

UNA NOTA PRATICA PER GLI INSEGNANTI

Di particolare utilità per gli insegnanti può essere questo breve elenco di compiti che risultano particolarmente difficili per gli alunni con deficit di attenzione per i quali non è opportuno pretendere prestazioni ottimali:

- lavori molto lunghi, anche se semplici e comprensibili;
- compiti che richiedono, in generale, buone abilità organizzative;
- prendere appunti durante la spiegazione dell'insegnante;
- prove di comprensione di testi difficili;
- produzioni scritte in assenza di una guida esterna o senza un insegnamento specifico di strategie di composizione;
- studio di materie antropologiche o scientifiche senza che ci sia stato un insegnamento mirato di strategie di studio;
- interrogazioni che richiedono la formulazione di discorsi articolati ed esaustivi che includono argomenti studiati molto tempo prima.

Se invece si vuole ottenere qualche risultato positivo con gli alunni disattenti è opportuno ricordare qualche accorgimento.

Catturare l'attenzione

Porre una domanda interessante su cui si possa speculare, mostrando una figura o raccontando una breve storia collegata all'argomento da spiegare e che possa innescare la discussione.

Essere un po' attori, aggiungendo mimica, teatralità e humor alle proprie spiegazioni.

Aggiungere una dose di mistero agli argomenti che devono essere spiegati, utilizzando oggetti (scatole o borse) dove viene "nascosto" il concetto principale dell'argomento della lezione.

Variare il tono della voce alternando momenti in cui si "tuona" o si sussurra una frase che si vuole far cogliere agli alunni.

Dare segnali chiari che richiamino in modo inequivocabile l'attenzione "...aprite bene le orecchie...ora state tutti molto attenti perché quello che dirò è fondamentale per capire il resto...ora nessuno, dico nessuno, deve essere distratto..."

Utilizzare gessi colorati per scrivere alla lavagna.

Creare aspettativa ed entusiasmo per la lezione che deve essere spiegata.

Utilizzare molto spesso il contatto oculare, soprattutto con gli alunni più disattenti.

Focalizzare l'attenzione

Essere sempre visibili a tutti gli studenti.

Assicurarsi sempre che la propria voce raggiunga perfettamente tutti gli alunni.

Controllare eventuali fonti di rumore che possano interferire con la propria voce.

Far sedere gli alunni più disattenti nei primi banchi in modo che siano più visibili all'insegnanti e guardino meno i compagni.

Le consegne devono contenere delle istruzioni semplici e brevi. È fondamentale assicurarsi che il ragazzo abbia compreso le istruzioni di un compito; per essere sicuri di ciò si possono fare ripetere le consegne ("...Cosa devi fare?").

Inserire il maggior numero di esemplificazioni e dimostrazioni pratiche durante le proprie spiegazioni.

Utilizzare un fascio di luce, o un pointer a laser rosso, da indirizzare verso gli stimoli a cui bisogna prestare particolare attenzione.

Utilizzare il più possibile supporti visivi: parole chiave colorate sulla lavagna, semplici schemi, oggetti interessanti, gesti esemplificativi.

Illustrare, illustrare, illustrare: disegnare alla lavagna i concetti chiave della lezioni, anche se le proprie abilità grafiche non sono particolarmente brillanti.

Nel caso non sia disponibile altro materiale scritto, insegnare agli studenti a scrivere brevi, ma essenziali, note della spiegazione orale.

Per aiutarli nella comprensione del testo è opportuno pianificare una serie di attività preparatorie alla lettura: analizzare attentamente le figure, dare una veloce scorsa ai titoli dei paragrafi e alle parole evidenziate per "indovinare" l'argomento del brano, recuperare le conoscenze relative all'argomento del brano, fare ipotesi circa il contenuto del testo, discutere sul testo da leggere, interrompere, ogni tanto la lettura per chiedersi come procede la comprensione e fare degli schemi dei brani letti.

Mantenere l'attenzione

Muoversi all'interno della classe per essere sempre visibili.

Essere molto preparati sulla lezione da spiegare ed evitare "tempi vuoti".

Definire con chiarezza i tempi necessari per svolgere le attività giornaliere.

Utilizzare domande che presuppongono risposte aperte, su cui effettuare un certo ragionamento e che lascino spazio a risposte diversificate al fine di mantenere la discussione tra gli studenti.

Ridurre il più possibile il tempo della propria spiegazione orale e lasciare più spazio ai commenti degli studenti e alle dimostrazioni pratiche.

Strutturare le lezioni in modo da favorire il lavoro per piccoli gruppo (vedi apprendimento cooperativo e peer tutoring).

Il richiamo verbale dell'insegnante ("...Francesco, stai attento; non distrarti...") deve essere immediato all'evento negativo, altrimenti, a causa dei loro problemi motivazionali e di memoria, gli alunni disattenti non riescono a capire la ragione e il senso del richiamo.

Utilizzare il nome degli studenti distratti per la spiegazione.

Costruire situazioni di gioco per favorire la comprensione delle spiegazioni.

Per il lavoro individuale al proprio posto

Controllare costantemente la chiarezza delle istruzioni impartite. Assicurarsi che tutti gli studenti

abbiano veramente capito qual è il loro compito prima di lasciarli lavorare da soli.

Assicurarsi in anticipo che il lavoro assegnato è congruo con il tempo a disposizione, soprattutto per gli alunni più disattenti.

Dare agli studenti un segnale (un cartoncino colorato con una scritta) che possono utilizzare per richiedere l'aiuto dell'insegnante nei momenti di difficoltà.

Rinforzare e gratificare regolarmente per un determinato numero di compiti svolti con una certa accuratezza e impegno (soprattutto per i più disattenti e meno motivati).

Utilizzare un sistema di "perdita di privilegi o premi promessi" (costo della risposta) nel caso in cui lo studente non sia orientato al compito e sia stato precedentemente avvertito delle conseguenze di tale comportamento.

IL COINVOLGIMENTO DELLA SCUOLA NELLA GESTIONE DEGLI ALUNNI "DIFFICILI"

Il terreno preferito dal bambino disattento e iperattivo per "fare mostra" di tutte le sue difficoltà è sicuramente la scuola.

Quando si tratta di gestione del comportamento del bambino è importante che le insegnanti e lo psicopedagogo abbiano la consapevolezza che esistono degli accorgimenti in grado di ridurre la

gravità delle manifestazioni dell'ADHD.

Purtroppo i suggerimenti dello psicopedagogo non sempre vengono accettati di buon grado dalle

insegnanti in quanto vengono percepiti come giudizi di scarsa competenza educativa. A volte si verificano episodi di sabotaggio dei consigli dello psicologo: vengono applicati malamente allo scopo di dimostrare la loro inefficacia.

Dobbiamo prendere atto che il diverso atteggiamento degli insegnanti con il bambino disattento/iperattivo ha un forte impatto sulla modificazione del suo comportamento. Non dobbiamo

dimenticare che la gravità e la persistenza dei sintomi dell'ADHD risentono notevolmente delle variabili ambientali: di come il bambino si sente accettato e aiutato di fronte alle difficoltà (Barkley, 1997). Uno dei predittori un migliore esito del disturbo in età adolescenziale sta proprio nel positivo rapporto che gli insegnanti sono riusciti ad instaurare con l'alunno durante gli anni della scuola dell'obbligo.

Per riuscire ad essere pragmatici senza essere semplicisti abbiamo individuato una serie di accorgimenti rivolti in modo specifico agli insegnanti, in un'ottica di comprensione delle difficoltà dell'alunno.

Prima di iniziare a lavorare...

1. Quando vengono spiegate le lezioni o vengono date delle istruzioni per eseguire dei compiti è importante che l'insegnante si accerti del livello di attenzione del bambino: spesso i bambini iperattivi sono fisicamente e mentalmente occupati a fare qualcos'altro (roteare penne, guardare

o chiamare i compagni). In generale il contatto oculare è la tecnica più efficace per controllare l'attenzione del bambino.

2. Le consegne devono contenere delle istruzioni semplici e brevi. È fondamentale assicurarsi che il ragazzo abbia compreso le istruzioni di un compito; per essere sicuri di ciò si possono fare le consegne ("cosa devi fare?").

3. Una volta dato un testo di un problema di aritmetica o un testo che contenga delle istruzioni è opportuno aiutare il ragazzo disattento/iperattivo ad individuare (sottolineandole con diversi colori) le parti importanti del testo.

Anche l'organizzazione della classe può aiutare...

A prescindere dal fatto che la migliore collocazione è a discrezione dell'insegnante...

1. È opportuno controllare le fonti di distrazione all'interno della classe: non è indicato far sedere il ragazzo vicino alla finestra, al cestino, ad altri compagni rumorosi o ad altri oggetti molto interessanti. Non è ugualmente produttivo collocare l'allievo in una zona completamente priva di stimolazioni in quanto egli diventa più iperattivo perché va alla ricerca di situazioni nuove e interessanti.

2. Disporre i banchi in modo che l'insegnante possa passare frequentemente in mezzo ad essi, in modo da controllare che i più distratti abbiano capito il compito, stiano seguendo la lezione e stiano eseguendo il lavoro assegnato.

Alcuni suggerimenti per la gestione delle lezioni...

1. Accorciare i tempi di lavoro. Fare brevi e frequenti pause soprattutto durante i compiti ripetitivi e noiosi.

2. Rendere le lezioni stimolanti e ricche di novità: i bambini con ADHD hanno peggiori prestazioni quando i compiti sono noiosi e ripetitivi (ad esempio un brano di un libro viene compreso meglio se contiene delle figure. Anche il ritmo della voce dell'insegnante quando spiega può incidere sulla capacità attentiva degli studenti).

a) Interagire frequentemente, verbalmente e fisicamente, con gli studenti.

b) Fare in modo che gli allievi debbano rispondere frequentemente durante la lezione.

c) Utilizzare il nome degli studenti distratti per la spiegazione.

d) Costruire situazioni di gioco per favorire la comprensione delle spiegazioni.

e) Utilizzare il gioco di ruoli per spiegare concetti storici, sociali in cui siano coinvolti vari personaggi.

f) Abituare il ragazzo impulsivo a controllare il proprio lavoro svolto.

Anche l'ordine può aiutare...

1. È importante stabilire delle attività programmate e routinarie in modo che il ragazzo impari a prevedere quali comportamenti deve produrre in determinati momenti della giornata.

2. È importante definire con chiarezza i tempi necessari per svolgere le attività giornaliere, rispettando i tempi dello studente (questo lo aiuta anche ad orientarsi meglio nel tempo).

3. Aiutare l'allievo iperattivo a gestire meglio il proprio materiale: l'insegnante dovrebbe dimostrare che dà importanza all'organizzazione lasciando 5' al giorno per ordinare il proprio materiale.

a) Proporsi come modello per mantenere in ordine il proprio materiale e mostrare alcune

strategie per fare fronte alle situazioni di disorganizzazione.

b) Aiutare il ragazzo ad applicare (o inventare) delle strategie per tenere in ordine il proprio materiale.

c) Premiare il banco meglio organizzato del giorno.

4. Utilizzare il diario per la comunicazione giornaliera con la famiglia (non per scrivere note negative sul comportamento).

E per gestire il comportamento cosa si può fare...

1. Innanzitutto è opportuno definire e mantenere chiare e semplici regole all'interno della classe (è importante ottenere un consenso unanime su queste regole).

2. Rivedere e correggere le regole della classe, quando se ne ravvede la necessità.

3. Spesso, è necessario spiegare chiaramente agli alunni disattenti/iperattivi quali sono i comportamenti adeguati e quali sono quelli inappropriati.

4. È molto importante fare capire agli allievi impulsivi quali sono le conseguenze dei loro comportamenti positivi e quali sono quelle che derivano da quelli negativi.

5. È più utile rinforzare e premiare i comportamenti positivi (stabiliti precedentemente), piuttosto che punire quelli negativi.

6. Fare esercizi di perdono e sottolineare i comportamenti adeguati del ragazzo attraverso ampie ed evidenti gratificazioni.

7. Avere la possibilità di cambiare i rinforzi quando questi perdono di efficacia.

8. Si raccomanda di non punire il ragazzo togliendo l'intervallo, perché il ragazzo iperattivo necessita di scaricare la tensione e di socializzare con i compagni.

9. Le punizioni severe, note scritte o sospensioni, non modificano il comportamento del bambino.

10. È importante stabilire giornalmente o settimanalmente semplici obiettivi da raggiungere.

11. È utile informare frequentemente il ragazzo su come sta lavorando e come si sta comportando soprattutto rispetto agli obiettivi da raggiungere.

Non dimentichiamo che è opportuno...

1. Non creare situazioni di competizione durante lo svolgimento dei compiti con altri compagni.

2. Non focalizzarsi sul tempo di esecuzione dei compiti, ma sulla qualità del lavoro svolto (anche se questo può risultare inferiore a quello dei compagni).

3. Utilizzare i punti forti ed eludere il più possibile i lati deboli del ragazzo, ad esempio se dimostra difficoltà fine-motorie, ma ha buone abilità linguistiche può essere utile favorire l'espressione orale, quando è possibile sostituirla a quella scritta. Bisogna enfatizzare i lati positivi del comportamento (la creatività, l'affettuosità, l'estroversione....).

"Il comportamento iperattivo e le regole della classe"

Le routine e le abitudini

Analizzare i comportamenti (antecedenti, problema, conseguenza)
I comportamenti negativi (lievemente e gravemente negativi)
Tecniche per i comportamenti negativi: ignoramento, costo della risposta, punizione, time-out
I comportamenti positivi e i rinforzi
Il modeling e il shaping per i comportamenti positivi
I comportamenti antisociali: caratteristiche familiari e disciplina costruttiva
Le regole della classe
Il sostegno agli insegnanti e la considerazione delle differenze individuali

COME GESTIRE I COMPORTAMENTI ANTISOCIALI

Molto spesso i comportamenti antisociali, provocatori, devianti si sviluppano in contesti familiari repressivi e violenti. In questi casi, spesso il genitore non è in grado di fare fronte alle richieste del figlio e le vive come non accettabili e dà inizio ad una serie di interazioni repressive e punitive. I genitori dei ragazzi con comportamenti antisociali presentano una serie di fattori tra cui:

- Scarso controllo del comportamento del figlio;
- Ricorso sistematico alle punizioni per gestire il comportamento del figlio;
- Incoerenza nell'applicazione delle regole;
- Scarse capacità di comunicazione;
- Scarse abilità di soluzione dei problemi;
- Scarse manifestazioni di affetto e interesse nei confronti del figlio;
- Problemi personali che impediscono di agire efficacemente da genitori.

Ogni intervento per ridurre i comportamenti antisociali è più efficace se iniziato prima che il bambino abbia 9 anni; perché altrimenti la personalità del bambino diventa più strutturata e difficile da modificare.

Gli antecedenti

Gli eventi antecedenti sono fatti o condizioni che si verificano prima del comportamento problematico (confusione in classe durante l'assegnazione dei compiti). Gli eventi antecedenti determinano la probabilità che si verifichi un certo comportamento antisociale, ad esempio molte istruzioni seguite da numerosi errori sono fatti che con buone probabilità sono seguiti da espressioni comportamentali aggressive. Un evento antecedente può essere anche una lite familiare. È necessario fronteggiare tale problema con delle regole scolastiche chiare, con un sostegno reciproco tra insegnanti e tenendo in considerazione le differenze individuali degli studenti. In quest'ultimo fattore si includono tutte le attività che dovrebbe mettere in atto un insegnante considerando che ogni alunni presenta differenti tempi di apprendimento, di gratificazione e di comportamento. Il fallimento scolastico è uno dei più efficaci predittori del vandalismo e dei comportamenti antisociali.

INTERVENTO DI PREVENZIONE ATTRAVERSO LA DISCIPLINA COSTRUTTIVA

Secondo questo approccio, l'enfasi viene posta sullo sviluppo di comportamenti adeguati piuttosto che sulla punizione di quelli negativi. Innanzitutto è necessario individuare: 1) comportamenti da sviluppare o da rafforzare; 2) repertori di competenze scolastiche e sociali che l'alunno possiede e sulle quali si può lavorare; 3) procedure di modifica di tali repertori; 4) contingenze rinforzanti che aumentino e mantengano i comportamenti appropriati. Tra i rinforzatori privilegiati ricordiamo quelli che sociali che prima rinforzavano il soggetto quando manifestava comportamenti antisociali (ad esempio l'approvazione dei compagni).

Le regole della classe devono essere discusse e approvate da tutta la classe (insegnanti e studenti), le regole devono essere ben visibili e di tanto in tanto discusse e riviste. Gli alunni devono essere premiati dall'osservanza delle regole: se si vuole che le regole vengano rispettate l'osservanza e l'inosservanza devono essere seguite da conseguenze diverse. Le regole devono essere positive: devono prescrivere, non vietare. La lista deve essere breve, al massimo 6-7 regole. Se si vuole che gli insegnanti sentano il sostegno reciproco anche i dirigenti scolastici devono esprimere il loro apprezzamento per il lavoro svolto nelle classi per applicare la disciplina costruttiva. Gli insegnanti si devono consultare reciprocamente per sperimentare le modalità di applicazione della disciplina costruttiva.

Le differenze individuali vengono rispettate adeguando i metodi e i materiali al rendimento dell'alunno. Altre tecniche educative suggerite sono: 1) aumentare l'uso delle lodi e delle forme di riconoscimento nei confronti degli alunni che manifestano maggiori comportamenti costruttivi; 2) identificare e massimizzare le gratificazioni; 3) utilizzare il modeling e tecniche di rinforzo differenziale; 4) usare contingenze di gruppo.

I requisiti fondamentali per l'applicazione di questa procedura sono:

1. Definizione operativa dei comportamenti problematici;
2. Identificazione degli eventi antecedenti al comportamento negativo;
3. Sviluppo di ipotesi circa le variabili conseguenti che mantengono il comportamento problematico;
4. Raccolta di dati e osservazioni dirette che forniscano una correlazione tra eventi antecedenti e conseguenze.

fonte: nuke.ausilioteca.eu