

Bambini troppo vivaci, disattenti e....

Spesso ci capita di osservare bambini estremamente vivaci, che faticano a mantenere a lungo l'attenzione su uno stesso stimolo o sentono il bisogno di muoversi continuamente. Si tratta di bambini vivaci che attraversano particolari fasi del loro sviluppo; altre volte, però, sono bambini che hanno delle reali difficoltà a rimanere fermi o a mantenersi lungamente concentrati. Sono quei bambini che troviamo alle feste dei nostri figli, nei bus o sul treno, nelle scuole o per la strada e che si mostrano continuamente agitati, in continuo movimento, che non riescono a stare mai fermi, che si dimenano continuamente e che i genitori trovano grande difficoltà a tenere "buoni".

Quando, poi, iniziano a frequentare la scuola sono quei bambini che noi insegnanti riusciamo a gestire con non poche difficoltà: si alzano continuamente dal loro posto, danno fastidio ai compagni, non riescono a svolgere i compiti assegnati e finiscono spesso per cambiare banco, classe e talvolta ... scuola.

CARATTERISTICHE PRIMARIE



Se non supera certi limiti, la vivacità è una caratteristica positiva dei bambini, soprattutto perché li rende più attivi nei confronti delle esperienze. Ma in certi casi il bambino eccessivamente vivace è anche disattento, impulsivo, carente di autocontrollo. Può allora trattarsi di un quadro clinico che richiede una diagnosi specialistica e una terapia mirata.

ADHD o DDAI

A= ATTENTION
D= DEFICIT
H= HYPERACTIVITY
D= DISORDER



D= DISTURBO DA
D= DEFICIT DI
A= ATTENZIONE E
I= IPERATTIVITA'

La diagnosi del disturbo di ADHD è essenzialmente clinica e si basa sull'osservazione e sulla raccolta di informazioni fornite da fonti multiple e diversificate quali genitori, insegnanti, educatori. Il disturbo va sempre differenziato dalla normale vivacità dei bambini. Fondamentali risultano le valutazioni cliniche dello specialista (neuropsichiatra infantile e psicologo).



Indicazioni di riferimento

Ad oggi, le indicazioni più importanti per la gestione del bambino con ADHD in classe sono contenute nelle:

- Circolare del 19/04/2012, Oggetto: Piano didattico personalizzato per alunni con ADHD (Chiarimenti).
- Circolare 20/03/2012, Oggetto: Piano didattico personalizzato per alunni con ADHD.
- Nota del 17/11/2010, Oggetto: Sintomatologia dell'ADHD in età prescolare. Continuità tra scuola dell'infanzia e scuola primaria.
- Circolare del 15/06/2010, Oggetto: Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività.
- Circolare del 4/12/2009, Oggetto: Problematiche collegate alla presenza nelle classi di alunni affetti da sindrome ADHD.

Breve descrizione degli alunni con ADHD

Molti bambini e ragazzi possono presentare comportamenti di disattenzione e/o irrequietezza motoria, tuttavia gli alunni che presentano tale disturbo hanno difficoltà pervasive e persistenti nel:

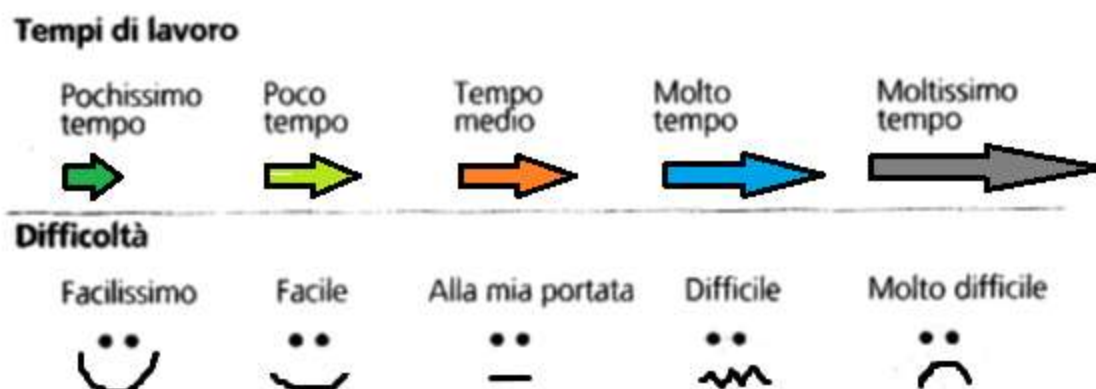
- selezionare le informazioni necessarie per eseguire il compito e mantenere l'attenzione per il tempo utile a completare la consegna;
- seguire le istruzioni e rispettare le regole;
- regolare il comportamento, che si caratterizza quindi per una eccessiva irrequietezza motoria e si esprime principalmente in movimenti non finalizzati, nel frequente abbandono della posizione seduta e nel rapido passaggio da un'attività all'altra;
- controllare le risposte o i comportamenti che in un dato momento risultano inappropriati;
- aspettare il proprio turno nel gioco o nella conversazione.

Gli stessi alunni possono talvolta presentare difficoltà:

- nel costruire e mantenere relazioni positive con i coetanei;
- nell'autoregolare le proprie emozioni;
- nel gestire il livello di motivazione interna approdando molto precocemente a uno stato di «noia»;
- nell'evitare stati di eccessiva demoralizzazione e ansia;
- nel controllare livelli di aggressività;
- nel seguire i ritmi di apprendimento della classe a causa delle difficoltà attentive.

FORNIRE INDICAZIONI SUI TEMPI E SUL GRADO DI DIFFICOLTÀ DEL COMPITO

La percezione del tempo dell'alunno ADHD è diversa. Avere idea del tempo richiesto e del grado di difficoltà del compito può aiutarlo ad orientarsi. Oltre che dare a voce questo tipo di informazioni (ti do 5 addizioni, copiale in riga e poi mettile in colonna una a una, sono facili, ci vorrà un quarto d'ora) può essere utile usare dei simboli come questi:



IL PROBLEMA DELL' ATTENZIONE

Spesso l'insegnante si trova a dover affrontare un alunno/a con particolari carenze di attenzione. In questo caso sarà opportuno:

- tenere il banco lontano da fonti di distrazione (finestre/porte) e vicino alla cattedra o in una “zona privilegiata” (*zona della concentrazione*) in cui ci si possa isolare per svolgere un compito importante.
- Facilitare il compito del bambino perchè possa davvero svolgerlo e tenere quindi alta la sua motivazione (la sensazione e il piacere di riuscire e il senso di sfida).
- Può essere utile dividere il compito in parti da consegnare al bambino separatamente, quindi fornire piccoli suggerimenti intermedi.
- Pianificare il lavoro insieme al bambino: prima faccio questo esercizio, dopo sottolineo, poi coloro...
- È importante segnalare chiaramente al bambino che si è soddisfatti del suo lavoro, anche se parziale, ed indicargli il punto in cui deve considerarlo terminato.
- Se il problema è la lentezza nell'esecuzione, può essergli concesso più tempo per alcuni compiti scritti.
- Affiancare un compagno con funzione di tutor.



Per tenere agganciata l'attenzione

- Parlare con enfasi, fare pause ed accentuare le parole più importanti, muoversi intanto che si parla: il movimento attira spontaneamente lo sguardo. Accompagnare le parole con intonazione, gesti;
- alternare momenti di circa 15 min per ogni fase di lavoro;
- sottoporre all'alunno compiti alla sua portata, in termini di difficoltà e durata. Non bisogna preoccuparsi troppo del fatto “che resti indietro” perché gli facciamo degli sconti sulla didattica.

Stiamo lavorando su altro: la didattica verrà se miglioreranno l'attenzione e l'autocontrollo, altrimenti la didattica sarà solo uno – e neanche il più rilevante – dei suoi problemi.

Chiudete un occhio sulla grafia (è spesso conseguenza delle difficoltà grafo-motorie); alleggerite i compiti a casa che facilmente diventano teatro di tensioni a scuola e in famiglia;

- se l'alunno ha qualche interesse (i cani, il calcio...) assecondiamolo. Valorizziamo anche quello che ci sembra sciocco. Chiediamoci e indaghiamo se ha un qualche interesse... qualche volta non lo sappiamo!
- Usare video, illustrazioni, computer, la LIM.

IL PROBLEMA DEL COMPORTAMENTO

Non è raro che l'insegnante si trovi a dover affrontare alunni con comportamenti problematici, ad esempio una forte impulsività nel gioco e nella discussione, una frequente oppositività alle regole o altri atteggiamenti di provocazione.



Non si sale sulla sedia



Non si sta scomposti

In questi casi può essere opportuno:

- Osservare il comportamento del bambino quindi concordare con lui un semplice programma (per es.: stare fermo per mezz'ora, terminare un compito, alzare la mano prima di parlare...).
- Rinforzare i comportamenti corretti, mediante l'uso di semplici "rinforzatori" verbali o materiali: un adesivo sul diario, una breve "nota positiva" ai genitori, una caramella, uno *smile*, ...
- Intervenire autorevolmente sui comportamenti scorretti, evitando il più possibile l'incoerenza, l'impulsività; il bambino deve sapere esattamente cosa lo aspetta se trasgredisce una regola; l'eventuale rimprovero dovrà essere sempre centrato sul comportamento, mai sul bambino.
- Sensibilizzare i compagni a non "rinforzare" i comportamenti disturbanti del bambino che cerca la loro attenzione.
- Proporre una proficua competizione tra gruppi di bambini, basata sul raggiungimento di comportamenti positivi.
- Fornire un sistema basato su poche ma importanti regole condivise, formulate con brevità e chiarezza, possibilmente un comando solo alla volta.

- Dare al bambino segnali di stima, quando lo si vede preoccupato, agitato per qualcosa che deve fare.
- Esprimere giudizi positivi su di lui in forma verbale esplicita e chiara, di fronte alla classe riconoscendo i suoi successi, le sue capacità, senza paragoni con i successi degli altri.

PERMETTERE I MOVIMENTI POSSIBILI

Il principio della sostituzione: tra due comportamenti non adattivi, se non possiamo sopprimerli del tutto, tolleriamo il meno disadattivo. Piuttosto che il bambino corra per la classe, scappi, butti giù il materiale dal banco del compagno... consentiamogli ogni tanto di stare in piedi al suo banco, di giocherellare con qualcosa mentre aspetta che gli correggiamo il compito, di scarabocchiare su un foglio apposito. Possiamo concordare con lui queste concessioni, contribuirà a rasserenare il nostro rapporto reciproco.



INDIVIDUARE E POTENZIARE I PUNTI DI FORZA DEL BAMBINO

- Cerchiamo di sottolineare sempre quello che funziona.
- Avere tanta pazienza: avremo bisogno di tempo anche noi per attenuare il problema.
- Darsi un obiettivo e occuparsi solo di quello, almeno inizialmente. Scegliere l'obiettivo che offre le maggiori garanzie di successo: es. tenere sopra il banco il materiale che serve.
- Cercare di far sperimentare dei successi. Un obiettivo per volta. Quello che per gli altri alunni è scontato, per il nostro alunno è un grande risultato. Per scegliere da dove cominciare osserviamo i comportamenti che sono già "meno peggio", solo dopo, con calma, aggiungere altri comportamenti desiderabili. Anche per scegliere le gratificazioni efficaci dobbiamo osservare il bambino e capire cosa funziona: materiale o sociale che sia la gratificazione deve essergli gradita!

STABILIRE UN ACCORDO CONDIVISO

Di solito le gratificazioni sono efficaci, ma talvolta occorre pensare ad un sistema "a punti", tipo stelline o smile... che consenta una gratificazione immediata, ma simbolica, che poi possa essere convertita in altro tipo di "premi".

- Definire col bambino i comportamenti corretti che saranno gratificati;
- assegnare i punti proporzionalmente alla "fatica" per il bambino (es. buttare le carte nel cestino 1 punto, fare tutti i compiti per casa 5 punti);
- può essere utile fare un cartello con un grafico, così i progressi sono percettibili per il bambino e, perché no, anche per il resto della classe... può essere utile usare il sistema delle "faccine".

I RAPPORTI SCUOLA-FAMIGLIA

È importante che l'insegnante instauri sin dall'inizio dell'anno scolastico un clima sereno caratterizzato dal dialogo e dalla disponibilità con i genitori di tutti i bambini con problematiche attentive e di comportamento. Per ottenere questo occorre chiarire e condividere le linee fondamentali della azione educativa della scuola e quindi spiegare:

- l'importanza di una forte collaborazione e fiducia reciproca fra insegnanti e genitori, allo scopo di evitare deleghe o colpevolizzazioni reciproche;
- le regole per vivere nella comunità-scuola;
- la funzione dei compiti a casa, spiegando quanto e quale aiuto ci si aspetta che diano i genitori.

GESTIRE I RAPPORTI CON I GENITORI

E' bene iniziare il colloquio con qualche elemento positivo, mostrando di essere interessati ad aiutare il bambino. Trattate prima i problemi di rendimento scolastico e solo dopo quelli di comportamento. Raccontarli come una cronaca di quanto si osserva, senza dare valutazioni. Incoraggiate i genitori a raccontare come avviene la gestione a casa e ascoltate senza esporre vostre valutazioni.

Sollecitate i genitori a proporre quale potrebbe essere la strada giusta e date anche i vostri suggerimenti, stabilite una data a breve per rifare il punto della situazione. Se i problemi dovessero continuare si potrebbe suggerire la consultazione con un esperto. Sottolineate che ci sono tanti bambini che si giovano di un aiuto esterno e che questo non significa che i genitori siano inadeguati, né che lo siano gli insegnanti. Anzi, dite pure che siete anche voi ad aver bisogno di consigli! E' necessario perseguire l'alleanza con la famiglia anche quando è difficile.



Testi utili e scaricabili gratuitamente:

Opuscolo AIDAI con indicazioni per insegnanti

- http://www.aidaiassociazione.com/documents/Training_per_Insegnanti.pdf
- Strategie per insegnanti AIFA Onlus
- <http://www.aifa.it/strategiescolastiche.htm>;
- <http://www.aifa.it/linkstrumenti.htm>
- <http://www.aifa.it/scuolaeadhd.htm>

Linee guida cognitivo-comportamentali

- http://www.aidaiassociazione.com/documents/Linee_guida_ADHD.pdf

Elenco Centri Regionali di Riferimento per la Diagnosi e Cura dell'ADHD

- <http://www.iss.it/adhd/regi/cont.php?id=222&lang=1&tipo=2>

Decreto 24/04/2007

- <http://www.iss.it/adhd/docu/cont.php?id=250&lang=1&tipo=3>

Circolare Miur n° 0001968 01/04/2009

Circolare Miur n° 0006013 04/12/2009

i bambini con ADHD possono avere anche molti lati positivi



entusiasti



Di larghe vedute



Molto spiritosi



Pieni d'energia