

BAMBINI DISATTENTI, IPERATTIVI E IMPULSIVI: LE 3 STRATEGIE PIÙ EFFICACI.



WWW.DIDATTICAPERSUASIVA.COM

Non ti direi niente di nuovo se affermassi quanto possa essere **difficile fare lezione con un bambino definito “iperattivo”**, e quanto questo richieda impegno.

La scuola è uno degli ambienti in cui le difficoltà del bambino con questo tipo di disturbo sono più evidenti, di conseguenza **l’atteggiamento adottato dagli insegnanti con lui è fondamentale** per qualsiasi intervento, al fine di ridurre i sintomi.

Le informazioni che stai per acquisire ti permetteranno di ridefinire le attribuzioni scoprendo presto che **l’alunno iperattivo non si comporta così perchè vuol fare impazzire le maestre**, ma perché soffre di un disturbo specifico che lo porta in maniera “naturale” a mantenere determinati comportamenti.

SPESSE INFATTI IL DOCENTE PUÒ SENTIRSI MINACCIATO NELLA PROPRIA IMMAGINE E NELLA PROPRIA AUTOSTIMA PER LE

DIFFICOLTÀ CHE INCONTRA NEL CONTENERE IL COMPORTAMENTO DELL'ALUNNO.

Questo disagio può portare ad una **progressiva diminuzione della capacità di controllare le proprie reazioni nei confronti del bambino** e quindi, ad aumentare gli atteggiamenti punitivi. Se poi l'alunno manifesta frequenti comportamenti aggressivi verso i compagni, **l'insegnante vivrà uno stato continuo di ansia riguardo alla sicurezza degli altri alunni.**

Ad aggravare la situazione, quasi mai vi sono degli interventi specifici guidati da esperti sugli insegnanti che spieghino come affrontare didatticamente questo tipo di situazioni, ma noto con dispiacere che spesso **gli insegnanti vengono lasciati soli in questo arduo compito** e che con grande fatica fanno il loro meglio per ristabilire una quiete minima per poter affrontare la lezione; del resto non si può affrontare ciò che non si conosce.

Partendo dal presupposto che come ben sai; **ogni intervento va adattato alle caratteristiche del soggetto** in base all'età, alla gravità dei sintomi, ai disturbi secondari, alle risorse cognitive, alla sua situazione familiare e sociale, dobbiamo riconoscere che:

**ALCUNE INFORMAZIONI DI VALORE APPLICABILI NELLA SUA
GESTIONE, POSSONO SENZA DUBBIO FARE LA DIFFERENZA.**

L'apprendimento dei consigli spiegati nell'articolo che stai leggendo, se applicate con costanza e precisione, non tarderanno a dare i loro frutti ed il tempo impiegato per la loro attuazione risulterà un buon investimento per l'intera classe. Di fatti, come io stesso ho potuto largamente sperimentare,

solamente l'ausilio di una serie di informazioni dettagliate sulle caratteristiche del disturbo consentono all'insegnante di **assumere un atteggiamento più costruttivo nel rapporto con il bambino** e lo aiuta di fatto ad aumentare la propria capacità di autocontrollo emotivo indispensabile per trattare tali disturbi.

Mi preme sottolineare che i consigli che stai per leggere avranno una maggiore efficacia se tutti gli educatori sentono di formare un team per aiutare il bambino e non si fermano ad uno sterile, quanto improduttivo, gioco di sapere e potere. Dunque **più riuscirai a coinvolgere in queste pratiche i tuoi colleghi e più queste risulteranno efficaci**. Queste procedure diventano più idonee se le utilizzate in classi non troppo numerose in modo che tu ti possa trovare in una posizione migliore, per fornire un feedback e un rinforzo immediato al bambino, o in situazioni dove un sostegno alla classe è disponibile.

Devi innanzi tutto essere consapevole che diversi studi hanno dimostrato largamente quanto:

**IL DIVERSO ATTEGGIAMENTO DEGLI INSEGNANTI CON IL BAMBINO
DISATTENTO/IPERATTIVO HA UN FORTE IMPATTO SULLA
MODIFICAZIONE DEL SUO COMPORTAMENTO.**

Il bambino nasce già con una predisposizione a sviluppare il disturbo e che con la crescita e in base alle caratteristiche dell'ambiente, la gravità dei sintomi e la loro durata si possono modificare accentuandosi o riducendosi.

Questo concetto è molto importante per dividere le cause dai fattori di aggravamento e miglioramento e sarà il nostro più grande motivatore all'azione:

ANCHE SE ESISTONO DELLE CAUSE INNATE NON VUOLE DIRE CHE IL DESTINO È GIÀ SEGNATO, ANZI CI SONO AMPLISSIMI MARGINI DI MODIFICAZIONE.

Se avrai avuto modo di metterti alla prova con situazioni di questo tipo, avrai ben capito che le classiche misure disciplinari sembrano sortire poco effetto e che anzi paiono essere controproducenti; minacce, oppositività, rimproveri hanno conseguenze temporanee e che spesso il comportamento problema ricomincia a ripresentarsi poco dopo.

DUE INFORMAZIONI DI VALORE POTRANNO AIUTARTI IMMEDIATAMENTE:

- **CONOSCERE IL DISTURBO.**
- **APPRENDERE LE 3 STRATEGIE PIÙ' EFFICACI CHE RIDUCONO I COMPORTAMENTI DIROMPENTI ED INADEGUATI.**
- **CONOSCERE IL DISTURBO.**

In realtà, l'iperattività è uno dei sintomi di quella che viene definita ADHD (**Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder**), sigla che sta per **SINDROME DA DEFICIT DI ATTENZIONE E IPERATTIVITÀ**. L'ADHD è un disturbo neurobiologico diagnosticabile che, se non viene correttamente trattato, può

incidere pesantemente su tutti gli aspetti della vita dei bambini e delle loro famiglie.

La diagnosi di ADHD è di competenza del Neuropsichiatra infantile o di altri operatori della salute mentale dell'età evolutiva, con specifiche competenze sulla diagnosi e terapia dell'ADHD e si basa sulla raccolta di informazioni fornite dai genitori e dagli insegnanti e sull'osservazione e valutazione clinica del bambino da parte dello specialista.

Ti basterà sapere che **L'ADHD è un disturbo** dovuto alla disfunzione di alcune aree e di alcuni circuiti del cervello ed allo squilibrio di alcuni neurotrasmettitori (come noradrenalina e dopamina), responsabili del controllo di attività cerebrali come l'attenzione e il movimento e che è un disturbo ad eziologia multifattoriale, di fatti **ifattori responsabili della sua manifestazione sono diversi: genetici, neuro-biologici, ambientali.**

COME SI PRESENTA IL DISTURBO?

I manuali diagnostici (DSM-IV pubblicato dagli psichiatri americani e ICD-10 pubblicato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità) **elencano una serie di comportamenti** che riguardano la manifestazione frequente di:

DISATTENZIONE, IPERATTIVITÀ E IMPULSIVITÀ

Avrai notato che questi sintomi non sono rari nei bambini, anzi sono comportamenti che tutti quanti manifestano, o almeno molti di essi. **Il problema dei bambini che presentano questo disturbo è che manifestano un numero elevato di questi sintomi**, in modo frequente e per un periodo persistente e provocano una compromissione nel funzionamento del

bambino. Ad aggravare la situazione si osserva poi che **i bambini con questo tipo di disturbo, molto spesso non presentano solo questi sintomi**, ma nella quasi totalità presentano anche altre caratteristiche secondarie, non raggiungono una gravità tale da meritare una diagnosi associata ma che comunque creano problemi al bambino e alle persone che vivono vicino a lui.

Ma quali altri disturbi possono accompagnare l'ADHD?

I bambini e gli adolescenti con ADHD possono manifestare anche altri disturbi psicologici e psichiatrici in contemporanea (comorbidità).

Nell' 80% dei casi l'ADHD si associa ad altri disturbi

Meno frequenti (fino al 20%).

- Tic
- Depressione
- Disturbi dello spettro autistico
- Ritardo Mentale

Molto frequenti (più del 50%).

- Disturbo oppositivo e disturbo della condotta

Frequenti (fino al 40%).

- Disturbi specifici dell'apprendimento
- Disturbi del linguaggio
- Disturbo evolutivo della coordinazione

- Disturbi d'ansia

APPRENDERE STRATEGIE CHE RIDUCONO I COMPORAMENTI DIROMPENTI ED INADEGUATI.

Avrai notato come questo disturbo spesso si presenti in superficie con strategie di difesa: fare il buffone, fare i versi, provocare, discutere, pretendere, svignarsela e mentire che si traducono abbastanza spesso da parte degli adulti in aspre critiche, esclusione, punizione, etichettatura che determina a sua volta un ulteriore aumento dell'irritazione sia nel bambino che dell'adulto stesso.

LE PUNIZIONI SEVERE, NOTE SCRITTE O SOSPENSIONI, NON MODIFICANO IL COMPORAMENTO DEL BAMBINO, SE NON IN MANIERA TEMPORANEA.

Quali sono dunque i 3 PASSI STRATEGIE perché tu possa fare subito la differenza?

1) INSTAURA DELLE ROUTINE.

2) STABILISCI DELLE REGOLE E IL COSTO DELLA LORO INFRAZIONE.

3) ORGANIZZA MEGLIO GLI SPAZI.

Andiamole a vedere nel dettaglio.

1) INSTAURA DELLE ROUTINE

Devi sapere che **il bambino con ADHD è poco abile nel fare stime realistiche di grandezze, tempi, quantità**, dunque devi abituarlo a lavorare con tempi stabiliti che si traduce nell'aiutarlo a valutare, pianificare e organizzare il lavoro. Tutte le regolarità e le scadenze prestabilite lo aiutano a comprendere quali saranno gli eventi più probabili nella giornata.

PIÙ ROUTINE SI REALIZZANO MENO INSTABILE SARÀ IL COMPORTAMENTO

Innanzitutto, dato il forte stress a cui i compiti cognitivi sottopongono il bambino, ti converrà stabilire con chiarezza quando si debba iniziare a lavorare in classe e come saranno distribuite le pause, queste verranno possibilmente concordate con il bambino presentandogli le attività con una scansione temporale spezzettata e non troppo lunga, commisurata alla sua capacità attentiva (che tenderà con l'esercizio ad aumentare), possibilmente attraverso le modalità a lui più gradite.

Esempio di possibili routine

- routine di inizio lezione (prendere visione di tutto il materiale utile per la lezione)
- presentazione delle attività della giornata
- scansione dei tempi di lavoro
- pause concordate

- dettatura compiti per casa e controllo

2) STABILISCI DELLE REGOLE CHIARE E IL COSTO DELLA LORO INFRAZIONE.

Avere regole chiare e conosciute da tutti aiuta tutta la classe e non solo il bambino in difficoltà, dunque far comprendere con chiarezza e in anticipo quali azioni sono errate contribuisce a prevedere gli esiti e le conseguenze. Tali buone prassi, maggiormente saranno consolidate e acquisite in una classe in cui il bambino è inserito e più è probabile che lo stesso si conformi ad esse.

Buona abitudine da seguire è quella che stabilisci delle regole che condividi e discuti con i bambini possibilmente dando loro l'opportunità di approvarle o modificarle (nella forma ma non nella sostanza chiaramente).

Ricorda che:

- le regole devono essere proposizioni positive e non divieti
- devono essere semplici ed espresse chiaramente
- devono descrivere azioni in modo operativo
- dovrebbero utilizzare simboli pittorici colorati
- devono essere poche (8-10)

Proposte e non divieti

- Vietato alzarsi dal posto prima del suono della campana

- Vietato parlare senza avere alzato al mano
- Alzarsi dal posto appena la campana suona
- Tenere alzata la mano per 5 secondi per chiedere la parola

Costo della risposta.

Ti ho già suggerito in altri articoli che diverse ricerche hanno stabilito come in educazione sia più efficace proporre in alternativa al comportamento inadeguato la perdita di un privilegio o di un'attività gradevole, piuttosto che erogare una punizione e che nel farlo devi utilizzare il tuo buon senso nel determinare una relazione equa tra punizione e gravità dell'azione.

Non scordare mai di mantenere chiarezza nella verbalizzazione dei motivi per cui stai facendo perdere il privilegio e fornisci indicazioni su quali potrebbero essere i comportamenti adeguati e corretti da seguire in futuro, dunque poni l'attenzione sulla riflessione delle possibili alternative (questo devi farlo con bambini che abbiano un minimo di 7 /8 anni in poi non prima).

ORGANIZZA MEGLIO GLI SPAZI E LA TUA LEZIONE.

Possono esserti di aiuto **piccole modificazioni alla struttura della classe**, al formato e alla durata delle lezioni. Per esempio, un bambino iperattivo potrebbe avere posizionato il suo **banco vicino alla cattedra**. Questo rende più facile, per te, **monitorare i progressi dei comportamenti appropriati** per il lavoro e per la ricompensa al compito.

Per i bambini che sono estremamente distraibili, può essere di aiuto essere inseriti in classi con pochi studenti, sebbene, la sistemazione del bambino in un'area senza distrazioni, completamente separato dai suoi pari, abbia poche probabilità di essere efficace, fallo dunque solo in rare occasioni o per compiti specifici.

Per quanto riguarda invece le modifiche più significative che puoi apportare alla tua lezione, se non lo fai già, converrebbe che quando spieghi o dai delle istruzioni per eseguire dei compiti è importante che tu ti accerti del **livello di attenzione del bambino**: spesso infatti il bambino iperattivo è fisicamente e mentalmente occupato a fare qualcos'altro (roteare penne, guardare o chiamare i compagni) e dunque è probabile che non ti stia ascoltando.

PONI ATTENZIONE ANCHE SULLE TUE CONSEGNE CHE DEVONO CONTENERE DELLE ISTRUZIONI SEMPLICI E BREVI.

E' fondamentale che tu ti assicuri che il bambino abbia compreso le istruzioni di un compito e in generale il **contatto oculare** è la tecnica più efficace che puoi usare per controllare l'attenzione del bambino e per verificare che la comprensione sia avvenuta, prima di cominciare potresti chiedere al bambino: cosa dei fare?

Prima di concludere, occorre che tu tenga presente che non vi è un rimedio assoluto, ma non dimenticando la gravità e la persistenza dei sintomi della ADHD possiamo riconoscere che attraverso un trattamento appropriato e considerando che tali disturbi risentono notevolmente delle variabili ambientali, si può raggiungere un adeguato benessere globale, in quanto si

tratta di un disturbo pervasivo che coinvolge tutti gli ambiti di vita del bambino e...

NOI COME INSEGNANTI POSSIAMO FARE LA DIFFERENZA IN UNA PARTE DI ESSA, SOPRATTUTTO SE RIUSCIAMO A FAR SENTIRE IL BAMBINO ACCETTATO E SOSTENUTO DIFRONTE ALLE SUE TANTE DIFFICOLTÀ.

Se hai voglia di confrontarti con me contattami pure sulla mia pagina Facebook: DIDATTICA PERSUASIVA e se desideri avere altri aggiornamenti dal blog ricordati di iscriverti.

IO SONO DALL'ALTRA PARTE DELLA RETE.