

Lab.D.A.

Laboratorio sui Disturbi dell'Apprendimento

Galleria Berchet, 3 Padova

Via Cavour, 24 Rovigo

Direttore: Prof. Cesare Cornoldi



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

CAPIRE E ATTENUARE LE DIFFICOLTÀ AUTOREGOLATIVE A SCUOLA

Dott.ssa Angela Paiano

Dott. Thomas Rivetti

QUANTI SONO I BAMBINI CON DEFICIT DI ATTENZIONE/IPERATTIVITA'?

Secondo il DSM-IV (1994) sono tra il 3% e il 5%

Secondo altre ricerche americane sono tra il 3% e il 7%

Secondo altri ricercatori europei i casi puri sono circa il 2%

A questi si associano altri (circa 2%) che manifestano disattenzione e iperattivita' come sintomi secondari ad altri problemi:

- difficolta' di apprendimento,**
 - disturbo oppositivo provocatorio,**
 - disturbo della condotta.**
-

LE TRE COMPONENTI

L'attenzione: il bambino presenta un'evidente difficoltà a rimanere concentrato o a lavorare su uno stesso compito per un periodo di tempo sufficientemente prolungato; tra i 4 tipi di attenzione (selettiva, sostenuta, focalizzata e divisa) il bambino disattento cade prevalentemente nell'*attenzione sostenuta*. Tali difficoltà si evidenziano anche nelle situazioni ludiche, nelle quali il bambino passa spesso da un gioco all'altro, senza completarne uno.

A scuola

- presenta difficoltà nel prestare attenzione ai dettagli;
- fa banali “errori di distrazione”;
- i suoi lavori sono incompleti e disordinati;
- Sembrano non ascoltare o avere la testa da un'altra parte.

L'iperattività: indica un eccessivo livello di attività motoria o vocale e può essere associata o meno alla difficoltà di attenzione. E' un bambino sempre in movimento in ogni contesto.

A scuola

- Manifesta continua agitazione, difficoltà a rimanere seduto e fermo al proprio posto;
- Molto spesso i movimenti delle varie parti del corpo (gambe, braccia, tronco) non sono coordinati.

L'impulsività: è la difficoltà a dilazionare una risposta, a inibire un comportamento inappropriato, ad attendere una gratificazione.

A scuola

- rispondono troppo velocemente;
- interrompono frequentemente gli altri;
- non riescono a stare in fila;
- talvolta intraprendono azioni pericolose senza considerare le possibili conseguenze negative.

DIFFICOLTA' SCOLASTICHE E DEFICIT COGNITIVI

- I bambini con problematiche attentive hanno spesso **prestazioni scolastiche inferiori** ai loro coetanei, **pur avendo le stesse abilità intellettive**. La spiegazione di ciò è da ricercare nelle *difficoltà attentive e di autoregolazione cognitiva, nella maggior quantità di risposte impulsive e nel comportamento iperattivo all'interno della classe*.
- Il bambino con ADHD, potrebbe avere anche disturbi specifici dell'apprendimento a causa di diversi meccanismi:
 - I comportamenti del ADHD determinano una secondaria difficoltà dell'apprendimento (a causa delle difficoltà di attenzione);
 - il disturbo di apprendimento potrebbe dar vita a tratti tipici del ADHD (a causa degli insuccessi scolastici).

ALTRI ASPETTI CORRELATI

- **Disturbi emotivi:** il 25% dei bambini con ADHD presenta anche disturbi d'ansia. In adolescenza possono presentarsi disturbi dell'umore, a causa dei tanti insuccessi passati.
- **Problematiche interpersonali:** spesso i bambini con ADHD sono rifiutati e sono i meno popolari tra i compagni. Hanno una qualità delle relazioni non adeguata all'età, a causa delle difficoltà comportamentali e attentive. Vengono descritti dai compagni come non cooperativi nel lavoro di gruppo, aggressivi e provocatori.
- **Altri tratti comportamentali:** spesso un bambino con ADHD mostra anche l'insorgere di tratti oppositivi e provocatori; tendono a rispondere più aggressivamente in situazioni sociali ambigue.



COSA PUO' FARE LA SCUOLA PER IL BAMBINO CON PROBLEMATICHE ATTENTIVE E COMPORTAMENTALI

Osservazione e analisi funzionale dei comportamenti problema

Un comportamento è sempre legato ad un intreccio di fattori significativi.

Un comportamento non può infatti essere compreso se considerato fine a se stesso, ma solo se messo in relazione alle conseguenze che lo mantengono e agli eventi o antecedenti ambientali che lo precedono

Fase 1: Osservazione non strutturata per la creazione di un inventario dei comportamenti negativi.

Registrare tutti i comportamenti negativi che il bambino mette in atto in un certo lasso di tempo (solitamente basta una settimana).

E' necessario descrivere oggettivamente i comportamenti e non darne interpretazioni psicologiche (ad es. "Marco non ha svolto il compito" e non "Marco è svogliato"; "Lisa lancia la gomma" e non "Lisa è dispettosa").

Fase 2: selezione e identificazione dei comportamenti problema oggetto dell'intervento.

Una volta compilata questa prima scheda, sottolineare dello stesso colore tutti i comportamenti che appartengono ad una stessa categoria (ad es. "corre tra i banchi", "esce dalla classe prima della fine della lezione" possono essere classificati sotto "si allontana dal proprio posto"). Successivamente, in una scheda segnare con delle crocette il numero di episodi riferiti ad ogni classe di comportamenti. Non considerare i comportamenti avvenuti una sola volta.

Fase 3: Osservazione strutturata per l'analisi dei comportamenti problema.

Identificare tramite una griglia strutturata

- antecedenti e conseguenze per ogni comportamento emesso
- frequenza e distribuzione di emissione dei comportamenti nell'arco della giornata

Fondamentale nell'osservazione strutturata *dividere il comportamento negativo nei seguenti 4 elementi:*

- tipo di comportamento problema;
- antecedenti (ciò che accade immediatamente prima del comportamento);
- risposta dell'ambiente (come reagisce l'ambiente a quel comportamento);
- conseguenze (descrizione delle reazioni del bambino).

Fase 4: riflessione sui dati raccolti.

Questa servirà ad ottenere indicazioni su:

- probabili fattori scatenanti;
- probabili fattori di rinforzo.

Fase 5: intervento.

L'intervento deve essere sviluppato allo scopo di:

- anticipare il verificarsi del comportamento problema;
- ridurre e/o eliminare le risposte dell'ambiente che rinforzano l'emissione del comportamento problema.

Fondamentale discutere con i bambini sulle situazioni che precedono e favoriscono l'insorgere di comportamenti indesiderati.

Fase 6: verifica dei risultati.

Questa fase viene solitamente effettuata a distanza di circa un paio di mesi dalla prima osservazione, riutilizzando le schede usate nella fase 3.

Si verifica se vi sono stati miglioramenti tra la prima e la seconda osservazione e si decide come affinare o modificare il piano di intervento.

Il rinforzamento e la token economy

Il rinforzatore è la conseguenza positiva di una risposta che rende la risposta più probabile in futuro.

Se un bambino riceve una gratificazione tutte le volte che legge il brano di un libro, è più probabile che continuerà a leggere anche nei giorni successivi.

C'è quindi una stretta correlazione tra rinforzamento e motivazione

Per gratificare correttamente il bambino è necessario:

- individuare azioni positive da gratificare piuttosto che negative da punire;
- definire l'azione oggetto di gratificazione sistematica;
- utilizzare eventi, oggetti, comportamenti che siano effettivamente delle gratificazioni;
- gratificare in modo coerente sempre la stessa azione e ogni volta che si manifesta;
- gratificare il bambino immediatamente;
- non usare forme di falsa gratificazione.

Quattro caratteristiche fondamentali per meglio capire il rinforzamento

1) I rinforzatori sono virtualmente infiniti e possono essere classificati in *primari e secondari* .

Quelli primari sono legati alla sopravvivenza (ad es. il cibo), quelli secondari sono appresi nel corso della vita (ad es. le carte dei Pokemon). In educazione e terapia si usano solo quelli secondari, che possono essere divisi in vari livelli.

Ai livelli più bassi abbiamo quelli concreti: che si mangiano (ma non servono alla sopravvivenza) detti *consumatori* , o che si toccano (un giocattolo) detti *tangibili*.

Ai livelli più alti ci sono quelli *sociali* (ad es. un sorriso) e quelli *informativi* (feedback).

Usare i rinforzatori di più alto livello sono tra quelli che funzionano meglio.

Una tecnica che permette di passare dai rinforzatori di basso livello a quelli di alto livello è la *token economy* (rinforzare il bambino con gettoni che poi vengono scambiati con rinforzatori più alti come giocare di più in giardino)

2) L'attenuazione della concretezza del rinforzamento può e deve essere attuata in base ai *programmi* di rinforzamento.

I programmi si riferiscono alla frequenza con cui i rinforzatori vengono erogati. Un rinforzatore può essere erogato secondo un programma *continuo* (tutte le volte che il bambino emette la risposta viene gratificato) o *intermittente* (la gratificazione arriva solo dopo un certo numero di risposte corrette).

Anche in questo caso bisognerebbe prevedere il graduale passaggio da programmi continui ad intermittenti. Ciò favorisce il mantenimento e la generalizzazione delle abilità acquisite.

3) I rinforzatori usati fin qui sono detti *estrinseci*, in quanto sono al di fuori dei comportamenti e delle abilità rinforzate.

Se un bambino riceve un gettone su una tessera ogni volta che chiama un amico per venire a giocare a casa e dopo 10 gettoni può andare al cinema col papà, ha solo rinforzi estrinseci, mentre se trae piacere dal semplice avere un amico a casa che gioca con lui, allora il suo comportamento ha una spinta *intrinseca* (telefonare ad un amico è strettamente legato al fatto che l'amico venga a giocare).

Il graduale passaggio da rinforzatori estrinseci a rinforzatori intrinseci è ciò che permette al bambino di non avere più bisogno di psicologi, dato che trova da solo la spinta e la motivazione necessaria.

PREDISPORRE UN CONTESTO FACILITANTE

I bambini con ADHD hanno scarsa capacità di prevedere le conseguenze. Gli insegnanti possono aiutarli in questo in diversi modi:

- offrire informazioni di ritorno al bambino (spiegare al bambino perché si è verificata una certa conseguenza)
- instaurare delle routine (tutte le regolarità e le scadenze prestabilite forniscono al bambino una cornice di supporto nella comprensione di ciò che accade intorno a lui e gli permettono di pianificare i propri impegni con più facilità)
- stabilire delle regole (regole chiare, esposte e condivise da tutti per “mettere ordine” a tempi e luoghi delle azioni)

Attività routinarie e strutturate e tempi di lavoro prestabiliti

- I bambini con difficoltà ad autoregolare il proprio comportamento agiscono in maniera apparentemente disorganizzata o addirittura casuale. Ciò avviene ancor più spesso se il bambino ha difficoltà a cogliere chiari indicatori di ciò che ci si aspetta da lui in ogni momento.
 - Più il bambino diventa capace di prevedere ciò che ci si aspetta da lui, maggiore è la possibilità che cechi di soddisfarne le richieste.
 - Esempi di routine nella classe:
 - ☀ ingresso in classe a un'ora fissa, tutti gli alunni insieme
 - ☀ routine di inizio lezione (posizione del silenzio)
 - ☀ presentazione delle attività previste per la giornata, comprensiva dei tempi di lavoro
 - ☀ pause concordate, possibilmente sempre alla stessa ora
 - ☀ attività durante la ricreazione o in palestra stabilite a priori (ad es. vincolate al giorno della settimana)
 - ☀ dettatura dei compiti ad orario stabilito, possibilmente non negli ultimi cinque minuti di lezione, perché non si ha tempo di verificare che le consegne siano state annotate per intero
 - ☀ routine di saluto e di uscita a fine lezione
- *Quali routine esistono nella vostra classe?*
 - *Quali nuove routine potrebbero essere utili?*
 - *Ci sono routine che possono diventare regole di classe?*

Le regole della classe

- Porre regole chiare all'interno di una classe è necessario per le interazioni tra pari e con gli adulti.

Perché siano efficaci, è necessario che le regole siano condivise: è perciò buona prassi discutere con i bambini le regole da ratificare, dando loro la possibilità di approvarle o modificarle.

Se le regole sono genuinamente condivise, e non imposte dall'adulto, aumenta il grado di impegno che i bambini sono disposti a approfondire nel cercare di rispettarle.

Perché vi sia un incremento nell'abilità di rispettare le regole, può essere utile seguire alcuni accorgimenti:

- ◆ le regole devono essere proposizioni positive e non divieti
- ◆ le regole devono essere semplici, espresse chiaramente
- ◆ le regole devono descrivere le azioni in modo operativo (evitare formulazioni tipo "stare buoni", "avere cura di...", che possono non risultare chiare perché troppo vaghe)
- ◆ le regole dovrebbero utilizzare simboli pittorici colorati (che costituiscono un ottimo ed immediato segnale del contenuto della proposizione)
- ◆ le regole devono essere poche (al massimo 8-10) ed espresse sinteticamente
- ◆ le regole andranno poi trascritte su un cartellone

Stabilire e prevedere i tempi di lavoro

- I bambini con difficoltà di autoregolazione sono spesso poco abili a valutare tempi e difficoltà.
- Abituare questi bambini a lavorare con dei tempi, significa aiutarli a valutare meglio e quindi a *essere sempre più efficaci nella pianificazione e organizzazione del lavoro*, identificando anche il quantitativo di impegno necessario allo svolgimento di ogni consegna.
- All'inizio è necessario che sia l'insegnante a stabilire i tempi; quando i bambini avranno aggiunto la variabile tempo al loro lavoro, potrà essere divertente giocare con loro, chiedendo: "Quanto tempo serve per...?"
- Anche in questo caso, può essere utile introdurre simboli pittorici che identifichino il tempo necessario (ad es. frecce di diversa lunghezza – pochissimo t-, poco t., t. medio, molto t., moltissimo t.-) e la difficoltà dell'attività (ad es. facce da felice a triste –facilissimo, facile, alla mia portata, difficile, molto difficile).

L'ORGANIZZAZIONE DELLA CLASSE E DEI TEMPI DI LAVORO

La disposizione dei banchi

- Esistono diverse sistemazioni (a scacchiera, a coppie, a file parallele, a ferro di cavallo, a ferro di cavallo con i banchi centrali...), ma tutte hanno pregi e difetti. Come fare?
- E' possibile valutare quanto ogni posizione sia adeguata per una buona partecipazione dei bambini al lavoro scolastico, ponendosi alcune domande:
 - ⊕ dalla cattedra si vedono "abbastanza" tutti i bambini?
 - ⊕ è favorito lo scambio di sguardo insegnante-bambino?
 - ⊕ disposizione dei bambini (vivaci, ecc)
 - ⊕ se un bambino si alza per qualche motivo, quanti bambini possono essere disturbati o coinvolti?
 - ⊕ è corretta la posizione delle fonti di luce?
 - ⊕ quanti bambini guardano direttamente fuori dalle finestre?
 - ⊕ ogni bambino quanti bambini osserva dal suo posto?

I potenziali distrattori

- Nel predisporre l'aula in modo funzionale è necessario prestare attenzione ai seguenti distrattori:
 - ✗ cartelloni
 - ✗ cestino
 - ✗ porta
 - ✗ finestre
 - ✗ orologio
 - ✗ compagni vivaci
 - ✗ armadi/librerie
 - ✗ Tavolo con materiale pittorico o altro
- Non si possono eliminare tutti i distrattori, ma essi ci possono essere utili per individuare quale sia la migliore posizione per ogni bambino

L'ORGANIZZAZIONE DEL MATERIALE

- Spesso i bambini perdono parte del loro materiale scolastico, poi disturbano i compagni chiedendo con insistenza righe e colori, in generale non hanno cura della propria attrezzatura scolastica.
- Può essere utile appendere in aula un cartellone dei materiali, avendo cura di assegnare ai quaderni delle varie materie una copertina di colore diverso, e uno delle materie giornaliera.
- All'inizio dell'anno si preparerà poi uno schema del materiale necessario per ogni materia in forma di cartellone o di tabella da apporre sul diario di ogni bambino.
- Procedura che può essere utile:
 - impostare con il bambino uno schema a punti o gratificazioni e di costo della risposta
 - preparare schede ritagliabili con illustrazioni dei materiali messi sul cartellone
 - ad un'ora prestabilita (non appena prima dell'intervallo e nemmeno negli ultimi minuti di lezione):
 - -far leggere il cartellone delle materie del giorno dopo alla classe
 - -far elencare il materiale necessario per il lavoro in ogni materia
 - -chiedere di incollare sul diario le figurine del materiale per il giorno dopo
 - ogni mattina, all'inizio della lezione, verificare la presenza del materiale ed applicare la procedura di gratificazione o del costo della risposta

L'ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO SCOLASTICO

Punti di forza e punti di debolezza del bambino

- “Carlo è spesso disattento, non sta fermo, fatica a rispettare le consegne, infrange le regole, non fa ciò che gli viene chiesto, è disordinato, a volte dice bugie, si giustifica sempre, a volte in modo irrealistico, per le sue mancanze, può arrivare ad essere aggressivo con gli altri, ecc.”
Per gli adulti è molto facile descrivere i comportamenti inadeguati che il bambino presenta, documentandoli anche con una serie nutrita di esempi, ma ...
- *è molto più difficile recuperare tutte le caratteristiche positive e le abilità che il bambino possiede.*
- I punti di forza sono invece la base su cui lavorare per cercare di bilanciare, o addirittura recuperare i comportamenti non corretti e le difficoltà.
- *Un bambino difficile sarà tanto più gestibile per l'insegnante, quanto più gli vengono riconosciute ed attribuite risorse ed abilità.*

1) *Difficoltà a mantenere l'attenzione sul compito*

- Innanzitutto è bene predisporre un periodo di osservazione, per farsi un'idea abbastanza precisa di quale sia la tenuta di attenzione del bambino. Se è vero infatti che la tenuta dipende anche dall'interesse e dalla motivazione verso un certo tipo di compito, questo fattore è meno determinante nei tempi di attenzione di un bambino con difficoltà attentive.
- Fatto questo è utile confrontare il tempo previsto per un dato compito con il tempo di tenuta del bambino, così da poter decidere per un'eventuale frammentazione dell'attività, od un'eventuale variabilità delle procedure nel compito.
- Allungare gradualmente i tempi richiesti, così da aumentare anche i tempi di tenuta.

2) Difficoltà a mantenere la necessaria attenzione alle consegne

- Può essere utile far rileggere ad un bambino la consegna ad alta voce e magari fare sottolineare le parti cruciali.
- Riassumere una eventuale consegna complessa in un elenco puntato.
- E' anche possibile fare un diagramma di flusso che rappresenti la consegna
- Il tempo impiegato in questo tipo di procedura può essere notevole, ma si tenga presente che la consegna meglio spiegata non aiuta solo il bambino con difficoltà attentive, ma anche i più lenti e/o quelli con difficoltà di apprendimento e/o quelli che in quel momento si sono semplicemente distratti un attimo

3) Impulsività e scarsa pianificazione

- La miglior comprensione della consegna dovrebbe già favorire la formulazione di un corretto piano d'azione.
- E' inoltre possibile chiedere ai bambini di appoggiare le penne per un tempo prestabilito fra la lettura, o la scrittura, della consegna e l'inizio dello svolgimento del compito. O meglio ancora stabilire una routine per cui "è valido" iniziare il lavoro solo quando l'insegnante dice "VIA".
- Si possono usare procedure fisse di pianificazione (ad es. 1-penso a cosa devo fare, 2-considero tutte le possibilità, 3- fisso l'attenzione, 4- scelgo la risposta, 5- controllo la risposta) ed anche su questo si potrebbe pensare ad un cartellone.

4) *Procedure di controllo*

- E' possibile favorire i meccanismi che regolano il controllo attento e la correttezza dello svolgimento del compito.
- Durante il lavoro, il bambino può controllare se sta attento:
 - con l'uso di un timer (che suoni ad intervalli stabiliti, permettendo di verificare se si è attenti e magari riportare su un foglio casi positivi e negativi)
 - facendo un segno sul quaderno quando si accorge da solo di aver perso il filo (e può vedere il lavoro svolto prima del segno per verificarne la correttezza)
 - facendo un segno sul quaderno quando si accorge di essere distratto nel momento in cui la maestra utilizza un segnale concordato (ad es. tocca il bambino o mette sul banco un cartoncino, ecc.)
- E' fondamentale che queste procedure e questi segnali non siano intrusivi e siano privati tra insegnante e bambino.
- Per il controllo del lavoro svolto è invece utile il gioco di "caccia all'errore", in cui il bambino passa da aiuto-cacciatore a cacciatore, fino a cacciatore personale del re.

POTENZIARE LE ABILITA' SOCIALI

Spesso gli alunni con problemi comportamentali hanno anche difficoltà in ambito relazionale.

E' pertanto indispensabile andare a lavorare su quelle che sono le abilità sociali di base:

- autoistruzioni;
- riconoscere gli aspetti non verbali delle comunicazioni;
- come unirsi ad un gruppo;
- come fare e come rifiutare richieste