

TUTTE LE CLASSI DISABILITÀ

di Rita Centra

La ricerca delle novità e la capacità di esplorare l'ambiente rapidamente sono comportamenti positivi dal punto di vista evolutivo, ma quando queste modalità sono eccessive e persistenti in tutti i contesti (scuola, famiglia, tempo libero) e in molte situazioni (compiti a casa, lezione, gioco, a tavola, davanti al televisore) tali da diventare inattenzione, impulsività e iperattività motoria, possono compromettere la capacità di apprendimento, di pianificazione ed esecuzione.

COMPETENZE ATTESE

- Acquisire comportamenti di autoregolazione.

LA CASSETTA DEGLI ATTREZZI

Cartelloni, gettoni, premi vari, fogli.

DALL'IMPULSIVITÀ ALL'AUTOCONTROLLO

DALLA VIVACITÀ ALL'IPERATTIVITÀ

■ Durante la ricreazione, in giardino o in situazioni poco organizzate, dove i bambini sono liberi di muoversi, molti di loro corrono instancabili, passano da un'attività all'altra, parlano con tutti, perdono i giochi, lasciano la merenda a metà e non si ricordano dove, si intromettono nei giochi dei compagni ecc.

■ Molti bambini in diverse occasioni possono avere comportamenti iperattivi, essere impulsivi o distratti, e magari annoiarsi e commettere errori durante attività lunghe e monotone. In alcuni, però, questi comportamenti sono frequenti in tutti i contesti, costituendo una caratteristica caratteriale e le abilità cognitive e il rendimento scolastico ne risentono, specialmente quando questi bambini hanno difficoltà a:

- controllare i propri impulsi e a posticipare le gratificazioni;
- riflettere prima di agire;
- aspettare il proprio turno;
- svolgere giochi organizzati e con uno scopo da raggiungere.

■ A causa dell'inattenzione e impulsività incontrano difficoltà a cogliere gli stimoli sociali non verbali, che modulano le relazioni interpersonali, presentando, di conseguenza, poche abilità nei rapporti sociali. La difficoltà a relazionarsi con gli altri, i problemi scolastici, i continui rimproveri da parte delle figure di riferimento (genitori, insegnanti), il senso di inadeguatezza percepito dai frequenti insuccessi, portano questi bambini a sviluppare un senso di demoralizzazione e di demotivazione, che accentua ulteriormente le loro difficoltà.

■ Proponiamo quindi una serie di suggerimenti che potremo utilizzare nel momento in cui i bambini presenteranno di volta in volta le difficoltà descritte.

L'IMPULSIVITÀ

■ Ci sono bambini che manifestano grosse difficoltà a organizzare azioni complesse, cambiano rapidamente attività, non riescono ad aspettare il proprio turno durante i giochi di gruppo, rispondono alle nostre domande in modo affrettato, cercano di eseguire frettolosamente i compiti senza aver ascoltato le istruzioni. Per risolvere un compito o affrontare una situazione complessa è necessario considerare gli stimoli e le informazioni utili a pianificare una soluzione. Questi bambini spesso non riescono a gestire simultaneamente questi aspetti perché ogni stimolo per loro è distraente.

■ Dalla difficoltà a eliminare gli stimoli non rilevanti deriva una percezione del tempo alterata. Nel corso della crescita il bambino impara a ignorare gli stimoli ambientali che non servono: mentre spieghiamo la lezione, un bambino, capace di selezionare e focalizzare l'attenzione, ascolta ciò che diciamo e non si cura di quello che gli sta intorno. Alcuni bambini, invece, mentre parliamo, guardano fuori dalla finestra, osservano i cartelloni appesi in aula, parlano con il compagno o pensano al gioco che hanno nello zaino ecc. Nel primo caso, nell'arco di cinque minuti, il bambino segue un unico stimolo (noi che spieghiamo), nel secondo caso segue molti più stimoli, con la conseguenza, in termini di tempo, che i cinque minuti saranno percepiti con una durata maggiore. In questi casi, dobbiamo essere oltre che essenziali anche rapidi, utilizzare poche parole e organizzare attività brevi e veloci.

■ Oltre a questa modalità potrebbe essere opportuno seguire altre indicazioni. Forniamo in maniera chiara le regole da rispettare, le indicazioni su che cosa ci aspettiamo da loro e sulle conseguenze delle diverse azioni. Evitiamo l'improvvisazione, l'incoerenza e l'impulsività. Nello stabilire le regole cerchiamo di discuter-

le con i bambini, scriviamole in maniera chiara, indicando e descrivendo i comportamenti positivi invece dei divieti (invece di "non si corre nei corridoi", scriviamo "si cammina nei corridoi"). Visualizziamole attraverso scritte e immagini. Il potere delle immagini stampate è maggiore di quello dell'interazione umana. Includiamo solo le informazioni e le regole più importanti (sei o sette al massimo). Se sono troppe il bambino può avere difficoltà nel prestare attenzione e rispettarle.

■ Stabiliti i comportamenti adeguati facciamo seguire immediatamente dopo l'emissione degli stessi da parte dei bambini un rinforzo (lode, premi o attività gradite). Inizialmente la frequenza dell'erogazione dei rinforzi deve essere elevata, gradualmente eroghiamo i rinforzi a intervalli di durata crescente. Cambiamo i rinforzi almeno una volta a settimana per evitare fenomeni di saturazione.

■ Usiamo un sistema di *token economy* (economia dei gettoni), cioè prevediamo oltre ai rinforzi per i comportamenti adeguati, la perdita degli stessi per i comportamenti non accettati. Ogni volta che i bambini manifestano un comportamento positivo stabiliamo eroghiamo loro dei punti (gettoni, smile ecc.) che vengono sottratti se mette in atto i comportamenti disturbanti. A fine giornata cambiamo i punti accumulati con premi concreti come adesivi, attività preferite ecc. Se possibile disegniamo o scriviamo su un cartellone i comportamenti premiati e quelli che fanno perdere i gettoni e il numero di gettoni necessari per avere i premi (per esempio: 4 gettoni = un adesivo, 8 gettoni = 10 minuti di giochi al computer ecc.).

■ Visualizziamo le regole di alcuni giochi su cartelloni e ripetiamole insieme a loro prima di effettuare questi giochi. Questa modalità potrebbe aiutare i bambini a rispettare le regole, il turno e a tollerare la perdita. Nei **box 1 e 2**, proponiamo due esempi di visualizzazione delle regole del gioco del domino dei colori e del memory.

■ Strutturiamo una serie di schede che

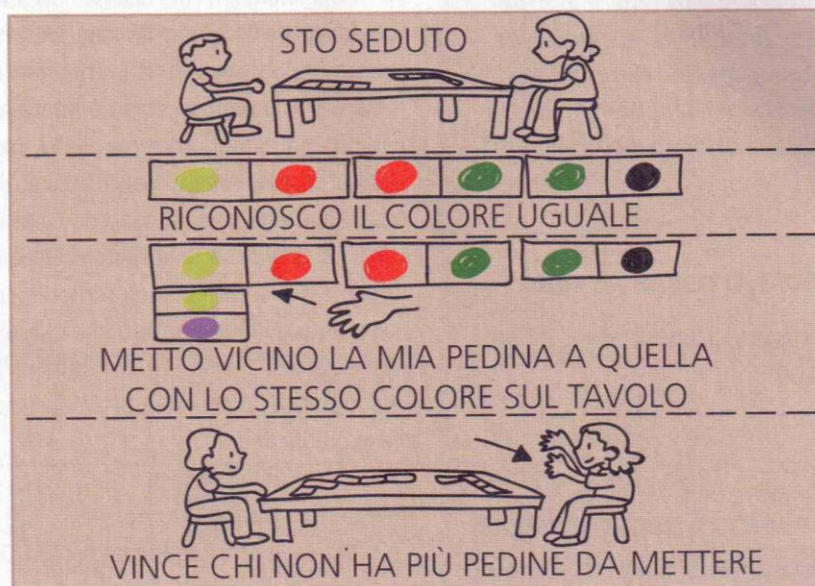
propongano operazioni di ricerca basate sull'accuratezza come le **schede 1 e 2**.

LA CONTINUA DISTRAZIONE

■ Ci sono bambini che spesso sembrano avere altro in mente, mostrano scarsa cura per i dettagli e incapacità a portare a termine le azioni intraprese, evitano di svolgere attività che richiedano attenzione per i particolari, perdono oggetti importanti, dimenticano attività da fare ecc. Questi bambini presentano difficoltà a prestare attenzione a un'unica fonte di informazione, ma la loro attenzione è catturata

da stimoli anche irrilevanti e non pertinenti. Nei loro compiti sono presenti diversi errori di distrazione e i quaderni sono disordinati. Queste difficoltà diminuiscono o svaniscono in situazioni nuove, stimolanti, motivanti o nella relazione uno a uno. Per esempio davanti alla tv possono mantenere l'attenzione per ore mentre non riescono a farlo per pochi minuti durante una lezione. Questo ci fa capire che in loro non c'è una incapacità a prestare attenzione in termini assoluti, ma se vengono aiutati a focalizzare l'attenzione, riescono a portare a termine i compiti. Per fare questo proponiamo alcuni suggerimenti.

BOX 1 Il domino dei colori



BOX 2 Il gioco del Memory



■ Posizioniamo il banco di questi bambini lontano da fonti di distrazione (come finestre o porte) e spostiamolo vicino alla cattedra. In questo modo riduciamo la possibilità che i compagni rinforzino i comportamenti disturbanti e nello stesso tempo possiamo facilmente monitorare il comportamento di questi bambini fornendogli tempestivamente feedback e rinforzi adeguati.

■ Mettiamo accanto a loro i compagni più tranquilli per circondarli di modelli positivi.

■ Evitiamo possibili distrattori all'interno dell'aula; per esempio collochiamo solo i cartelloni che hanno una ricaduta pratica per il lavoro scolastico (tabelline, verbi, regole sociali, schema della giornata...).

■ Definiamo chiaramente lo spazio della classe, nel senso che esperienze di "classi aperte" non sono funzionali in quanto i bambini possono essere maggiormente distratti da rumori e da stimoli visivi presenti nell'ambiente.

■ Presentiamo loro compiti calibrati sulle loro abilità, perché compiti troppo complessi rischiano di esporli al fallimento, demotivandoli e compiti troppo facili possono essere fonte di noia.

■ Dividiamo i compiti in parti da consegnare ai bambini separatamente e forniamo piccoli suggerimenti intermedi. Predisponiamo compiti e spiegazioni anche caratterizzati da varietà, novità e da elementi in grado di attirare l'attenzione (supporti visivi). Presentiamo i materiali didattici avvalendoci di modalità di volta in volta diverse (video, audio, esperimenti ecc).

■ All'inizio di ogni giornata prevediamo uno schema che riassume le attività che saranno svolte, i luoghi, i tempi e i materiali. Elaboriamo con i bambini uno schema della giornata visualizzato composto da oggetti, immagini, fotografie, scritte, vere e proprie agende e a seconda delle abilità del bambino che lo usa. Con i bambini che sanno leggere possia-

mo utilizzare come supporti visivi le informazioni scritte sia su piccole schede sia direttamente su un calendario o diario. All'inizio possiamo scrivere noi le attività in programma per la giornata ma col tempo insegniamo al bambino a scrivere e gestire l'agenda.

Collochiamo lo schema in una scatola e in un posto ben visibile nell'aula in modo che il bambino possa usarlo ogni volta che ne ha bisogno. Questa strategia rende l'ambiente più prevedibile, perché dà al bambino precise indicazioni su che cosa fare durante il giorno, che cosa deve fare al termine di ogni compito e nei momenti di passaggio da un'attività a un'altra.

Lo schema ci può aiutare anche nel caso in cui il bambino sta svolgendo un'attività non molto gradita o complessa, perché guardando che sullo schema questo compito sarà seguito da uno più facile o divertente sarà maggiormente motivato a portarlo a termine.

Nel programmare la giornata ricordiamoci di alternare attività difficili con quelle meno difficili, attività preferite con quelle più impegnative, attività di gruppo con attività individuali, attività di tempo libero con attività strutturate.

■ Segnaliamo chiaramente ai bambini che siamo soddisfatti del loro lavoro. Rappresentiamo attraverso grafici i progressi compiuti in alcuni ambiti stabiliti precedentemente.

■ Presentiamo alcune schede, simili alle **scheda 3 e 4**, ispirate a prove di ricerca visiva in quanto favoriscono l'allungamento dei tempi di attenzione.

IL CONTINUO MOVIMENTO

■ Ci sono bambini iperattivi, che hanno difficoltà a rimanere seduti e quando lo fanno muovono continuamente e inconsapevolmente mani e piedi in modo disordinato. Spesso questa iperattività si manifesta anche sul piano verbale; parlano molto, quasi in maniera torrenziale e passano da un argomento a un altro senza completarne alcuno. In questi casi cerchiamo di utilizzare questa iperattività come risorsa, cercando di incanalare in

attività funzionali piuttosto che reprimerla. Per fare questo seguiamo alcune strategie.

■ Assegniamo incarichi che permettano il movimento all'interno della classe e che conferiscano un ruolo positivo (cancellare la lavagna, fare fotocopie, distribuire materiale ai compagni, fare il capofila all'uscita dall'aula...).

■ Consentiamo a questi bambini di stare in piedi al proprio banco mentre lavorano.

■ Usiamo l'attività motoria come elemento dinamico dell'apprendimento: lavorare alla lavagna, drammatizzare le lezioni...

■ Durante i tempi di attesa, indichiamo i movimenti "inoffensivi" che i bambini possono compiere: per esempio, permettere loro di scarabocchiare o giocherellare sul posto mentre aspettano, creerà un clima sereno anziché una risposta motoria marcatamente iperattiva (correre tra i banchi, uscire dall'aula ecc.).

I RAPPORTI CON LA FAMIGLIA

■ Cerchiamo di instaurare con le famiglie, fin dall'inizio dell'anno scolastico, un clima sereno caratterizzato dal dialogo, dalla disponibilità e dalla collaborazione allo scopo di evitare deleghe e colpevolizzazioni reciproche.

■ Illustriamo e condividiamo le linee fondamentali dell'azione educativa che intendiamo seguire, mostriamo i cartelloni con le regole, se stiamo utilizzando un sistema basato sull'economia dei gettoni possiamo chiedere di fare lo stesso in casa. Spieghiamo la funzione dei compiti a casa e quello che ci spettiamo dal loro aiuto.

LIBRI E SITI

- C. Cornoldi, M. Gardinale, A. Masi, L. Pettenò, *Impulsività e autocontrollo*, Erickson, Trento, 1996.
- D. Fedeli, *Lo sviluppo socio-emotivo*, Vannini Editrice, Gussago (BS) 2005.
- D. Fedeli, *KTWI Kit iperattività: valutazione e intervento in classe*, Giunti O.S., Firenze 2007.

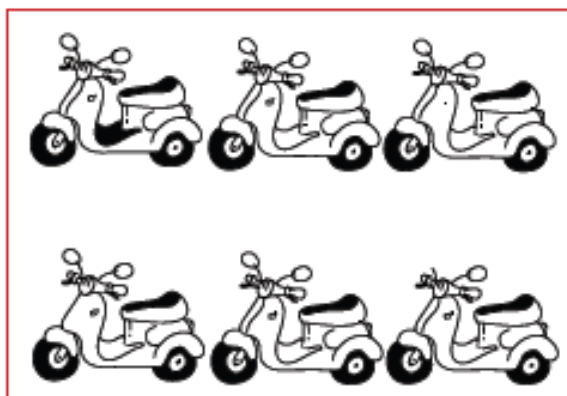


SCARICA E STAMPA LE SCHEDE IN A4 da <http://didattica.lavitascolastica.it>

1

PER INIBIRE L'IMPULSIVITÀ / 1

• Segna con una X il motorino nel rettangolo rosso che è uguale a uno di quelli nel rettangolo blu.

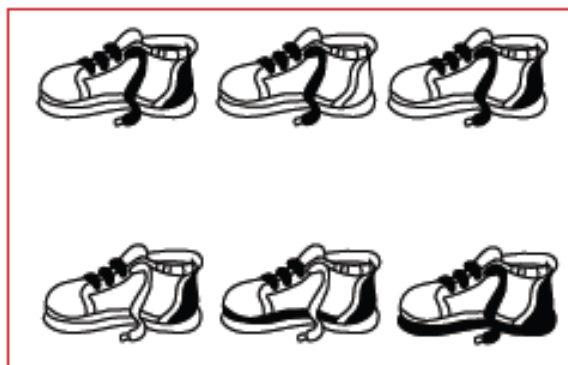


POTENZIARE L'INIBIZIONE DELL'IMPULSIVITÀ.

2

PER INIBIRE L'IMPULSIVITÀ / 2

• Segna con una X la scarpa nel rettangolo rosso che è uguale a quella nel rettangolo blu.



POTENZIARE L'INIBIZIONE DELL'IMPULSIVITÀ.

3

I TEMPI DI ATTENZIONE / 1

• Fai un X su ogni mela.



POTENZIARE L'INIBIZIONE DELL'IMPULSIVITÀ.

4

I TEMPI DI ATTENZIONE / 2

• Fai un cerchio intorno alla sequenza di lettere GHC ogni volta che la incontri.

OIUJKHGHCGKIUYGJOOOPJHR
 ERDSDCFGVDSDRDSAGHCBMN
 UYHJKLNFCDBGHCNGHCMKLOK
 WGHCVDSKIOPONMKJHULPUY
 EDFCGTSDCVBNMLKJHIOPNMO
 GHCOIUGHCCERDFCDTFGHCPOI
 EDFG OIUYYJKLPLKJHOIUHJK
 JKLGHCEDFCG HPIUMHEDFKLO
 WGHCVDSKIOPONMKJHULPUY
 ERDFGFCVGHCVBN KOIGHC OPI
 EWSCVB NMKLOPIUYHJLKJGHC
 EDFG OIUYYJKLPLKJHOIUHJK
 GHCOIUGHCEGHCOIUGHCEOIU
 DSDCFGVDSDDSDCFGVDSGDH
 UYHJLKJGHCUIYHJLKJGHCIUKP
 OIUYYJKLPLKJOIUYHJKLPLKJ
 WGHCVDSKIOPOWGHCVDSKIO

ALLUNGARE I TEMPI DI ATTENZIONE.

