

L'alunno disattento e iperattivo a scuola

Mario Di Pietro
(ASL di Monselice PD)

In una classe di circa 20 alunni, si può ipotizzare che ci sia un bambino con DDAI ma aver più di due casi per classe è davvero raro. Diventa quindi importante per l'insegnante disporre di opportune strategie d'intervento.

Fino a non molto tempo nel nostro Paese fa questo tipo di disturbo non era ben capito; si notava che c'era qualcosa che non andava nel bambino ma non si sapeva ben identificare il problema e spesso la denominazione che veniva data a questi bambini era ambigua e a volte stigmatizzante. Si parlava ad esempio di "*alunni caratteriali*", ma questo termine non diceva niente in merito al disturbo: "*alunni caratteriali*" non esistono, esistono "*alunni con disturbi comportamentali*".

Nel mio intervento verranno prese in considerazione le caratteristiche della condizione dell'insegnante. L'insegnante può fare molto se dispone di opportune strategie.

Non esiste infatti una cura per il disturbo di attenzione ed iperattività (la sigla che mantengo nei miei lucidi per sbaglio è stata mantenuta in inglese ADHD che è equivalente di DDAI) ma esistono tecniche comportamentali che possono essere di grande beneficio per il bambino e migliorare notevolmente la situazione in famiglia e a scuola. Purtroppo queste strategie nel nostro paese non sono ancora molto diffuse e spesso gli insegnanti si trovano spesso disorientati perché quando si rivolgono ai servizi territoriali non ricevono risposte adeguate.

Mi soffermo per un istante sulla condizione dell'insegnante che si trova a gestire questi bambini.

Se l'insegnante, oltre al bambino con queste caratteristiche, ha nella classe altri bambini con altre problematiche, tipo un disturbo oppositivo provocatorio (DOP), senz'altro si crea una situazione di forte contrasto all'interno della classe e l'insegnante vivrà una condizione di accentuato stress. Il tutto inizia spesso con una mancata comprensione del problema: l'insegnante è disorientato, non sa come muoversi, non capisce bene come mai il bambino persista in certi comportamenti e non reagisca ad opportune strategie che intuitivamente gli insegnanti cercano di applicare e questo porta ad un senso di colpa e di inadeguatezza dell'insegnante. Questo a sua volta determina un ipercoinvolgimento dell'insegnante che col tempo può facilitare una perdita di controllo; nonostante l'insegnante ce la metta tutta, alla fine non resiste, perde le proprie capacità di autocontrollo e reagisce in modo inadeguato a causa dell'eccessiva tensione. Tutto ciò può determinare in alcuni casi un crollo emozionale, che in termini tecnici si chiama *burn out* e questo allontana ancora di più dalla comprensione del problema e l'insegnante si trova in una spirale da cui risulta difficile uscire.

Quindi la prima cosa da fare è cercare di documentarsi sul problema e cercare di apprendere le strategie più efficaci di intervento.

Caratteristiche dell'insegnante

Ci sono alcune caratteristiche dell'insegnante che influenzano la sua capacità di gestire efficacemente la classe. La prima, che sembra scontata, è la motivazione all'insegnamento ovvero quanto uno ama il proprio lavoro: un insegnante che ama il suo lavoro riuscirà a lavorare meglio anche con bambini problematici. Un'altra caratteristica, legata a quanto detto prima sullo stress è avere una buona tolleranza verso lo stress: alcuni studi hanno evidenziato come la professione di insegnante è fra le cinque a più alto rischio di stress e il livello di stress è inversamente proporzionale all'ordine di scuola in cui si insegna: il più alto rischio di stress sono gli insegnanti di scuola materna mentre quelli meno stressati di tutti sono quelli delle superiori. Un punto molto importante è avere una buona formazione psico-pedagogica, ovvero strategie comportamentali per

lavorare con gli alunni. Un'altra caratteristica dell'insegnante che influenza sulla gestione della classe è il tono dell'umore; la maggior parte degli insegnanti è di sesso femminile e proprio in questa categoria si colloca la maggior parte dei problemi dell'umore. Il che vuol dire che le donne sono sia a maggior rischio di stress che di disturbi dell'umore, quali depressione. Le insegnanti che arrivano in classe con un umore triste, un atteggiamento un po' passivo, poco dinamico, senz'altro avrà maggiori problemi a motivare o coinvolgere positivamente i propri alunni. Sono anche importanti però le convinzioni personali degli insegnanti. Una volta c'erano molti pregiudizi su strategie comportamentali nelle classi, venivano avvertiti come manipolatori, nella scuola si faceva molta ideologia e sia aveva molto senso pratico. Ovviamente convinzioni rigide degli insegnanti possono portare a essere poco ricettivi/e nei confronti di queste strategie.

Obiettivi da perseguire in ambito scolastico

Autocontrollo comportamentale: l'irruenza dei bambini iperattivi spesso li mette in conflitto con i compagni).

Incremento di comportamenti funzionali

Incremento dell'attenzione

Autocontrollo della collera: alcuni dei bambini che hanno compresenza di DOP sono più collerici e quindi più litigiosi

Miglioramento delle relazioni con i coetanei: data l'irruenza di questi bambini spesso finiscono ad alienarsi la simpatia dei loro compagni i quali tendono alla fine a stancarsi di loro e ad evitarli. Diventa quindi importante far acquisire al bambino iperattivo la capacità di relazionarsi in modo più costruttivo con i coetanei.

Potenziamento dell'apprendimento: nonostante generalmente tali bambini non abbiano disabilità di apprendimento, hanno difficoltà ad apprendere, dovuto alla scarsa attenzione e all'iperattività

Incremento autostima: si tratta di bambini, che a forza di accumulare insuccessi e frustrazioni, spesso hanno un calo nel concetto che hanno di sé che li porta a costruirsi un'immagine negativa di sé e quindi li spinge ad avere una bassa autostima

Pianificazione dell'intervento in ambito scolastico

Parliamo qui di intervento congiunto tra ambito scolastico ed ambito psicologico.

Bisogna innanzitutto considerare quali sono i comportamenti e quali sono le emozioni che hanno la priorità. Sono bambini che si annoiano facilmente, che si arrabbiano facilmente, che hanno una bassa tolleranza alla frustrazione.

Bisogna poi esaminare i meccanismi cognitivi collegati al problema

Valutare la motivazione del bambino o dell'adolescente

Considerare le aspettative del genitore e la sua capacità di collaborare: la collaborazione o la mancanza di collaborazione possono essere fattori facilitanti o di ostacolo.

Considerare le risorse personali del bambino: spesso ci soffermiamo solo sui deficit e non consideriamo le loro risorse personali; spesso infatti sono bambini molto creativi.

Scegliere le tecniche che più si adattano allo stadio evolutivo del bambino

Individuare strategie per prevenire l'abbandono e le ricadute

Caratteristiche del metodo cognitivo-comportamentale

Osservazione diretta e precisa dei comportamenti dell'alunno. Dobbiamo cercare di quantificare il problema e determinare con che frequenza questi comportamenti si manifestano.

Descrizione operativa dei comportamenti problema, ovvero in modo concreto, che siano direttamente osservabili ed evitando il più possibile l'ambiguità

Programmazione dettagliata dell'intervento (ad esempio nelle ore di programmazione che hanno a disposizione gli insegnanti per programmare la didattica)

Utilizzo di procedure derivate dai principi del condizionamento, dell'apprendimento sociale e dell'apprendimento cognitivo

Coinvolgimento delle persone significative del contesto relazionale (scuola, insegnanti, compagni e famiglia)

Verifica sistematica dei risultati: periodicamente si osserva il bambino per determinare se la situazione si è evoluta dalla prima osservazione oppure no)

L'atteggiamento del clinico cognitivo-comportamentale (Kanfer & Schefft)

Pensa al comportamento (*piuttosto che concentrarsi sui problemi*)

Pensa alle soluzioni (*piuttosto che alle cause*)

Pensa agli aspetti positivi (*piuttosto che considerare solo i deficit*)

Pensa ai piccoli passi (*piuttosto che a obiettivi troppo lontani*)

Pensa in modo flessibile (*piuttosto che continuare a fare la stessa cosa*)

Pensa al futuro (*piuttosto che al passato*)

Strategie di gestione dei comportamenti problema

L'esperienza tende ad insegnarci questa sequenza:

TENDENZA NATURALE DEGLI INSEGNANTI

1. Rimproverare
2. Ignorare
3. Punire
4. Incoraggiare
5. Premiare

Le ricerche suggeriscono che questa sequenza sia migliore:

ORDINE PREFERIBILE

1. Incoraggiare
2. Premiare
3. Ignorare
4. Rimproverare
5. Punire

Variabili che influenzano le reazioni del bambino

Rinforzi a cui è sensibile

Modelli a cui è esposto

Pensieri su se stesso e le sue capacità

Aspettative e considerazioni sul problema presentato

Influenza dei meccanismi cognitivi

Sono meccanismi che possono mediare le reazioni del bambino sul piano emozionale e comportamentale. L'oppositività e l'impulsività spesso sono determinati da carenze nel bambino di cognizioni funzionali: ciò significa che tali bambini consono in grado di parlare a se stessi in modo da dirigere il loro comportamento verso forme più costruttive: non si fermano a riflettere ma reagiscono immediatamente.

In altri casi le reazioni emotive al comportamento del bambino sono invece mediate dalla presenza di cognizioni disfunzionali, cioè lo stile esplicativo, il modo in cui il bambino dà significato alla sua realtà. Spesso l'aggressività è così difficile da trattare e così persistente perché è alimentata sia da cognizioni disfunzionali che da carenze di cognizioni funzionali. La bassa autostima e l'ansia sono spesso alimentati da una visione negativa di sé e quindi da cognizioni disfunzionali.

Progetto di Modificazione del Comportamento

Dopo la scelta dell'area su cui si vuole intervenire dobbiamo sviluppare un PROGETTO usando il seguente processo che si articola in sei fasi:

Definizione dell'obiettivo

Misurazione di base di alcuni comportamenti con appositi strumenti

Analisi dei dati

Scelta della strategia

Realizzazione della strategia

Verifica periodica della situazione del bambino (per vedere se ci sono stati dei cambiamenti)

Procedure di modificazione del comportamento in ambito scolastico

Monitoraggio

Rinforzo differenziale

Incoraggiamento positivo

Rimprovero da un minuto

Conseguenze logiche

Costo della risposta

Time out

Comunicazioni scuola-famiglia

Sistema a punti

Contratto comportamentale

Tipologia dei rinforzi

I rinforzi più a portata di mano sono quelli dinamici che consentono di cedere al bambino di poter fare qualcosa di piacevole, o simbolico che consiste nel dare al bambino dei punti premio o bollini premio. Siccome una caratteristica del rinforzo è che è efficace se è immediato, il rinforzo simbolico ci permette di intervenire con efficacia: si dà al bambino qualche cosa che simboleggia il rinforzo e che poi potrà essere convertito in qualche effettivo rinforzo. Un'ampia categoria di rinforzi è quella dei rinforzi socio-affettivi, come l'incoraggiamento positivo o il dare semplicemente attenzione al bambino. Un'adeguata strategia di modificazione del comportamento porterà il bambino ad autorinforzarsi e non ricevere più i rinforzi unicamente da altri. Inoltre i rinforzi più efficaci sono quelli intermittenti, una tantum, non quelli somministrati di continuo.

Alcuni errori educativi da evitare

Dare eccessiva attenzione ai comportamenti indesiderabili e trascurare di valorizzare i comportamenti desiderabili. Continuare a ripetere al bambino cosa non deve fare trascurando di specificare cosa si vorrebbe che facesse. Perdere il controllo mentre si rimprovera il bambino perché non riesce a controllarsi. Punire in modo incoerente o in ritardo il comportamento negativo.

Principali ostacoli

Scarsa collaborazione della famiglia

Ambiente scolastico sfavorevole

Mancanza di collaborazione tra scuola e famiglia

Successo dell'intervento

Comprensione e accettazione del bambino: accettare il bambino come persona, che ha delle difficoltà. Non va considerato un "bambino disturbato".

Persistenza nell'utilizzo delle procedure: anche la strategia più semplice richiede un minimo di tre settimane di utilizzo costante perché dia un risultato.

Clima emotivo positivo.

Variazione dei tempi di interruzione dell'attività didattica.