



LA GESTIONE DELLA CLASSE IN PRESENZA DI ALUNNI CON ADHD

Scuola dell'Infanzia e Primaria

Dott.ssa Paola Zanchi
Centro per l'Età Evolutiva - Bergamo
paola.zanchi@centroetaevolutiva.it

Di cosa parleremo oggi...

- Descrizione dei bambini con ADHD
- La gestione della classe – principi generali:
 - *Strategie del prima e strategie del dopo*
 - *Strategie per la gestione del comportamento e strategie legate alla didattica*

Di quali bambini parleremo oggi...

- ❑ Bisogno irrefrenabile di muoversi
- ❑ Incapacità di lavorare su una stessa attività fino al suo completamento
- ❑ Ricerca di novità, stimolazioni sempre più eccitanti: bisogno di cambiare compito perché c'è stata una veloce saturazione e quindi abbassamento della motivazione
- ❑ Scarso rispetto delle regole: nelle attività, con i compagni, con le insegnanti
- ❑ Tendenza a volere tutto e subito
- ❑ Scarse risposte alle punizioni
- ❑ A volte si osservano comportamenti simili anche nei genitori (anche se riferiti ad adulti)
- ❑

3

Cosa osserviamo alla scuola dell'infanzia?

DISTURBO PRIMARIO

- Vi sono i bambini che presentano una difficoltà di attenzione e di comportamento (di autoregolazione) di tipo **PRIMARIO** (possibile diagnosi di ADHD o altro disturbo del comportamento)

DISTURBO SECONDARIO

- Alcuni bambini iperattivi non riescono ad autoregolare il proprio comportamento per ritardo maturativo o presenza di altri disturbi (disturbi generalizzati dello sviluppo, disturbi del linguaggio o di coordinazione motoria).
- Altri hanno una difficoltà specifica nel rispetto delle regole e delle routine domestiche per un inadeguato contatto con le figure parentali.

4

E nel passaggio alla scuola primaria?

- Gli alunni iperattivi mantengono un elevato livello di attività e non riescono ad autoregolare il comportamento.
- Gli alunni “non iperattivi” possono ridurre il livello di problematicità, oppure diventa più evidente che i problemi sono generalizzati (cognizione, comunicazione, coordinazione motoria, relazioni).

5

Chi sono i bambini disattenti? E i bambini iperattivi?

Provate a pensare ad un bambino, della vostra classe/sezione, che definireste “disattento” e/o “iperattivo” e provate a descriverlo nel modo più dettagliato possibile (comportamenti tipici e non, episodi accaduti che, secondo voi, sono manifestazione di disattenzione e/o iperattività)

6

Cos'è il DDAI (ADHD)? Disturbo da deficit di attenzione e iperattività

L'ADHD è un **disturbo evolutivo dell'autocontrollo**
di **origine neurobiologica** che **interferisce con il normale** svolgimento
delle comuni attività quotidiane:
andare a scuola, giocare con i coetanei, convivere serenamente con i
genitori e, in generale, inserirsi normalmente nella società.

7

Sintomi dell'ADHD



8

Inattenzione

- Deficit di attenzione focale e sostenuta
- Facile distraibilità (stimoli banali)
- Ridotte capacità esecutive (compiti scolastici, attività quotidiane, gioco)
- Difficoltà nel seguire un discorso
- Interruzione di attività iniziate
- Evitamento di attività che richiedono sforzo cognitivo



9

Iperattività

- Incapacità di stare fermi
- Attività motoria incongrua e afinalistica
- Gioco rumoroso e disorganizzato
- Eccessive verbalizzazioni
- Ridotte possibilità di inibizione motoria



10

Impulsività

- Difficoltà di controllo comportamentale
- Incapacità di inibire le risposte automatiche
- Scarsa capacità di riflessione
- Difficoltà a rispettare il proprio turno
- Tendenza ad interrompere gli altri
- Incapacità di prevedere le conseguenze di una azione
- Mancato evitamento di situazioni pericolose



11

ADHD: andamento nel tempo

- Iperattività ed impulsività si riducono
- L'inattenzione e le difficoltà esecutive persistono
- Spesso i primi problemi si manifestano a tre anni di età, con una evidente iperattività
- Le difficoltà aumentano con l'ingresso nella scuola primaria in cui al bambino si richiede il rispetto di regole e prestazioni cognitive
- Verso gli ultimi anni della scuola primaria l'iperattività motoria si attenua mentre possono persistere l'impulsività e la disattenzione

12

ADHD: andamento nel tempo

Con l'ingresso nelle scuole medie alcuni bambini con DDAI sviluppano delle strategie di compensazione con cui riescono a colmare le difficoltà, sebbene persistano difficoltà di concentrazione soprattutto nello studio orale

In età adolescenziale e adulta possono perdurare difficoltà nelle relazioni sociali, incapacità a mantenere un lavoro, ad avere relazioni coniugali stabili. Permane anche una certa disorganizzazione nell'intraprendere azioni e fare scelte di vita.

13

ADHD in età prescolare

Massimo grado di iperattività

Comportamenti aggressivi

Crisi di rabbia

Litigiosità, provocatorietà

Assenza di paura, condotte pericolose, incidenti

Disturbo del sonno

14

ADHD: sintomi secondari

- Iperattività motoria
 - Inattenzione
 - Impulsività



- Difficoltà relazionali
- Bassa autostima
- Difficoltà scolastiche

15

ADHD: difficoltà relazionali

Emarginazione da parte dei coetanei

Scarse amicizie durature

Tendenza all'isolamento

Rapporti con bambini più piccoli o più instabili

Incapacità nel cogliere indici sociali non verbali

16

ADHD: bassa autostima

Demoralizzazione

Scarsa fiducia in sé stessi

Solitudine

Sentimenti abbandonici

Inadeguatezza per rimproveri, rifiuto sociale, insuccesso scolastico, sportivo, ecc.

Rischio di un disturbo depressivo, ansioso, comportamentale

17

ADHD: difficoltà scolastiche

Rendimento inferiore alle potenzialità cognitive

Disturbo attentivo

Disturbo nella memoria sequenziale

Stile cognitivo impulsivo

Deficit di controllo delle risorse cognitive

Effetto sul piano emotivo-comportamentale

18

Esiste solo l'ADHD?

- Classificazione dei disturbi comportamentali (DSM-5)

DISTURBI DA DEFICIT DI ATTENZIONE E COMPORTAMENTO DIROMPENTE

- DISTURBO DA DEFICIT DI ATTENZIONE /IPERATTIVITA'
- DISTURBO OPPOSITIVO PROVOCATORIO
- DISTURBO DELLA CONDOTTA

- CARATTERISTICHE COMUNI: aggressività, impulsività, mancato rispetto delle regole



Disturbi profondamente diversi tra di loro

Continuità tra normalità e patologia

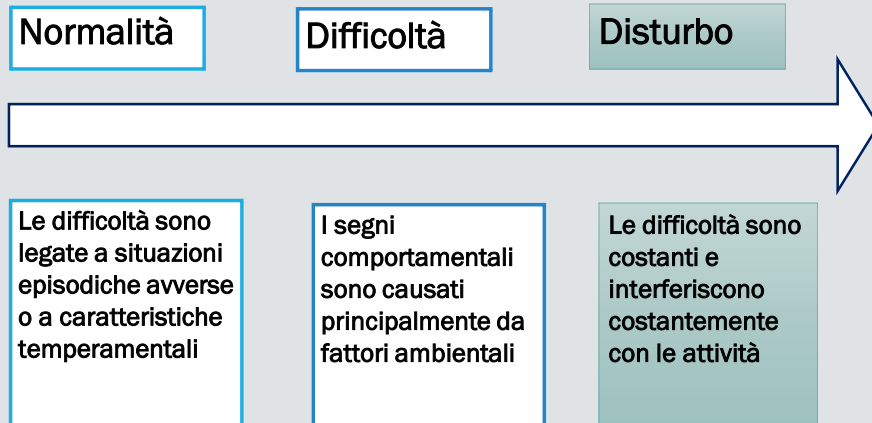
I comportamenti problematici (difficoltà di attenzione e iperattività) non sono qualitativamente diversi da quelli dei coetanei, ma si configurano in un disturbo quando:

INTENSITA'

FREQUENZA

Sono tali da compromettere il funzionamento in più contesti (non solo casa e scuola)

Impulsivi e disattenti: difficoltà o disturbo?



21

Non una sola causa: eziologia multifattoriale

Distinguere

- ✓ **cause** (fattori determinanti la patologia) soprattutto genetiche (70-80%)
- ✓ **fattori che incidono sull'espressione dei sintomi** (gravità e durata) - fattori ambientali ed educativi



22

Quali sono i prerequisiti comportamentali per una buona riuscita scolastica?

Rispettare le regole (**esplicite**) della classe nei confronti dei compagni e degli insegnanti

Conoscere e rispettare le regole **implicite**

Ascoltare ed eseguire le **consegne individuali** e in gruppo

Controllare il **movimento** e rispettare i tempi in cui **alzarsi**

Rispettare i **tempi di lavoro** individuale, di gruppo, di pausa (in classe o fuori)

Rimanere su una **stessa attività** per un periodo prolungato

Cambiare rapidamente prospettiva: **da gioco a lavoro** (in circa 3 mesi)

23

Quali sono le competenze attentive necessarie per una buona riuscita scolastica?

L'attenzione diventa un meccanismo di base indispensabile per **eseguire "lavori"**

Seguire le **indicazioni orali** dell'insegnante finalizzate allo svolgimento di compiti obbligatori

Prestare attenzione alle **consegne** (orali, poi scritte) dell'insegnante

Mantenere attenzione costante durante lo svolgimento dei lavori (evitando distrazioni per sé e per i compagni)

Essere capace di **cambiare** rapidamente schema attentivo di fronte a nuove proposte di lavoro

24

Quali sono le
FE
necessarie
per una
buona
riuscita
scolastica?

Controllo risposte impulsive

Gestione **emozioni** di rabbia, eccitazione...se
disfunzionali al contesto e ai rapporti sociali

Flessibilità e capacità di **adattamento alle novità**

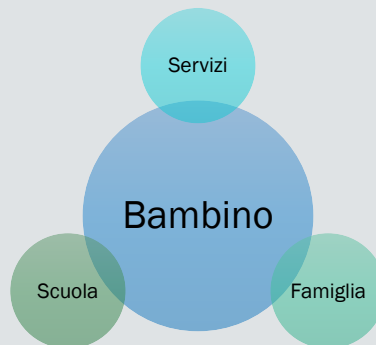
Mantenimento in memoria di **più informazioni** per
svolgere comportamenti complessi

Programmare sequenze di comportamenti in più
fasi

Organizzare il proprio materiale per raggiungere
un obiettivo ed eseguire compiti

25

Come gestiamo la classe in presenza di alunni con
ADHD?
Principi generali



Non esiste una formula magica

L'inizio dell'intervento: l'osservazione del comportamento

- Osservazione e rilevamento dei comportamenti positivi, e in seguito di quelli negativi (importante che ci siano entrambi)
- Sintesi dei dati raccolti
 - **TUTTO IL TEAM DI INSEGNANTI è COINVOLTO**

27

Analisi funzionale del comportamento Principi generali

- **Fase 1:**
 - Osservazione non strutturata per la creazione di un inventario di comportamenti da aumentare, facendo descrizioni, non interpretazioni (per una settimana)
- **Fase 2:**
 - Categorizzazione dei comportamenti da far aumentare: Rimane seduto per una parte dell'attività, rispetta il turno nei giochi, riordina quando richiesto (dopo la prima settimana)
- **Fase 3:**
 - Costruzione di due griglie per l'osservazione strutturata che analizzino i comportamenti che vogliamo aumentare al fine di identificare:
 - Antecedenti e conseguenze per ogni comportamento emesso
 - Frequenza e distribuzione di emissione dei comportamenti della giornata

28

Analisi funzionale del comportamento

Principi generali

- 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:*
 - Far aumentare i comportamenti positivi e prevenire il verificarsi di comportamenti da ridurre
 - Favorire le risposte dell'ambiente che rinforzano i comportamenti positivi e attenuare quelle che rinforzano l'emissione dei comportamenti problematici
- Fase 6:
 - *Verifica dei risultati ottenuti (dopo mesi di lavoro) mediante le griglie di osservazione*

29

Inventario dei comportamenti da aumentare

- Rimane seduto per una parte dell'attività
- Rispetta il turno nei giochi
- Riordina quando richiesto
- Inizia l'attività e la esegue almeno in parte
- Ecc...

30

Organizzazione comportamenti da ridurre

Fare una gerarchia delle categorie di comportamenti da ridurre

- Durante le istruzioni non è attento
- Aggredisce compagni o danneggia cose
- Non completa il lavoro
- Interrompe mentre parla la maestra
- Si oppone alle richieste
- Non rispetta le regole
- È distratto per un lungo periodo di tempo
- Altro.....

31

Antecedenti dei comportamenti negativi

- Mancanza di affetto, attenzione, stima
- Noia o disinteresse verso le attività
- Inadeguatezza rispetto ai pari
- Deficit di abilità
- Incomprensione delle consegne
- Inadeguata stima della difficoltà o della lunghezza del compito
- Esperienze negative precedenti legate alla stessa attività

32

Come scrivere il PDP Principi guida

Cosa serve per scrivere un il PDP?

- Un'adeguata conoscenza del bambino (periodo di osservazione)
- Un'adeguata conoscenza del disturbo e delle origini dello stesso
- La predisposizione di un modello di PDP adeguato (molti modelli sono pensati solo per i DSA, non per i disturbi del comportamento)

La scelta di adeguate strategie deriva dalle prime due condizioni descritte

A cosa serve il PDP?

- Momento di confronto e condivisione (fra colleghi, con la famiglia)
- Possibilità di trovare una linea comune (importante che gli insegnanti lavorino come una squadra)
- Tenere traccia di quanto pensato (tuttavia, le strategie utili cambieranno non solo di anno in anno, ma anche nel corso dell'anno. Se non è così, qualcosa non ha funzionato)

Come possiamo intervenire?

STRATEGIE DEL PRIMA



STRATEGIE DEL DOPO



Strategie del “prima”: Monitoraggio del tempo

- Uno svolgimento regolare delle attività della giornata rende più accettabile il passaggio da un'attività all'altra

➔ Utile fare una tabella che indichi il susseguirsi delle attività della giornata

Possibili problemi:

1. Il bambino non vuole interrompere un'attività piacevole
2. Il bambino non vuole svolgere un'attività per lui difficile

➔ *Utile consentire al bambino un monitoraggio del tempo a sua disposizione (sapere quanto manca) in modo che; non debba interromperla in modo brusco/sappia che lo sforzo che gli si chiede non è infinito*

Strategie del “prima”: L’ambiente

Un ambiente ordinato e con pochi stimoli distraenti aiuta il bambino a regolare la propria attenzione

Anche l’ambiente può essere prevedibile (es: *etichette sugli scaffali dove va riposto il materiale*) e questo favorisce l’autoregolazione

37

Strategie del “prima”: Le regole

Porre delle regole chiare all’interno della classe è necessario per regolare le interazioni tra i pari e con gli adulti.

Perché siano efficaci, è necessario che le regole siano condivise.

È perciò opportuno discutere con i bambini le regole da ratificare, dando loro la possibilità di approvarle o modificarle.

38

Alcuni principi riguardo le regole

Proposizioni e non divieti

- *Non si picchiano i compagni → si tengono a posto mani e piedi*
- *Non si corre nei corridoi → nei corridoi cammino lentamente*

Chiare e semplici

- *Salutare la maestra all'ingresso → al mattino quando entro dico ciao alla maestra*
- *Aspettare il proprio turno per intervenire → prima di parlare alzo la mano e aspetto che l'insegnante mi chiami*

Operative e specifiche

- *Bisogna mettere in ordine l'aula → prima di andare a mensa mettiamo i pennarelli sullo scaffale e le sedie sotto il tavolo*
- *Stare attenti durante la spiegazione → stare in silenzio e ascoltare l'insegnante durante la spiegazione*

39

Strategie del “prima”: Le routine

Una giornata in sezione in cui le attività si ripetono in modo regolare, prevedibile e sistematico permette ai bambini di poter regolare meglio il proprio comportamento perché sanno quello che dovrebbero fare.

Se gli alunni mettono in atto comportamenti negativi sistematicamente in corrispondenza di alcune routine, l'insegnante riesce ad anticipare meglio quegli eventi.

Le situazioni meno strutturate (gioco in salone, in giardino, tempo mensa) sono più spesso associate a comportamenti negativi da parte degli alunni con difficoltà di autoregolazione.

40

Esempio di routine per la preparazione al pranzo

- Mettere via il materiale nell'astuccio
- Mettere l'astuccio nel proprio armadietto
- Mettere la sedia sotto il tavolo
- Mettersi in fila davanti alla porta



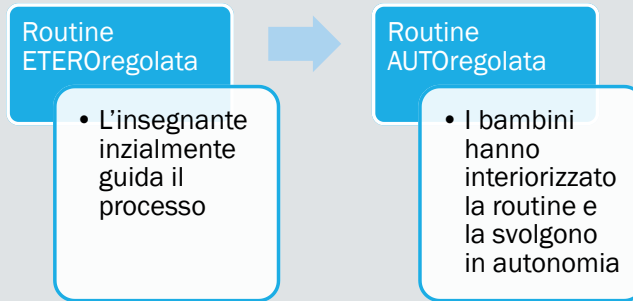
41

Come introdurre una nuova routine

- L'insegnante discute con i bambini quali azioni devono essere svolte nel momento in cui si vuole creare la nuova routine (es: lavaggio mani prima del pranzo: "Cosa bisogna fare prima di andare a mangiare?")
- Si crea su un cartellone una checklist di tali attività e si appende in sezione
- Inizialmente l'insegnante guida i bambini, elencando attività dopo attività e aspettando che tutti i bambini abbiano concluso
- In un secondo momento il compito dell'insegnante passa ad un incaricato diverso ogni giorno
- Infine, la routine viene svolta in autonomia dai bambini.

42

Il passaggio fondamentale



43

Strategie del “dopo” : Ignorare

- Utile per comportamenti lievemente negativi (es capricci) che non sono pericolosi e che hanno lo scopo di attirare l'attenzione
- E' necessario che tutti gli insegnanti siano d'accordo nell'ignorare altrimenti la tecnica non è efficace
- Ignorare stando in silenzio, anche dire “Fai pure i capricci, non mi interessa...” è segnale di attenzione e quindi non è efficace

44

Attenzione!



- Quando si mette in atto questa tecnica all'inizio il comportamento negativo del bambino aumenterà invece che diminuire (il bambino prova a ottenere una reazione)
- Cedere fa sì che il bambino sappia che può ottenere il suo scopo e quindi la volta successiva insisterà nel capriccio ancora di più

45

Strategie del “dopo” : Costo della risposta

- ❖ Consiste nel togliere al bambino qualcosa di piacevole in seguito a un comportamento negativo
- ❖ E' maggiormente utile nel caso di comportamenti poco gravi (es: il bambino si rifiuta di fare qualcosa)
- ❖ E' fondamentale essere COERENTI nell'applicare il costo della risposta

46

Attenzione!



- Spesso la rabbia e il senso di perdita di controllo ci spinge a minacciare punizioni spaventose per avere più impatto sul bambino, ma questo ci fa perdere credibilità perché poi non possiamo metterle in atto!
- Se usiamo le punizioni troppo frequentemente e per ogni comportamento a prescindere dalla gravità queste perdono efficacia
- Talvolta il rimprovero può avere una valenza positiva per il bambino (cioè il prestare attenzione) quindi fa sì che il bambino metterà di nuovo in atto il comportamento problematico

47

Strategie del “dopo” : Time out

- ❖ Consiste nell’allontanare il bambino dal contesto e portarlo in un luogo tranquillo e privo di stimoli (es: “sedia del pensare”). Si può scegliere una posizione in cui il bambino può osservare quello che succede.
- ❖ Utile soprattutto quando il bambino sta mettendo in atto comportamenti aggressivi (es: picchiare un compagno) fuori controllo (comportamenti gravi su cui non si sa come altro intervenire)
- ❖ L’obiettivo non è punire, ma consentire al bambino di recuperare il controllo sul proprio comportamento.

48

- Il tempo va stabilito a priori e si deve consentire al bambino di controllarne il passaggio (es clessidra, timer...)
- Per bambini di 5 anni circa 3 minuti (si può arrivare a 5 se il bambino si ribella)
- Se il bambino in time out strilla è consigliabile ignorarlo (tenta di attirare l'attenzione)
- Alla fine del time out chiedere al bambino perché è stato necessario il time out e se non se lo ricorda spiegarglielo!
- Le prime volte il bambino si ribellerà, ma se saremo coerenti pian piano le ribellioni diminuiranno

49

Attenzione!



- E' importante essere calmi e non mostrare rabbia nell'applicazione del time out:

“ Filippo, picchiare i compagni è contrario alle regole che abbiamo deciso. Hai bisogno di tranquillizzarti e pensare a questo comportamento, siediti qui 3 minuti e cerca di calmarti”
- E' importante utilizzare questa tecnica quando il bambino perde il controllo, non quando noi perdiamo la pazienza
- E' importante scegliere bene il luogo dove far sedere il bambino (non in un posto dove è notato dai compagni)

50

Strategie del “dopo” : Gratificazione

- ✓ Consiste nel dare una conseguenza positiva in seguito a un comportamento positivo emesso dal bambino
- ✓ Spesso si è scettici perché si pensa a una gratificazione “materiale” cioè regali (“Perché devo premiarlo perché ha fatto il suo dovere?”)
- ✓ Altre forme di gratificazione:
- ✓ Privilegi: attività piacevoli (lettura di una favola, possibilità di scegliere il gioco da fare...)
- ✓ Rinforzo sociale: sorriso, abbraccio, frase di apprezzamento

51

Attenzione: Errori comuni

- *“Oggi ti sei comportato bene a tavola, però dovresti imparare a essere tranquillo anche quando giochiamo in cortile”*
Fare un commento positivo e poi dire “però...”. La gratificazione perde completamente valore
- *“Oggi ti sei comportato bene al momento della storia, vedi che se vuoi puoi essere bravo anche tu”*
E’ controproducente perché il bambino sente che se fa il bravo le richieste per lui aumenteranno sempre più
- *“Oggi sei stato bravo, domani potrai scegliere il compagno con cui giocare...”*
La gratificazione deve essere contingente, non differita, altrimenti perde valore



52

Il rimprovero - suggerimenti

“Gianni, sei davvero tremendo, hai di nuovo fatto lo sgambetto al tuo compagno”

- Cercare di rimproverare non facendo riferimento al bambino ma al comportamento (ne preserva l'autostima e lo fa percepire come una situazione modificabile)
- Esplicitare perché il comportamento non è adeguato

“Gianni, non fare lo sgambetto al tuo compagno, potrebbe cadere e farsi male!”

53

Il bambino con ADHD alla scuola primaria

Aspetti cognitivi

1. **Difficoltà nei processi cognitivi di tipo controllato:** selezione e mantenimento in memoria di lavoro delle informazioni importanti per comprendere testi e problemi.
2. Difficoltà nel **mantenere l'attenzione focalizzata** sui contenuti presentati oralmente o per iscritto.
3. **Difficoltà nel pianificare i passaggi sequenziali per l'esecuzione di attività scolastiche:** individuare gli obiettivi più importanti, farne una gerarchia, e definire i vari passaggi per portare a termine i propri impegni.

54

Il bambino con ADHD alla scuola primaria Aspetti cognitivi

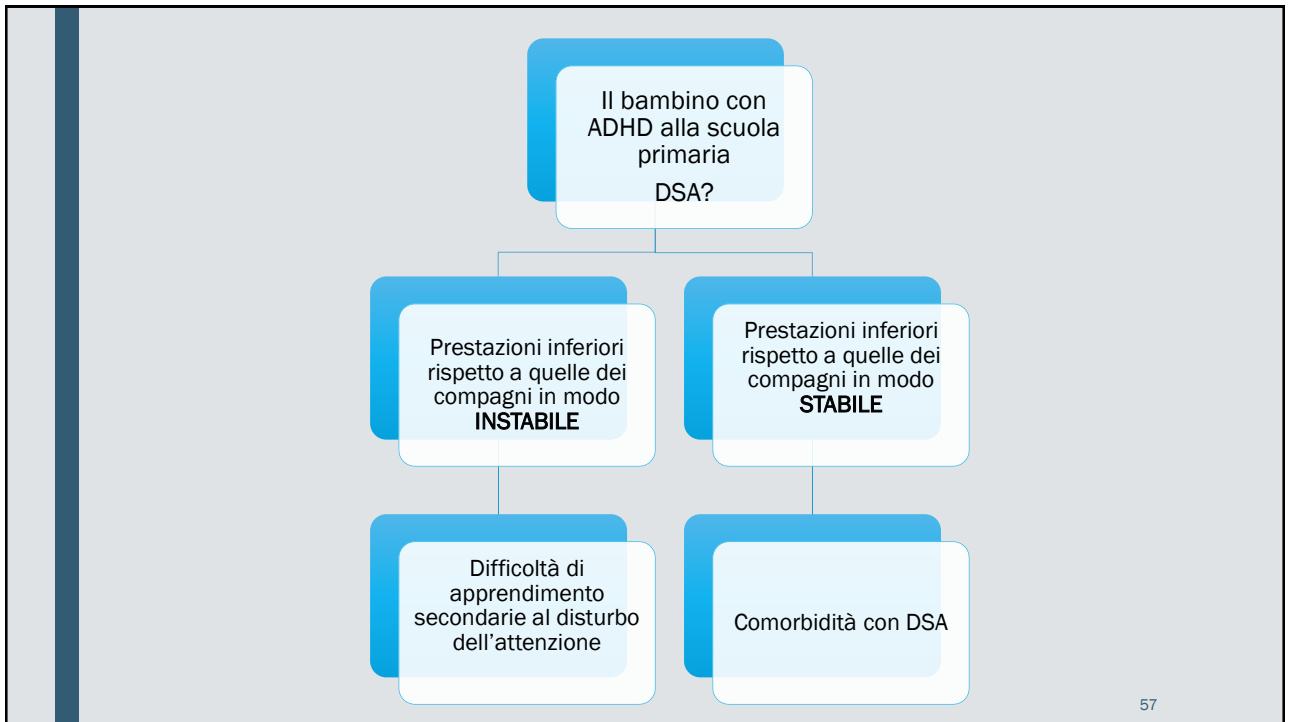
4. Lento e dispersivo nell'esecuzione dei primi compiti
5. Presenza di numerosi **errori di distrazione**
6. Incapace di portare a termine i compiti
7. **Disordinato, disorganizzato**, "smemorato" nel rispettare le consegne e i compiti
8. **Frettolosità** nel finire i compiti
9. **Assenza di revisione e autocorrezione** nei compiti scolastici
10. In caso di errore spesso non vi è un'accurata valutazione delle cause: **l'attribuzione è esterna** (è colpa degli altri)
11. Elevata numerosità di bambini ADHD con problemi di **apprendimento aspecifici**: comprensione del testo, soluzione di problemi e soprattutto nello studio.

55

Il bambino con ADHD Alla scuola primaria Aspetti cognitivi

- ∅ **LETTURA**: difficoltà nel processo di decodifica e di comprensione, nel rispetto della punteggiatura; tendenza a saltare le righe o a rileggere la stessa riga.
- ∅ **SCRITTURA**: errori grammaticali (ortografici, lessicali, sintattici); produzioni scritte brevi o con ridotta organizzazione interna; grafia irregolare e incerta, talvolta piccola, di difficile lettura.
- ∅ **CALCOLO**: errori nella scrittura e nella lettura dei segni; mancata automatizzazione dei fatti numerici; difficoltà nel recupero dei fatti numerici, nelle quattro operazioni, nel calcolo a mente; incolonnamento dei numeri.
- ∅ **ALTRO**: difficoltà a richiamare informazioni, nella riproduzione di immagini, nell'organizzazione e nella gestione dello spazio nel figlio.

56



Alla scuola primaria: organizzazione dei materiali

Spesso il bambino:

- ❖ non ha con sé tutto il materiale necessario alla lezione
- ❖ perde parte di quello che è stato reperito per lui
- ❖ disturba i compagni chiedendo con insistenza i materiali

È importante **investire** nei primi anni nell'insegnamento della gestione del materiale scolastico.

Un progetto di organizzazione del materiale funziona meglio se realizzato in collaborazione con i genitori.

Esempi

- Assegnare ai quaderni delle varie materie una copertina di colore diverso (linguaggio visivo)
- Usare figure corrispondenti ai materiali da portare
- Preparare uno schema del materiale necessario per ogni materia (tabella da appendere al diario)
- Appendere in aula un cartellone dei materiali
- Queste attività risultano molto utili per tutti i bambini, anche per quelli che non mostrano particolari difficoltà a scuola: una buona organizzazione del materiale è il presupposto basilare di un corretto e rapido svolgimento delle consegne
- Usare forme di gratificazione per la corretta gestione del materiale



Alla scuola primaria: organizzazione della classe










- L'alunno con ADHD è meglio che sia vicino agli insegnanti
- In posizioni in cui non può essere disturbato da altri stimoli
- Non vicino ad altri bambini iperattivi o vivaci
- Non in banchi in cui, alzandosi, può disturbare altri bambini
- Non nelle ultime file in cui si distrae continuamente
- In posizioni facilmente raggiungibili dagli insegnanti per guardarlo, sollecitarlo, avvicinarlo e toccarlo per attivarli l'attenzione.

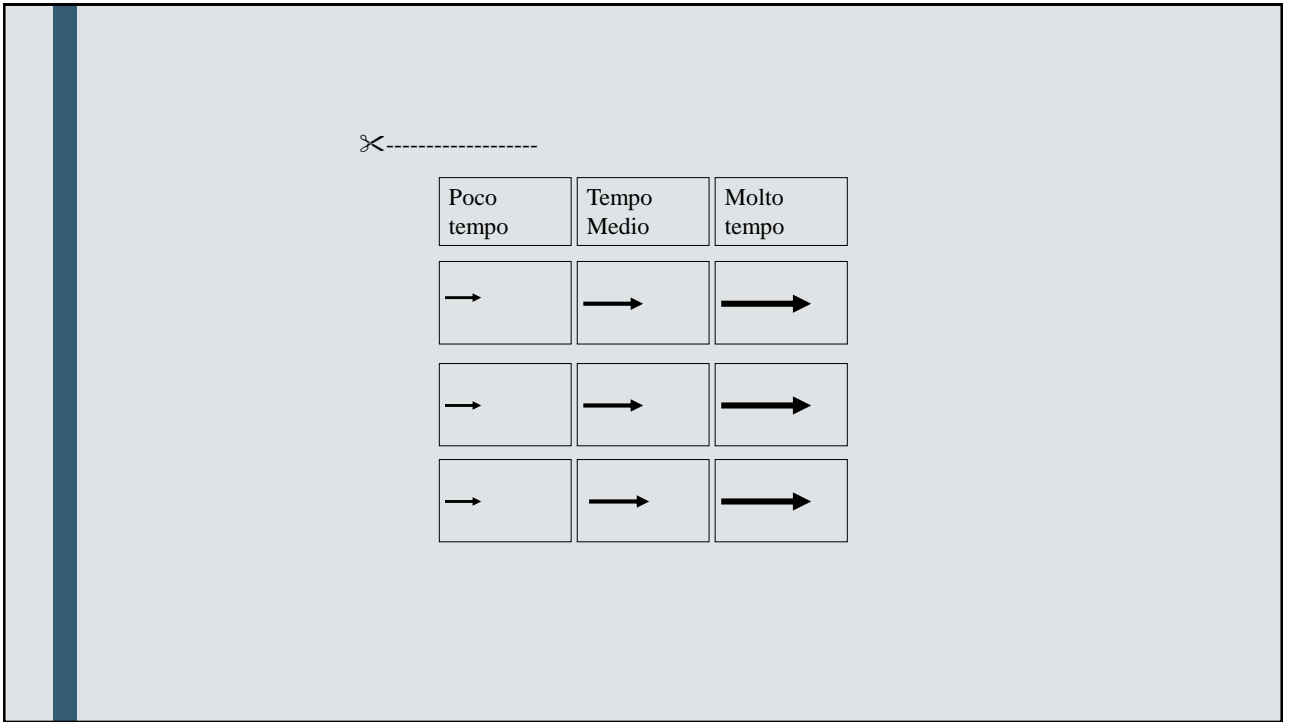
Alla scuola primaria: organizzazione dei tempi di lavoro

Uno dei maggiori ostacoli ad una buona organizzazione è una stima errata dei tempi di svolgimento e delle possibili difficoltà di un compito.

E' possibile intervenire sulla capacità di compiere corrette stime sul tempo:

Es: dopo aver dato le consegne alla classe assegnare pochi minuti alla verifica della corretta comprensione delle consegne e avviare considerazioni sulla **difficoltà** del compito e sul **tempo** di svolgimento.

Facile	Alla mia portata	Difficile
		
		
		



Tre principi
per
l'attenzione
e la didattica

Brevità

Varietà

Strutturazione

Meta-attenzione con gli alunni

È utile che anche con gli alunni si propongano esercizi di consapevolezza dell'attenzione

- Cosa vuol dire, secondo te, **stare attento**? Che cosa fa un bambino **attento**?
- E che cosa fa un bambino **disattento**?
- Quali sono i compiti in cui ci vuole più attenzione, secondo te?
- Secondo te, per quanto tempo riesci a stare molto attento a scuola?
- A scuola è necessario stare **sempre** molto attenti?
- Cosa fanno gli insegnanti quando si accorgono che un bambino non sta attento?
- E cosa potrebbero fare gli insegnanti per fare stare più attenti i bambini?
- E' faticoso per te stare attento? Ci riesci sempre?

CONTROLLA LA TUA ATTENZIONE!

Ogni volta che l'insegnante te lo chiederà, dovrai segnare con una crocetta se in quel momento sei ATTENTO o NON SEI ATTENTO!

SONO ATTENTO

ORE.....

ORE.....

ORE.....

ORE.....

NON SONO ATTENTO

Quante volte ti sei scoperto attento?

Quante volte ti sei scoperto disattento?

Pensavi di essere più o meno attento di quello che hai verificato?.....

Attenzione e metacognizione per insegnanti

È utile porsi alcune domande su come organizzo la didattica per modulare l'attenzione

1. Che strategie metto in atto per suscitare interesse verso la materia?
2. E per evitare i momenti di disattenzione?
3. Come faccio a capire i livelli di attenzione degli alunni?
4. Come ripristino l'attenzione degli alunni nel caso in cui sia diminuita?
5. Cosa faccio per semplificare un argomento complesso?
6. Una volta formulata la domanda come sollecito la risposta?

Le difficoltà di attenzione più comuni

Difficoltà a mantenere l'attenzione per un tempo prolungato

Difficoltà a porre la necessaria attenzione alle consegne date oralmente o per iscritto

Tendenza ad affrontare un lavoro in modo impulsivo senza pianificazione delle azioni

Procedure di controllo poco efficaci durante e a conclusione del lavoro

Alcune idee per mantenere l'attenzione nel tempo

Evitare di richiamare in modo generico all'attenzione gli alunni, piuttosto attivare prima dell'esecuzione di un compito alcuni segnali convenzionali con enfasi (bollino rosso, "ora aprite bene le orecchie")

Porre una domanda interessante mostrando una figura o raccontando una breve storia

Variare il tono della voce (gridare - sussurrare)

Usare gessi colorati alla lavagna

Creare aspettativa verso la lezione

Usare molto spesso il contatto oculare

Anticipare le fasi di svolgimento del lavoro in classe

Assicurarsi che la voce sia sentita da tutti

Controllare le fonti di rumore

Dare istruzioni brevi e semplici

Far ripetere le istruzioni

Usare frequenti esemplificazioni e dimostrazioni pratiche

Usare molti supporti visivi: parole chiave colorate, schemi, oggetti, gesti

Illustrare, illustrare, illustrare....anche se le proprie abilità grafiche non sono eccellenti

Non richiedere lo stesso livello di attenzione agli alunni per tutta la durata delle lezioni

Predisporre la classe in modo da avere la possibilità di passare frequentemente tra i banchi

Dividere i compiti assegnati in unità più piccole

Suddividere il lavoro tenendo presente per quanto tempo un bambino può mantenere l'attenzione sul compito

Alcune idee
per porre la
necessaria
attenzione
alle
consegne

Far rileggere la consegna prima dell'inizio del lavoro

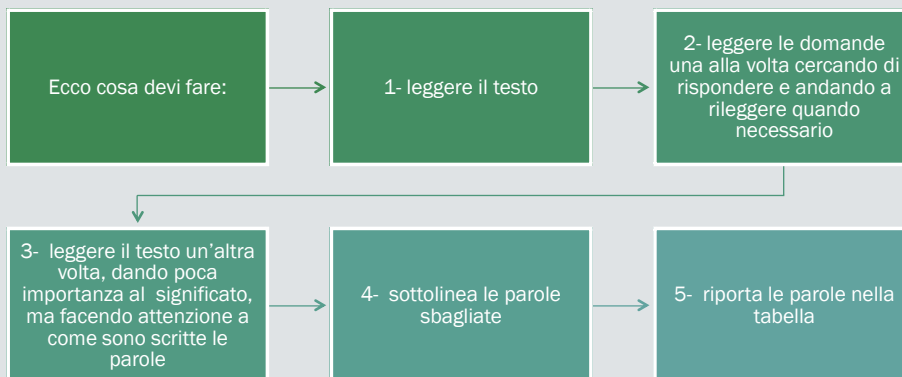
Far ripetere con parole proprie la consegna

Data una consegna complessa è utile condurre con gli alunni un'analisi delle istruzioni prima che comincino il lavoro

Le consegne...

“Leggi con attenzione il testo assegnato e cerca di capirlo bene; poi rispondi alle domande riportate dopo la lettura. Stai attento però perché nel brano ci sono delle parole scritte in modo sbagliato: trovale e trascrivile nella tabella in fondo”

...schematiche e suddivise...



Impulsività nell'affrontare i lavori scolastici

Comprendere con chiarezza cosa è richiesto dal compito prima di iniziare

Valutare le alternative prima di iniziare lo svolgimento

Mettere a punto una strategia prima di iniziare un lavoro

Valutare il tempo richiesto dal compito e quello effettivamente a disposizione

Sfruttare, in caso d'insuccesso, dapprima le proprie risorse, successivamente quelle dell'insegnante e dei compagni

Procedure di controllo poco efficaci

I bambini con problemi di autoregolazione non controllano la correttezza del lavoro sia durante il compito che a lavoro terminato

Il problema principale è la gestione dello sforzo, dopo aver speso energie attentive

Va concordato in anticipo con l'alunno che al termine del lavoro è **obbligatorio** controllare

Bisogna trovare degli accordi con l'alunno affinché applichi il controllo a fine lavoro

- Può interrompere prima della fine del compito per avere le risorse attentive necessarie per il controllo
- Se controlla ha diritto a fare un "giretto" in più fuori dall'aula

Cosa è bene evitare

Lavori lunghi e ripetitivi anche se semplici e comprensibili

Spiegazioni da parte dell'insegnante senza il coinvolgimento attivo degli alunni disattenti

Spiegare le consegne di tutti gli esercizi insieme

Interrogazioni che richiedono formulazioni di discorsi articolati

Dire di stare attenti senza specificare cosa devono fare esattamente i ragazzi

COME SI ALLENA L'ATTENZIONE?

Attenzione focalizzata

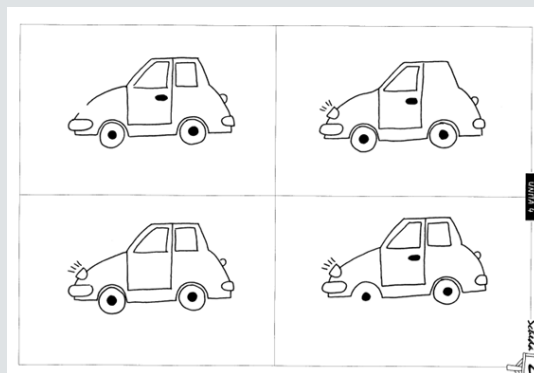
Dirigere l'attenzione dei bambini su un preciso stimolo e in seguito focalizzarla ulteriormente sui particolari dello stimolo stesso

Per far capire ai bambini cosa si intende si può richiamare la figura del detective.

79

Giochi di attenzione focalizzata

- Scopri cosa è stato tolto
- Disegna i particolari mancanti



80

- Mentre la maestra legge il racconto, alza il cartoncino colorato quando senti nominare il colore giusto

Il prato tutto colorato

C'era al limite del bosco VERDE VERDE una casetta tutta GIALLA con le persiane MARRONI da cui usciva un fumo AZZURRO con i riflessi BLU. Davanti alla casetta c'era un VERDE prato con tanti piccoli cespugli fioriti: ROSSI, ROSA, AZZURRI e VIOLA. Vidi a un tratto un bimbo con i capelli NERI NERI, vestito tutto di ROSSO e BLU che spingeva una carriola GIALLA piena di sassi. Appena mi vide, inciampò e rovesciò la carriola; tutti i sassi si sparsero nel prato VERDE che, d'incanto, sembrò fiorito di tanti boccioli BIANCHI, MARRONI, VERDI, ROSA e GIALLI.

81

Attenzione mantenuta

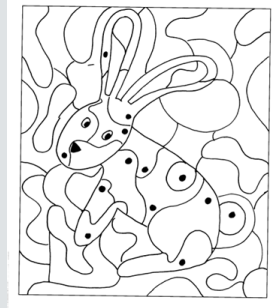
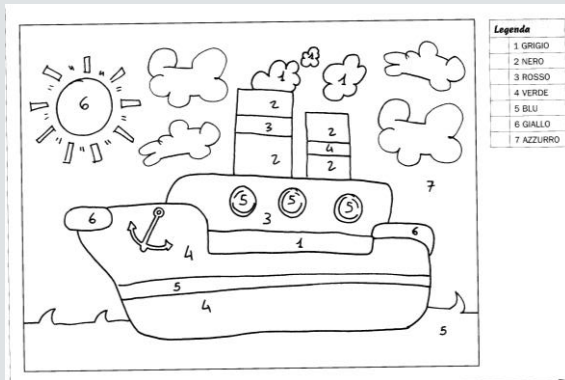
Mantenimento dell'attenzione per il tempo necessario a portare a termine un compito

Aumentare la durata dei tempi di lavoro

Uso di strumenti per registrare i tempi di attenzione

82

- Colorare gli spazi secondo le indicazioni (contando il tempo di lavoro senza distrazioni)
- Colorare solo gli spazi con il puntino (contando il tempo di lavoro senza distrazione)



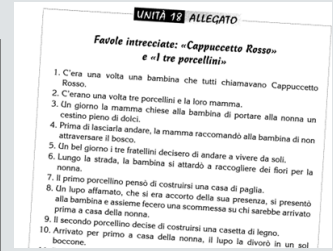
83

Attenzione divisa

L'attenzione si deve spostare da uno stimolo all'altro fornendo risposte diverse

Fare attenzione a diversi aspetti di uno stesso stimolo fornendo una risposta diversa a ciascuno di essi

84



Esercizi per allenare l'attenzione divisa

■ FAVOLE INTRECCiate:

si leggono i pezzi di due favole conosciute dai bambini mescolate tra loro. I bambini hanno un cartellino per ogni favola, devono alzare quello corrispondente al pezzo che la maestra ha appena letto

85

Inibizione

Alcuni giochi "classici" allenano l'inibizione...

- Un due tre, stella
- Sacchi pieni e sacchi vuoti
- Giochi in cui bisogna fare/dire il contrario di quanto verrebbe spontaneo o precedentemente appreso



86

Attenzione!



Come aumentare l'efficacia del gioco:

- spiegare il gioco
- prima di incominciare chiedere ai bambini se viene loro in mente qualche strategia per svolgere bene l'esercizio (es: non guardo le mani della maestra, chiudo gli occhi...)
- Fare una sintesi delle strategie e aiutare i bambini a scegliere quale strategie sperimentare
- Giocare
- Alla fine del gioco chiedere ai bambini se la strategia è stata utile o meno

87

Un po' di bibliografia...

- Ianes, Cramerotti. ADHD a scuola. Strategie efficaci per gli insegnanti.
- Usai, C., Traverso, L., Viterbori, P., & De Franchis, V. Diamoci una regolata! Guida pratica per promuovere l'autoregolazione a casa e a scuola.
- Laboratorio di potenziamento dell'attenzione, Erickson.
- Sviluppare l'attenzione e l'autoregolazione, Erickson.
- Marzocchi e Centro per l'Età Evolutiva. La presa in carico dei bambini con ADHD e DSA
- ...

88