

... INTERVENIRE

Cosa può fare la scuola di fronte ad un allievo con problematiche attentive e comportamentali?

Un comportamento è sempre legato ad un intreccio di fattori significativi e non può quindi essere compreso se considerato fine a se stesso ma solo se messo in relazione alle conseguenze che lo mantengono e agli eventi antecedenti ambientali che lo precedono. Ogni docente può aiutare notevolmente l'allievo –meglio in collaborazione con il docente di sostegno pedagogico– se interviene nei seguenti ambiti:

1. creare un contesto facilitante
2. gestione mirata del comportamento
3. approccio e intervento metacognitivo
4. rapporti scuola-famiglia



1 INTERVENIRE IN CLASSE SUGLI ANTECEDENTI

Si adatta l'ambiente per ridurre i comportamenti disfunzionali e facilitare i comportamenti desiderabili. Ne consegue l'importanza di creare un contesto facilitante.

Organizzare gli spazi per limitare noia e distrazioni, favorire l'interazione positiva.

Stabilire regole: poche, condivise, sempre visibili, formulate in modo positivo (e non divieti) che comunicano informazioni. Aiuta l'allievo a organizzare i propri spazi e tempi e a sapere in anticipo quali azioni siano da considerarsi fuori dalle norme stabilite.

Instaurare routine. Per esempio: ingresso in aula, presentazione programma lavori, pause concordate, prendere visione materiale utile per la lezione, scansione tempo. Più routines ci sono all'interno delle classi, più l'allievo può prevedere tempi e richieste, adattando meglio ad esse il proprio comportamento. Sapere che cosa lo aspetta aiuta l'allievo a rimanere più calmo e a sentirsi più sicuro. Ricordarsi:

- mantenere una stessa sequenza di azioni aiuta l'allievo a rimanere organizzato e facilita la sua autonomia
- quando l'allievo è in grado di attenersi a un programma quotidiano in modo indipendente, acquista un senso di padronanza e maggiore fiducia in se stesso.

Inoltre:

- individuare e potenziare i punti di forza dell'allievo in questione
- strutturazione del materiale e delle attività
- organizzare il lavoro scolastico (per costituzione questi allievi sono poco abili nel fare stime realistiche di grandezze, tempi, quantità, difficoltà) abituarli a lavorare con temi prestabiliti significa aiutarli a valutare meglio
- scheda settimanale di comportamento.

L'atteggiamento dei docenti verso l'allievo con ADHD ha un forte impatto sulla modificazione del suo comportamento. L'intensità e la persistenza dei comportamenti risentono notevolmente delle variabili ambientali e di quanto l'allievo si senta accettato e aiutato di fronte alle difficoltà.

CONOSCERE ... INTERVENIRE

3 METACOGNIZIONE

La didattica metacognitiva non ha come oggetto l'apprendimento di nuove conoscenze (imparare a fare). L'accento è posto su come avviene l'apprendimento (imparare a imparare). L'obiettivo è quindi sviluppare la consapevolezza di che cosa si sta apprendendo, del perché, di quando è opportuno farlo, in quali condizioni e con quali modalità. A livello riabilitativo l'approccio metacognitivo mira a sviluppare le capacità di essere "gestore" delle proprie risorse cognitive su livelli distinti: conoscenze sul funzionamento cognitivo in generale, autoconsapevolezza del proprio funzionamento cognitivo, uso generalizzato di strategie di autoregolazione cognitiva. Grazie ad essa:

- sviluppa nell'allievo riflessioni sul proprio modo di apprendere, sul funzionamento e sulle potenzialità -e i limiti- della (sua)mente
- aumenta la consapevolezza di sé
- valorizza le sue conoscenze spontanee
- insegna strategie per apprendere, per ricordare, per stare attenti, per studiare...
- aiuta ad applicare delle strategie in base alla loro efficacia
- incoraggia l'autovalutazione: ero attento? perchè (non)sono riuscito ?

ADHD = disturbo di autoregolazione

4 RAPPORTI DOCENTI-GENITORI

Comunicazione distorta

Da una parte i **genitori** si sentono messi sotto accusa nel sentire il lungo elenco delle inadeguatezze del figlio; spesso minimizzano o mettono in atto reazioni difensive. Dall'altra parte i **docenti** ritengono che il comportamento dell'allievo sia da imputare unicamente all' scarsa funzione genitoriale, non comprendendo le reali cause del disturbo.

Comunicazione efficace

Da una parte i **docenti** cercano di comprendere le cause del comportamento dell'allievo, con l'obiettivo di trovare e attuare un progetto comune scuola-famiglia per favorire l'adattamento scolastico. Dall'altra parte i **genitori** percepiscono nei docenti attenzione e interesse alla situazione del proprio figlio.

Che cosa **NON** fare con un allievo prevalentemente disattento:

- Ripetere in continuazione «Stai attento!»: essendo la disattenzione il sintomo di una difficoltà riconosciuta, difficilmente potrà essere controllata dall'allievo. L'incapacità di rispondere all'invito del docente potrebbe influenzare la motivazione al lavoro, il senso di autostima e la relazione docente/allievo.
- Insistere perché un compito venga interamente completato senza interruzioni o pause: l'allievo può necessitare di piccole pause nel corso dell'esecuzione di un compito. È inoltre consigliato dividere i compiti più complessi in sottocompiti più facilmente gestibili in un tempo ridotto.
- Collocare l'allievo in un posto tranquillo lontano dai compagni e dall'insegnante in modo che possa concentrarsi: i soggetti con ADHD hanno bisogno di qualcuno che richiami spesso la loro attenzione sul compito, è bene quindi che lavorino vicino al docente o, a turno, ad un compagno-tutor.
- Non proporre novità per paura che si distraiga troppo: in realtà le novità servono per richiamare la sua attenzione.



Prontuario in pillole
scuola media



Disturbi dell'attenzione e problemi di comportamento

Allievi con ADHD in classe

Che senso ha per l'allievo un comportamento non in linea con le regole scolastiche? Cosa "vuole ottenere", magari non del tutto consapevolmente, comportandosi in modo inadeguato? Il suo comportamento non è frutto di cattiva volontà, ma espressione di un disagio, di una difficoltà. Una risposta, certo, inadeguata, ma non per questo priva di senso. Per chi lavora nella scuola è essenziale capire quale sia, caso per caso, il problema dell'allievo.

Il Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (DDAI), meglio conosciuto con l'acronimo inglese ADHD, non è una semplice manifestazione di scarsa concentrazione o di eccessiva vivacità, presente in quasi tutti gli allievi, non è neppure una normale fase di sviluppo che ognuno deve superare.



Si tratta di un vero e proprio disturbo neurobiologico che ha conseguenze negative per l'individuo stesso; studi epidemiologici indicano una frequenza del disturbo pari al 4%. Avere un problema non significa però avere una malattia, per di più irrisolvibile; viceversa un problema non affrontato adeguatamente tende ad aumentare con il tempo e a interessare altri settori della vita della persona.

Nell'apprendimento scolastico, l'attenzione, intesa come meccanismo di autoregolazione del funzionamento cognitivo, riveste un ruolo fondamentale dato che la mancanza di attenzione ostacola un apprendimento di tipo intenzionale. In effetti molti allievi con difficoltà attentive manifestano anche un ritardo o delle difficoltà nell'apprendimento. Ed è proprio nel contesto scolastico che spesso si riflettono i limiti, le problematiche e i bisogni speciali dell'allievo. Molte volte il docente considera l'allievo poco attento perché demotivato o immaturo; le strategie educative spesso si esauriscono in continui richiami, castighi, rimproveri, umiliazioni e anche se comprende che c'è un problema non imputabile interamente alla volontà dell'allievo, non è in grado di intervenire in modo sistematico. Nei docenti, come nei genitori, si assiste in diversi casi alla formulazione di attribuzioni che diventano degli ostacoli nella costruzione del rapporto di collaborazione.

A cura di Daniele Lucchini
Ser. sostegno pedagogico della scuola media
(gen. 2016)

Gli scopi del presente prontuario:
1) fornire elementi conoscitivi ai docenti
2) esporre alcune piste d'intervento

CONOSCERE ...

L'attenzione



L'attenzione è un processo cognitivo multidimensionale che permette di selezionare stimoli ambientali, ignorandone altri. È un filtro che lascia passare soltanto gli stimoli rilevanti.

Tipi di attenzione:

- **selettiva**: selezionare stimoli importanti, ignorare informazioni irrilevanti.
- **focalizzata**: concentrarsi su un compito.
- **mantenuta**: mantenersi vigili per un periodo prolungato di tempo.
- **divisa**: seguire contemporaneamente due attività
- **shift**: consente il rapido spostamento del focus attentivo da un oggetto ad un altro.

Attention Deficit Hyperactivity Disorder

È una patologia eterogenea e multifattoriale che implica disfunzioni in tre aree:

- **cognitiva** (disattenzione; incapacità nel mantenere per un periodo sufficientemente prolungato l'attenzione su un compito)
- **motoria** (iperattività; cioè un eccessivo ed inadeguato livello di attività motoria)
- **comportamentale/relazionale** (impulsività; incapacità ad aspettare o ad inibire comportamenti che in quel momento e in quella situazione risultano inadeguati).

Tre sottotipi

- prevalenza disattenzione
- iperattivo: prevalenza iperattività / impulsività
- combinato: tutti i tre sintomi

Le funzioni esecutive sono quelle abilità che permettono a un individuo di anticipare, progettare, stabilire obiettivi, attuare progetti finalizzati a uno scopo e monitorare/modificare, il proprio comportamento per adeguarlo a nuove condizioni.

Un danno alle funzioni esecutive ha effetto sulla regolazione e sull'uso di tutte le aree della cognizione, comprese l'attenzione, la memoria, il problem solving, le abilità motorie, e l'esecuzione di compiti a più fasi che richiedono la progettazione, la suddivisione in sequenze e il monitoraggio. La natura e la gravità di questi problemi variano da persona a persona e possono avere effetti particolarmente profondi sull'abilità di un allievo a gestire in maniera indipendente il lavoro scolastico ed è spesso necessario un supporto ad un qualche livello perché possa sfruttare tutte le sue potenzialità.

L'allievo con ADHD non raggiunge spontaneamente l'autocontrollo e l'autonomia

Come si riconosce l'ADHD

La diagnosi si basa sulla raccolta d'informazioni da fonti multiple (in particolare i genitori e i docenti) e sull'osservazione diretta.

Elementi fondamentali della diagnosi sono l'individuazione dei falsi positivi e dei disturbi in comorbidità poiché i sintomi rappresentano dimensioni in un continuum tra normalità e patologia per cui è necessario individuare una soglia di rilevanza clinica che può associarsi ad una compromissione funzionale.

I sintomi primari possono essere parte:

- integrante del quadro clinico dell'ADHD
- del quadro clinico che simula un ADHD
- del quadro clinico associato all'ADHD

Sintomi secondari

I soggetti con ADHD, o con altri problemi di comportamento, manifestano anche altri sintomi che vengono definiti secondari in quanto si presume derivino dall'interazione tra le caratteristiche specifiche del disturbo con l'ambiente sociale e con quello scolastico in cui si trovano inseriti.

Comorbidità : 80% dei casi ADHD

si associa ad altri disturbi:

- DSA; disturbi specifici d'apprendimento (dislessia, discalculia, ecc.)
- disturbi del linguaggio
- disturbi d'ansia
- disturbo della coordinazione.
- disturbo oppositivo-provocatorio.

Deficit linguistici

Il linguaggio ha un ruolo fondamentale nello sviluppo dell'autoregolazione. L'allievo con ADHD tende ad essere molto meno produttivo e a presentare in particolare difficoltà a :

- organizzare la propria risposta a domande
- risolvere situazioni di problem solving
- condividere informazioni coi compagni
- raccontare o rievocare trama di una storia
- descrivere le strategie utilizzate in un compito (deficit metacognitivi).

IL NODO CENTRALE

Un deficit attentivo dell'allievo significa scarsa:

- capacità di autoregolazione e autocontrollo
- consapevolezza metacognitiva
- capacità nello sviluppo del dialogo interno

L'allievo di fronte ad un obiettivo:

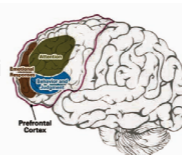
- non lavora con determinazione
- non riesce a differenziare ciò che è importante da ciò che non lo è
- non riconosce il livello di difficoltà di un compito
- non sa prevedere il tempo necessario ad eseguirlo
- non sa pianificare le procedure per eseguirlo
- è caotico e frettoloso.

Comportamenti più comuni in classe:

- scarso rendimento scolastico: inferiore alle potenzialità cognitive
- frequenti litigi e reazioni esagerate in risposta ad aggressioni fisiche e verbali
- difficoltà di autocontrollo e incapacità nel rispettare le regole
- carente disposizione alla collaborazione e all'impegno
- difficoltà di adattamento sociale
- crisi di collera e comportamento aggressivo
- scarsa sensibilità nei confronti dei pari con tendenza a deridere e danneggiare il materiale.

La corteccia prefrontale è la parte del cervello responsabile per come si :

- pianificano e prendono le decisioni
- avviano e terminano le attività
- rimane concentrato sul compito
- bloccano le distrazioni
- utilizza la memoria di lavoro
- regolano le emozioni.



... INTERVENIRE

2 GESTIONE MIRATA DEL COMPORTAMENTO

Da cosa partire? In primo luogo un'osservazione sistematica (durata 1-2 settimane) delle situazioni ritenute problematiche per identificarne la frequenza e i momenti maggiormente faticosi da gestire per l'allievo, rispettivamente per il docente. Si può ricorrere anche all'utilizzo di griglie appositamente strutturate per la rilevazione. In seguito un elenco dei comportamenti-problema (per livello gravità) che s'intendono modificare. Ma oltre a questo insieme di problemi, l'allievo avrà pure qualche elemento positivo; darsi il compito di accorgersi quando fa qualcosa di "normale" e farglielo sapere.

Uso di rinforzatori.

Si tratta di strategie che mirano a migliorare il comportamento attraverso l'applicazione di conseguenze positive o negative:

Conseguenze positive

Un rinforzatore positivo è un evento che quando compare immediatamente dopo un comportamento, induce l'aumento della frequenza di quel comportamento, rendendolo più frequente e probabile in futuro.

Fare un piano di rinforzi creando un inventario in base all'età e alle preferenze: possono essere premi materiali, occasioni sociali, privilegi per attività, affinché siano effettivamente delle gratificazioni per l'allievo. Le conseguenze positive aumentano la frequenza, l'intensità e la durata di un comportamento. È quindi importante fornire all'allievo un feedback sul suo comportamento. Dare un elogio dopo un comportamento corretto è più importante che rimproverare o punire un comportamento sbagliato. Le ricerche dimostrano che la sequenza migliore prevede in primis l'adozione di strategie positive.

Token economy è un programma d'intervento particolarmente adatto per gestire comportamenti problematici a livello di gruppo-classe. Tale metodologia prevede l'utilizzo delle tecniche quali il rinforzamento ed eventualmente anche il costo della risposta ma la sua peculiarità consiste nell'utilizzo dei rinforzatori simbolici (token) che una volta accumulati potranno essere scambiati con rinforzatori tangibili (materiali, privilegi, affettivi, ecc.).

Conseguenze negative

L'ignorare pianificato. L'attenzione dell'adulto è un'efficace gratificazione; ignorare quindi i comportamenti inadeguati di scarsa intensità può essere utile per farli scomparire. A quali comportamenti applicarlo: proteste sproporzionate e "scenate", dispetti ai compagni, lamenti e piagnucolii, piccole azioni di disturbo, comportamenti finalizzati ad ottenere l'attenzione dell'adulto. Costo della risposta. Ad un comportamento inadeguato segue la perdita di un privilegio o di un'attività gradevole. È utile soprattutto per comportamenti negativi non gravi, specie in relazione allo scarso impegno. Questo "costo" per l'allievo deve essere: comunicato o concordato in anticipo, proporzionale all'azione negativa, corredato da informazioni chiare, controllabile nella sua applicazione.



disfunzione nei circuiti cerebrali che regolano inibizione e autocontrollo

compromesse

ADHD

Funzioni esecutive

Metacognizione
Capacità di riflettere sui propri processi cognitivi e di averne consapevolezza