intervento per un bambino che ha gravi difficoltà di attenzione assieme a una ancor più problematica iperattività, giunge al Servizio di Neuropsichiatria Infantile dell'ULSS di appartenenza su richiesta delle insegnanti di una classe seconda. Al colloquio dello psicologo con loro, queste ultime lamentano la situazione insostenibile che si è venuta a creare nella loro classe a causa del comportamento di un bambino che sembra far di tutto per rendere loro la vita impossibile. Non sembra interessato alle lezioni tanto che distoglie quasi subito l'attenzione per alzarsi o mettersi a giocare; svolge solo saltuariamente i compiti e generalmente in modo inaccurato e parziale; inoltre, non segue le principali regole della classe, inventandosene altre "tutte sue".

Anche i compagni ne sembrano disturbati, tanto che i rispettivi genitori hanno cominciato a lamentarsi per il timore che tali atteggiamenti possano da un lato fungere da modello negativo per i propri figli, dall'altro rallentare il programma scolastico. Le insegnanti sono molto infastidite soprattutto dall'atteggiamento di Paolo, che definiscono irritante per quel suo costante disinteresse verso tutto ciò che esse propongono. Si dimostrano inoltre preoccupate per la comparsa di comportamenti aggressivi nei confronti dei compagni di classe, sia durante le lezioni che durante l'intervallo e temono che prima o poi la situazione possa degenerare. Il rendimento scolastico naturalmente è insufficiente, anche se il bambino sembra più portato per la matematica, dove perlomeno, inizialmente accoglie le attività proposte. In effetti, sostengono le insegnanti, se qualcuno gli si mette accanto e lo segue personalmente, Paolo riesce a fare qualche cosa di più, ma la presenza di certi suoi comportamenti disturbanti, inopportuni e a volte aggressivi fanno perdere la voglia di aiutarlo.

Se interrogato rispetto ai motivi che lo spingono a comportarsi in questo modo, a non terminare mai i compiti, a disinteressarsi di tutto, egli non sa rispondere (o, le insegnanti si domandano, forse non vuole), per poi mettere il broncio e stare per conto suo. In effetti, esse sostengono, un'altra sua caratteristica è l'oscillare spesso da uno stato emotivo (es. euforia) all'altro (tristezza, desiderio di isolamento). All'inizio esse riprendevano ogni suo comportamento, poi però hanno "gettato la spugna" perché sembrava non servisse comunque a niente.

PRE-OSSERVAZIONE: INVENTARIO DEI COMPORTAMENTI NEGATIVI

LUNEDI

- *non vuole sedersi subito quando inizia la lezione*
 - *copia solo una parte del testo alla lavagna*
 - *tira i capelli di una bambina*
 - *lancia la gomma contro un compagno*
 - *si alza e saltella*
- si alza per guardare i disegni alla parete*

MARTEDI

- non ha portato i compiti per casa di storia*
- non vuole finire l'esercizio*
- si alza ed esce dalla classe senza chiedere*
- sbuffa e si lamenta quando l'ins. gli toglie un giochino dal banco*
- tamburella rumorosamente con la penna sul banco*
- non rispetta la fila in mensa*
- urla*

MERCOLEDI

- interrompe spesso con domande*
- dice che è stanco e abbandona il compito*
- si alza dal banco e corre per la classe*
- ignora la richiesta di tornare a sedersi*

GIOVEDÌ

- *fatica a mettere sul banco il materiale appropriato*
- *gira tra i banchi*
- *non vuole fare l'esercizio*
- *dice che è stanco*
- *borbotta cose tra sé*

VENERDÌ

non risponde alla domanda dell'insegnante
si alza e gira tra i banchi
ridacchia e prende in giro una compagna
smette di lavorare dicendo che è difficile
stringe le braccia di un compagno

rimane con la testa e le braccia sul banco senza seguire

SABATO

corre tra i banchi e non prende posizione all'inizio della lezione
urla per parlare
non rispetta il proprio turno e ruolo (puzzle)
stropiccia il puzzle di un compagno

si allontana dal gruppo e cammina per conto suo

SELEZIONE ED IDENTIFICAZIONE DEI COMPORAMENTI OGGETTO DI OSSERVAZIONE

Si allontana dal proprio posto (colore blu) X X X X X X X X
Parla ad alta voce (colore rosa) X X
Aggredisce i compagni/le loro cose (colore rosso) X X X X X
Non porta a termine il lavoro (colore nero) X X X X X
Interrompe/disturba la lezione (colore giallo) X
Si oppone/rifiuta richieste verbali (colore verde) X X X
Si oppone/rifiuta regole (colore grigio) X X X X X X

OSSERVAZIONI

- NETTA PREVALENZA DI COMPORTAMENTI DISTURBANTI DURANTE LE LEZIONI DI ITALIANO E STORIA
- TENDENZA AD EMETTERE COMPORTAMENTI NEGATIVI IN PROSSIMITA' DELL'INTERVALLO E DELLA FINE DELLE LEZIONI

NELLO SPECIFICO:

EMISSIONE DI COMPORTAMENTI PROBLEMATICI PREVALENTEMENTE QUANDO:

L'ATTENZIONE DELL'INSEGNANTE E' RIVOLTA ALTROVE O IL BAMBINO NON PUO' ESSERE CONTROLLATO/MONITORATO DIRETTAMENTE
VI SONO SITUAZIONI DISORGANIZZATE (ES. CAMBIO DI LEZIONE, PIU' PERSONE IN PIEDI....)

VI E' UNA SPIEGAZIONE TROPPO PROTRATTA O VEROSIMILMENTE POCO CHIARA

IL BAMBINO VAGA PER LA CLASSE O NON E' IMPEGNATO

• INIBIZIONE DEL COMPORTAMENTO PROBLEMA QUANDO:

IL BAMBINO VIENE PUNTUALMENTE RIPRESO ED IL COMP.
"BLOCCATO SUL NASCERE"

VENGONO FORNITE INDICAZIONI SPECIFICHE RISPETTO A
QUANTO CI SI ASPETTA DA LUI

VIENE GRATIFICATO

CI SI ASSICURA DEL LIVELLO DI COMPrensIONE

LE ASPETTATIVE NEI SUOI CONFRONTI SONO POSITIVE

Quindi è importante

- Fare una scelta accurata di quali siano i comportamenti che richiedano un intervento
- Condurre, a tal fine, numerose e sistematiche osservazioni
- Porsi nell'ottica di incrementare la comparsa di comportamenti corretti
- Usare l'anticipazione, ricordando al bambino, prima delle attività, quale comportamento gli viene richiesto.

LA TOKEN ECONOMY

La token economy è una tecnica che agisce attraverso la gratificazione simbolica, rappresentata da gettoni.

In un programma di token economy vanno definiti in modo preciso:

- I comportamenti adeguati dunque da gratificare e a quanti gettoni corrisponde ogni comportamento adattivo (gratificazione a punti)
- I comportamenti da eliminare e a quanti gettoni corrisponde ogni comportamento disadattivo (costo della risposta)
- Il metodo per calcolare il punteggio: piccoli gettoni, smile, numeri da apporre su una scheda suddivisa per giorni
- Selezione dei premi ottenibili con l'accumulo punti

La gratificazione a punti

Bisogna valutare il bambino in 4 obiettivi comportamentali

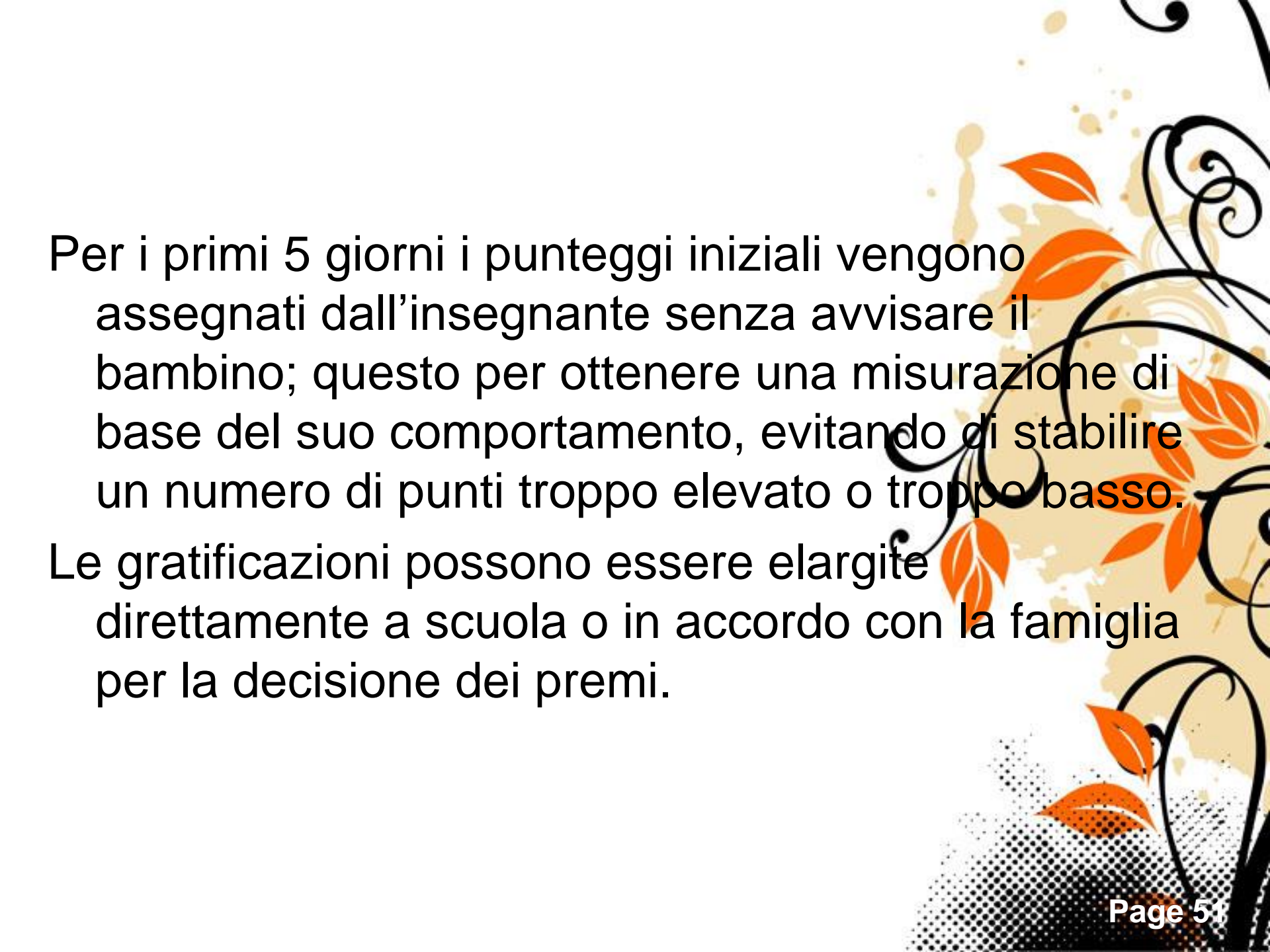
- Seguire le regole di classe
- Eseguire le attività di classe o partecipare alle lezioni
- Svolgere i compiti per casa
- Interagire positivamente con i compagni senza aggressività fisica o verbale

I criteri specifici per assegnare i punti per ogni categoria sono:

- Seguire le regole di classe
 - Ha seguito tutte le regole per l'intero periodo= punti 4
 - Ha trasgredito una sola regola per l'intero periodo= punti 2
 - Ha trasgredito almeno due regole= punti 0
- Completare le attività proposte dall'insegnante o partecipare alle lezioni
 - Ha completato l'80-100% dei compiti/mostra buona partecipazione= 4 punti
 - Ha completato il 60-79% dei compiti/ mostra media partecipazione= punti 2
 - Ha completato meno del 60% dei compiti/ mostra scarsa partecipazione= punti 0

- Fare i compiti per casa
 - Ha completato l'80-100% dei compiti= punti 4
 - Ha completato il 60-79% dei compiti= punti 2
 - Ha completato meno del 60% dei compiti= punti 0
- Andare d'accordo con gli altri alunni
 - È andato d'accordo con tutti, non ha litigato né provocato nessuno= punti 4
 - È andato abbastanza d'accordo, solo qualche piccolo diverbio= punti 2
 - Uno o più scontri di rilievo con gli altri alunni= punti 0

Se una certa categoria non è applicabile si segnerà X.



Per i primi 5 giorni i punteggi iniziali vengono assegnati dall'insegnante senza avvisare il bambino; questo per ottenere una misurazione di base del suo comportamento, evitando di stabilire un numero di punti troppo elevato o troppo basso.

Le gratificazioni possono essere elargite direttamente a scuola o in accordo con la famiglia per la decisione dei premi.

Il costo della risposta

Prevede che al comportamento inadeguato segua per il bambino la perdita di un privilegio o attività piacevole. All'interno della token economy ciò si traduce in una perdita di gettoni stabilita a priori.

E' necessario impostare la token economy in modo tale che il bambino guadagni più punti di quanti ne possa perdere per evitare frustrazione.

Ad esempio si può stabilire che ci siano 5 o 6 azioni che fanno guadagnare punti e una sola che ne fa perdere.

Il costo della risposta deve essere:

- Proporzionale all'azione inadeguata
- Affiancato ad informazioni chiare circa il comportamento del bambino
- Controllabile
- Concordato con il bambino in anticipo
- Inevitabile

Token economy solo per il bambino ADHD o per tutta la classe?

Sarebbe bene estendere la token economy a tutta la classe, magari utilizzando come comportamenti adeguati ciò che è scritto nelle regole della classe.

Per il bambino con ADHD, oltre ad utilizzare la token di gruppo, essa può essere più approfondita utilizzando schede di comunicazione scuola-famiglia e privilegi concordati in ambito domestico

Il contratto comportamentale

Al fine di regolarizzare quanto concordato tra insegnante ed alunno è bene scrivere un vero e proprio contratto in cui vengano riportati i comportamenti che permettono di guadagnare o perdere dei punti e i privilegi che si potrebbero avere (con il numero dei punti necessari a fianco)

2. Insegnare all'alunno con ADHD

- Adattare la didattica
- Lavorare su fattori specifici del disturbo
- Struttura della lezione
- Problemi relativi ai compiti per casa

Adattare la didattica

- Brevità: esercizi brevi e frequenti
- Varietà: varietà di materiali per non far decrescere l'interesse → tutoraggio, apprendimento cooperativo
- Struttura: routine costanti con regole e conseguenze ben specificate



PDP o strategie non formalizzate basate su un metodologia diversa, NO compensazione o dispensa

TUTORAGGIO: prevede che un alunno svolga attività di insegnamento in coppia diretto ad un altro alunno con o senza difficoltà di apprendimento. I vantaggi sono: miglioramenti sia a livello scolastico che nei rapporti interpersonali, nella motivazione e nella autostima per entrambi.

APPRENDIMENTO COOPERATIVO: si basa sul principio per il quale ciascun componente del gruppo, con le sue speciali caratteristiche, può contribuire all'apprendimento di tutti e dunque ognuno diventa risorsa (e strumento compensativo) per gli altri.

PRINCIPI DELL'APPRENDIMENTO COOPERATIVO

- ❖ Interdipendenza positiva: “tutti per uno, uno per tutti” ossia ogni componente ha la consapevolezza che l’operato di ciascuno può beneficiare o danneggiare l’intero gruppo. Essa si realizza fornendo compiti strutturati in modo chiaro tale per cui non possono essere realizzati se non con la collaborazione di ognuno:
 - interdipendenza di obiettivo: i membri di un gruppo lavorano insieme per raggiungere un risultato comune
 - interdipendenza di materiali: i membri dipendono gli uni dagli altri per l’utilizzo dei materiali per svolgere un compito (un solo testo, un solo vocabolario, un solo foglio)
 - interdipendenza di valutazione: il gruppo riceve una valutazione sulla base dei risultati ottenuti da ciascuno (il voto di uno vale per tutto il gruppo, il voto individuale per una parte deriva da quello personale, e per un’altra dalla media dei voti di tutti...)
 - interdipendenza di ricompensa: i componenti del gruppo, dopo aver lavorato con successo ad un compito comune, ricevono una gratificazione collettiva (minuti in più di ricreazione...)
 - interdipendenza di compito: si ripartisce il lavoro in una serie di operazioni in modo che ogni studente debba fare la sua parte affinché il compagno possa svolgere la propria
 - interdipendenza di ruoli: si affida a ciascun componente del gruppo ruoli di funzionamento (spiegare, tenere il tempo, dare la parola....)

PRINCIPALI MODALITA' DI REALIZZAZIONE DELL'APPRENDIMENTO COOPERATIVO

- ❖ Attività di creazione del clima di classe: sono attività preparatorie a quelle di apprendimento vere e proprie, sono utili per favorire la conoscenza, la fiducia tra i membri del gruppo classe. Si presentano come giochi relazionali (tabella 11.1 cartellina).
- ❖ Attività cooperative semplici: max 3 alunni, max 1 o 2 ore di lezione, minime abilità sociali, compiti non particolarmente difficili che potrebbero essere svolti anche individualmente ma sono proposti in coppia o gruppo per aumentare l'attenzione, lo studio (tabella 11.2 cartellina). Tali attività si distinguono in attività a sostegno della spiegazione (con lo scopo di far fronte al calo attentivo e alle lacune di certi alunni mediante la lezione intermittente ossia interrotta ogni 5-10 min in cui poi la coppia rielabora e puntualizza quanto detto) e attività a supporto dello studio (con lo scopo di favorire una reale appropriazione dei contenuti attraverso il confronto con il compagno e il suo aiuto, correggendo eventuali errori di comprensione) → superamento della inibizione verso l'insegnante.
- ❖ Attività cooperative complesse: da 3 a 5 alunni, da 1 settimana a diversi mesi di permanenza nel gruppo, compiti complessi che richiedono lo svolgimento in gruppo in quanto il lavoro individuale richiederebbe molto più tempo (tabella 11.3 cartellina).
- ❖ Attività di confine: create dagli insegnanti quando trasformano attività complesse in strutture più semplici per necessità.

Lavorare su fattori specifici del disturbo

- Difficoltà a mantenere l'attenzione nel tempo: stima attenta dell'alunno e di conseguenza confrontarlo con il tempo necessario per il compito con l'obiettivo di suddividere in brevi sequenze i compiti più lunghi. Mano a mano aumentare la tenuta attenta
- Difficoltà a porre attenzione alle consegne: far rileggere la consegna all'alunno ADHD e fargliela ripetere con parole proprie. Fargli sottolineare con un pennarello le parti più importanti o costruire un piano di azione per punti
- Impulsività e scarsa pianificazione: per l'impulsività ignorare le risposte date con questo stile e gratificare chi esegue riflettendo. Stabilire procedure fisse di pianificazione del compito (le 5 fasi per le autoistruzioni verbali)
- Procedure di controllo poco efficaci: il bambino con ADHD non riesce spesso ad applicare procedure di controllo del proprio livello attento → concordare segnali con l'insegnante che fungano da richiamo all'attenzione (toccare il suo banco, avvicinarsi a lui...)



Fig. 8.2 Schema per le autoistruzioni verbali: le cinque fasi (Cornoldi et al., 1996).



Struttura della lezione

- 🔊 Ordine degli argomenti
- 🔊 Tempi di lavoro
- 🔊 Argomento stimolante (figure, audiovisivi e tanti colori)
- 🔊 Uso del computer a piccoli gruppi con software che contengono feedback
- 🔊 Uso di domande
- 🔊 Utilizzo dei nomi degli alunni
- 🔊 Esplicitare le procedure
- 🔊 Usare un tono di voce variato, vivace
- 🔊 Alternare compiti attivi e passivi
- 🔊 Favorire la partecipazione attiva (secondo le regole di comportamento)
- 🔊 Chiarire i tempi di lavoro e la difficoltà, i materiali da usare

Problemi relativi ai compiti per casa

- Scrittura dei compiti: no diari normali, troppe distrazioni. Lasciarglielo portare a scuola ma usare per scrivere i compiti un quaderno semplice. Aiuto dell'insegnante se non riesce a scrivere completamente o uso del registratore finchè non diventa autonomo
- Per dimenticanze di quaderno per i compiti e/o materiale scolastico si usano le procedure comportamentali prima citate
- Dividere in sotto-unità un compito lungo

3. L'approccio metacognitivo

- Problem solving
- Autostima
- Attribuzioni
- Gestione delle emozioni



Il problem solving

- Processo attraverso il quale si cerca di definire e raggiungere il proprio obiettivo attraverso delle fasi.



- Il bambino con ADHD è deficitario nell'attuare il processo di pianificazione ma



- tale modo di procedere può essere insegnato agli studenti se l'insegnante si propone come modello attivo nella soluzione dei problemi attingendo a problemi che emergono in classe e che vanno risolti. I passaggi della pianificazione possono essere rappresentati in un cartellone per la classe

Il livello di autostima

A causa delle incapacità autoregolative i bambini con ADHD vanno incontro a numerosi insuccessi, percependo un minor senso di competenza e raccogliendo frequenti disapprovazioni dall'adulto.

L'insegnante può intervenire attraverso frequenti gratificazioni, evitando paragoni con altri alunni e facendo leva sui suoi punti di forza ed interessi. (l'alunno con ADHD fa lezione in classe)

Le attribuzioni

Sono le cause che noi individuiamo per i nostri insuccessi o successi.

- Possono essere interne (attribuisco la causa degli eventi a me stesso) o esterne (attribuisco la causa degli eventi agli altri o al caso)



- Per impulsività il bambino con ADHD non valuta tutte le variabili in gioco e può compiere errori di attribuzione



- L'insegnante dovrebbe riconoscere tali attribuzioni e con esempi concreti correggere le attribuzioni errate, favorendo quelle funzionali: per le situazioni positive attribuire a sé il merito e per quelle negative decidere se è possibile correggere la situazione o impedire che si verifichi di nuovo.

La gestione delle emozioni

- Scarsa modulazione delle emozioni che si traduce nell'evidenziare stati emotivi eccessivi e non congrui con le situazioni che si creano.
- La scuola può educare all'espressione e all'autoregolazione delle emozioni attraverso esempi di problemi, modificando il modo con cui viene interpretato un evento.
- Utile "laboratorio delle abilità sociali" in cui verrebbero insegnate:
 - le autoistruzioni
 - riconoscere gli aspetti non verbali della comunicazione
 - Riconoscere le emozioni
 - Come unirsi ad un gruppo
 - Come fare e come rifiutare richieste

4. La gestione dello stress degli insegnanti

Alcuni suggerimenti per ridurre e controllare lo stress emotivo che può insorgere di fronte alla gestione di comportamenti indesiderabili associati a iperattività, impulsività e oppositività:

- Accettare il fatto che l'alunno iperattivo ha caratteristiche di natura costituzionale
- Conoscere le caratteristiche del Disturbo ed i metodi d'intervento rende le cose più facili
- Rendere chiara la comunicazione con l'alunno
- Essere consapevoli delle situazioni che scatenano la crisi
- Essere positivi
- Utilizzare in modo adeguato e costante le tecniche psicoeducative comportamentali
- Rimanere calmi in situazioni di crisi attraverso il rilassamento
- Formare gruppi di supporto
- Ricordarsi che non si è da soli! Importante è la collaborazione con i servizi del territorio che hanno il bambino in carico

