

da <https://scuolastoppani.wordpress.com/tag/cosa-fare/>

ALUNNO IPERATTIVO: COSA FARE?

Publicato: 11 aprile 2014 in [ADHD](#), [B.E.S. Bisogni Educativi Speciali](#)

Tag: [adhd](#), [alunno scuola](#), [azioni](#), [cosa fare](#), [iperattivo](#)

Articolo curato dalla dott.ssa Paola Tomba, psicologa psicoterapeuta



La scuola è uno degli ambienti in cui le difficoltà del bambino sono più evidenti, di conseguenza l'atteggiamento adottato dagli insegnanti con il bambino ADHD è fondamentale per qualsiasi intervento terapeutico al fine di ridurre i sintomi. Occorre, infatti, tenere presente che non vi è un rimedio assoluto, ma si può raggiungere un adeguato benessere globale, in quanto si tratta di un disturbo pervasivo che coinvolge tutti gli ambiti di vita del bambino. Di conseguenza affinché la terapia sia efficace è necessaria la collaborazione di tutte le parti implicate (famiglia, scuola e servizi sanitari), in particolare è auspicabile il coinvolgimento: nella scuola primaria di tutti gli insegnanti impegnati nell'educazione del bambino, mentre alle medie inferiori ci si può limitare ai professori che hanno un

maggior numero di ore con lo studente.

Vi sono una serie di accorgimenti rivolti in modo specifico agli insegnanti che permettono di mantenere l'attenzione e l'attività del bambino ADHD entro limiti accettabili, quali:

1) **Ridurre le cose che possono distrarre organizzando la classe:**

- Allontanare gli stimoli visivi che si trovano nello spazio d'azione fra l'insegnante e il bambino.
- Far sedere il bambino vicino alla cattedra: non è indicato farlo sedere vicino alla finestra, al cestino, ad altri compagni rumorosi o ad altri oggetti molto interessanti.
- Banchi singoli sono più indicati di banchi doppi. Disporre i banchi in modo che l'insegnante possa passare frequentemente in mezzo ad essi, per controllare che il bambino abbia capito il compito, stia seguendo la lezione e stia eseguendo il lavoro assegnato.

2) **Rafforzare la capacità attentiva:**

- 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. **Il contatto oculare** è la tecnica più efficace per controllarne l'attenzione.
- **Le consegne** devono contenere delle istruzioni **semplici, chiare e brevi** per l'esecuzione del lavoro. Dare **un solo comando alla volta** dopo aver distribuito il materiale, subito prima dell'esecuzione. E' fondamentale assicurarsi che il bambino abbia compreso bene le istruzioni di un compito, **facendoglielo ripetere** oppure ponendogli delle domande del tipo: "cosa devi fare?".
- **Ripetere** le informazioni più importanti e **sottolineare con il tono della voce** i punti fondamentali.
- Una volta dato un testo di un problema o un testo che contenga delle istruzioni è opportuno aiutare il bambino disattento ad individuare (sottolineandole con diversi colori) le parti importanti o difficili del testo.
- Rendere le lezioni stimolanti e ricche di novità, con un ritmo e tono della voce vari quando si spiega.

3) Fornire un aiuto per organizzare il lavoro:

- Stabilire delle attività programmate (con cadenze regolari) e routinarie in modo che il bambino impari a prevedere come si svolgerà la giornata scolastica (cosa, come, quando...).
- Stabilire delle regole chiare e condivise, conosciute da tutti. Le regole devono:
 - Essere proposizioni positive e non divieti.
 - Essere semplici ed espresse chiaramente.
 - Descrivere azioni in modo operativo.
 - Essere poche (8-10).

- Definire con chiarezza i tempi necessari per svolgere ogni attività, rispettando i tempi dello studente, per abituarlo a lavorare con tempi stabiliti e a valutare meglio la pianificazione e l'organizzazione del lavoro.
- Rendere i compiti più interessanti, cambiando i comportamenti e le modalità, con l'obiettivo di mantenere vivo l'interesse del bambino e accrescere la sua attenzione.
- Cercare le novità, specialmente alla fine di un lungo compito.
- Accorciare i tempi di lavoro: fare brevi e frequenti pause soprattutto durante i compiti ripetitivi e noiosi.
- Dividere il compito in parti più piccole che possano essere completate in diversi momenti.
- Dare due compiti, facendo svolgere prima quello che piace meno al bambino, e poi il suo preferito.
 - Aiutare il bambino ad applicare (o inventare) delle strategie per tenere in ordine il proprio materiale (coinvolgendo il bambino nella soluzione delle sue difficoltà).
- Istruire il bambino a continuare una parte più facile del suo compito (o a farne uno sostitutivo) nell'attesa dell'aiuto dell'insegnante.
- Abituare il bambino a sottolineare o a riscrivere le domande prima di cominciare, oppure a colorarne, con un evidenziatore, le parti più rilevanti.
- Incoraggiarlo a prendere appunti (anche solo poche parole, quelle che lui reputa più importanti).
 - Utilizzare il diario per la comunicazione giornaliera con la famiglia: non per scrivere note negative sul comportamento bensì positive (ciò che ha fatto di buono, i suoi successi).
 - Stabilire le consuetudini per quanto riguarda l'uso dei materiali della classe e per il vestiario.
- Aiutare il bambino ad organizzare, con l'uso di raccoglitori, i compiti già fatti e quelli da svolgere; lo stesso vale per gli appunti presi in classe per mantenerli in ordine cronologico.
- Chiedere ai genitori di stabilire in casa consuetudini giornaliere su come riporre i libri ed usare il materiale scolastico.
- Aiutare il bambino a tenere in ordine il banco organizzandogli lo spazio.
- Insegnare al bambino l'abitudine di porsi delle domande prima di iniziare qualcosa o di lasciare un luogo (es. "Ho tutto quello che mi serve?").
- Scrivere dei promemoria da mettergli sul banco, sui libri, sul diario.

4) Ricordarsi sempre di:

- Non creare situazioni di competizione durante lo svolgimento dei compiti con altri compagni.
- Non focalizzarsi sul tempo di esecuzione dei compiti, ma sulla qualità del lavoro svolto (anche se questo può risultare inferiore a quello dei compagni) e l'impegno del bambino.
- Si raccomanda di non punire il bambino togliendo l'intervallo, perchè il bambino necessita di scaricare la tensione e di socializzare con i compagni.
- E' utile informare frequentemente il bambino su come sta lavorando e come si sta comportando soprattutto rispetto agli obiettivi da raggiungere.
- Assumere un atteggiamento ed una prospettiva positiva: utilizzare i punti forti ed eludere il più possibile i lati deboli del bambino, ad esempio se dimostra difficoltà nello scrivere (brutta calligrafia), ma ha buone abilità linguistiche può essere utile favorire l'espressione orale e, quando possibile, sostituirla a quella scritta. Bisogna enfatizzare i lati positivi del comportamento (la creatività, l'affettuosità, l'estroversione, evidenziare le parti del lavoro particolarmente ben fatte).

5) I compiti a casa:

- Suddividere il lavoro a casa in piccole porzioni facilmente controllabili. Invece di dire: "Per lunedì leggete tutto il capitolo", procedere concretamente dicendo: "Leggetene cinque pagine ogni giorno".
- Controllare che i compiti siano stati scritti sul diario prima che vada a casa: il bambino ADHD ha bisogno di molto tempo per scrivere.
- Controllare ogni giorno i compiti a casa e prendere dei provvedimenti immediati quando non li ha svolti, concordandoli in precedenza coi genitori.
- Nel caso di compiti a casa ben svolti: per i bambini più piccoli si sono rivelati utili adesivi o timbri (per esempio una faccina sorridente); per i bambini più grandi sortiscono un buon effetto dei "buoni" (per esempio un "buono" per una giornata senza compiti) – in

collegamento con un cartellino rosso quando non sono stati svolti i compiti che comporta un'ora di "lavoro socialmente utile".

6) Gestione del comportamento:

Definire delle regole, stabilite con il contributo dei bambini e condivise (es. non picchiare, alzare la mano prima di intervenire, evitare di raccontare fuori quanto accade agli altri componenti), è preferibile siano scritte su un cartellone e riprese ogni qual volta ne viene violata una. **Le regole devono essere:**

- proposizioni positive e non divieti,
 - semplici ed espresse chiaramente,
 - poche (8-10),
 - descrivere azioni in modo operativo,
 - scritte su di un cartellone, in modo che siano sempre ben visibili a tutti.
- Utilizzare il sistema a punti e gettoni (token economy), con cui si valuta tramite l'uso di punti e gettoni che si guadagnano in presenza di comportamenti specifici, informando il bambino quando ottiene i punti;
 - Assieme alla tecnica del costo della risposta, per cui i bambini perdono punti o per non avere emesso alcuni dei comportamenti menzionati, o in presenza di comportamenti impulsivi-distruttivi. Alla fine di ciascuna sessione, sulla base dei punti ottenuti si daranno i premi o privilegi o attività a scelta.
 - Di fronte a comportamenti molto disfunzionali è preferibile prevenire individuando quelle situazioni o cose che fanno esplodere i bambini ADHD, in modo da evitarle. Però, quando l'agitazione del bambino sta salendo si può cercare di distrarlo.
 - Se non si riesce a prevenire allora si può: con i bambini più piccoli si possono mettere in time-out; mentre con i più grandi mantenere la massima calma e dare brevi e chiare indicazioni.

BIBLIOGRAFIA:

Balboni P.E. (1999), "Dizionario di glottodidattica", ed. Guerra-Soleil;
Cornoldi C., De Meo T., Offredi F. e Vio C. (2001), "Iperattività e autoregolazione cognitiva", ed. Erickson;
Landini B.M. e Tordelli M.C. (2005), "Classi difficili: unità di apprendimento cooperativo e disagio educativo", ed. Carrocci Faber;
Di Pietro M., Bassi E. e Filoramo G. (2001), "L'alunno iperattivo in classe", ed. Erickson;
Polito M. (2003), "Comunicazione positiva e apprendimento cooperativo: strategie per intrecciare benessere in classe e successo formativo", ed. Erickson.

Dott.ssa Paola Tomba