



**Come gestire la classe in presenza di alunni con
Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD)**

Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività

SINTESI DELLA PRESENTAZIONE

Con ADHD (acronimo in inglese Attention Deficit Hyperactivity Disorder) si identificano alunni e studenti con problemi di controllo attentivo e/o dell'attività.

Secondo l'Istituto Superiore di Sanità, il disturbo ha una causa neurobiologica caratterizzata dalla presenza di sintomi di disattenzione, impulsività/iperattività, riconducibili a difficoltà nell'autocontrollo e nelle capacità di pianificazione e non attribuibili ad un deficit dell'intelligenza.

SINTESI DELLA PRESENTAZIONE COMORBILITA' Legge 104/92

L'ADHD si può riscontrare anche spesso associato ad un Disturbo Specifico di Apprendimento (DSA) o ad altre problematiche, che genera difficoltà di pianificazione, di apprendimento e di socializzazione con i coetanei.

In presenza di alcuni casi con quadro clinico particolarmente grave, anche per la comorbilità con altre patologie, è possibile richiedere l'assegnazione dell'insegnante di sostegno, come previsto dalla legge 104/92.

Cause dell'ADHD

L'ADHD ha origini neurobiologiche, secondo le evidenze scientifiche più recenti. I bambini o le bambine con iperattività nascono con predisposizioni biologiche alla disattenzione.

L'ADHD non è causata da comportamenti educativi inadeguati da parte dei genitori né vi sono evidenze sperimentali che l'ADHD possa essere causata dallo zucchero, da conservanti alimentari o da sostanze chimiche potenzialmente neurotossiche, capaci di scatenare reazioni immunitarie. Qualche correlazione è stata individuata, ma non ancora abbastanza probante.

Cause dell'ADHD

Un bambino può ricevere una corretta diagnosi di ADHD senza che sia necessariamente iperattivo. Esiste anche un disturbo ADHD, caratterizzato da inattenzione senza iperattività. Si tratta di una condizione più insidiosa perché meno evidente che rischia di non essere riconosciuta o di esser sottovalutata.

I bambini con ADHD hanno sempre bisogno di un ambiente calmo e sterile per potersi concentrare sui propri compiti. Un ambiente che riduca i distrattori è facilitante.

Cause dell'ADHD

I bambini con ADHD non si comportano male, perché non vogliono seguire le regole e portare a termine i compiti loro assegnati, ma perché hanno difficoltà di autocontrollo.

Disubbidienza, opposizione e rifiuto di accontentare gli altri non sono le cause principali della disattenzione dei bambini con ADHD, in quanto le cause sono di natura neurobiologica.

L'ADHD non è un disturbo medico che può essere curato solo con i farmaci.



I **bambini/ragazzi ADHD** possono rendere estremamente difficoltosa la gestione della classe, in quanto:

- a. non riescono a mantenere l'attenzione sui compiti scolastici per il tempo necessario al loro svolgimento,
 - b. preferiscono orientare l'attenzione nei confronti di attività *immediatamente gratificanti*, evitando quelle che richiedono sforzo e impegno,
 - c. sono sempre alla ricerca di *nuovi stimoli*,
 - d. riescono a portare a termine il compito soltanto se vengono aiutati a focalizzare e a mantenere l'attenzione.
-

Rispetto alla scuola, nello specifico:

- **Il Disturbo comportamentale** *crea disordine all'interno della classe: questi bambini e ragazzi si fanno notare per:*

- a.l'irrequietezza,**

- b.l'insubordinazione alle regole,**

- c.la franca opposizione fino a reazioni provocatorie.**

Rispetto alla scuola, nello specifico:

- **Il Disturbo della socializzazione** ostacola l'interazione: alcuni **alunni con ADHD** manifestano **doti di:**

- **simpatia,**
- **creatività,**
- **generosità**

che li rendono **leader** di gruppi di coetanei, ma con la proposta di **modelli comportamentali inadeguati ed incompatibili** per gli schemi dell'organizzazione scolastica.

In altri casi ci può essere una **reazione negativa del gruppo e/o dei genitori** alle azioni di disturbo.

I Disturbi di Apprendimento

I Disturbi di Apprendimento degli alunni con ADHD possono essere legati ai **problemi attentivi**, ma spesso sono dovuti alla presenza di **“deficit a grappolo”** neuropsicologici come:

- 1.la Dislessia,**
- 2.la Disortografia,**
- 3.Deficit di Attenzione sostenuta,**
- 4.Deficit prassici con disgrafismi,**
- 5.Discalculia.**

C'è una forte comorbilità con i DSA.



Per riassumere, i **fattori che ostacolano la gestione della classe** sono, complessivamente:

1. i problemi attentivi,

1.le difficoltà di pianificare compiti complessi,

1.lo stile impulsivo,

1.le scarse abilità di gestire lo sforzo,

1.la scarsa motivazione,

1.gli atteggiamenti provocatori ed oppositivi.

Le reazioni dell'ambiente scolastico agli alunni con ADHD

Il sistema scolastico necessita di:

- **regole,**
- **ordine,**
- **uniformità**

e perciò **costituisce un inevitabile ostacolo** al naturale modo di esprimersi di questi bambini e ragazzi.



ADHD: LE DIFFICOLTA' CON I COETANEI E CON SE STESSI

Le difficoltà nella modulazione delle relazioni sociali

Il bambino o ragazzo con ADHD sperimenta una *scarsa opinione di sé* dovuta:

a.ai continui insuccessi,

b.alle difficoltà relazionali,

c.alla incapacità di valutare adeguatamente i propri risultati in base allo sforzo compiuto.

Le difficoltà nella modulazione delle relazioni sociali

La difficoltà nell'interpretare i segnali sociali, dovute:

- all'incostante attenzione,
- all'impulsività,

provocano a volte fluttuazione tra:

- 1.un'ipervalutazione di se stesso: “*sono bravissimo, sono un campione!*”,
 - 2.una caduta dell'autostima: basta una cosa che non riesce come si vorrebbe e il pensiero diventa: “*non valgo nulla, sono incapace*”.
-

Le difficoltà nella modulazione delle relazioni sociali

Da qui, l'alunno ADHD può approdare alla ricerca di una **visibilità deviante** il passo può esser molto breve, fino ad arrivare a:

- 1. forme di comportamento provocatorio,**
 - 2. aggressività verbale o fisica.**
-

Scarsa popolarità

Il ragazzino con ADHD è sovente *poco popolare*.

Non è ricercato, non viene invitato alle feste di compleanno.

Si arrabbia perché gli altri non fanno come lui comanda.

Detta le regole e poi le cambia a suo vantaggio.

Si impone.

E' quel bambino che poi viene escluso, evitato. Perché :

- **fa perdere la squadra,**
- **non rispetta le regole,**
- **è poco concludente,**
- **“fa prendere le punizione”,**

QUINDI .. MEGLIO NON AVERLO IN SQUADRA.



Alle prime uscite con gli amici, capita che venga criticato per come si veste, si pettina, perché ha gusti diversi da quelli degli altri.

I genitori cercano di sostenere la sua popolarità magari invitando amici a casa, organizzando le feste di compleanno per tutti, partecipando alle occasioni sociali... ma non sempre basta.



Relazioni insoddisfacenti con gruppo dei pari dipendono da una *mancata padronanza* delle ***abilità sociali***:

- Non saper individuare il timing per intervenire in un discorso, non sapere usare in situazione espressioni quali *mi scusi, per favore*, etc., non saper rispettare gli orari degli appuntamenti, gli spazi e le cose altrui, non saper accettare un *no* come risposta;
-

- 
- Non riuscire a mettersi nei panni dell'altro, a comprendere come l'altro si può sentire quando gli diciamo alcune cose, non capire che tutte le situazioni sono opportune per chiedere, che l'insistenza può essere controproducente, che il compagno può essere stanco di essere disturbato dal suo rumore...;
-



Non capire che le proprie condotte portano a conseguenze a breve e lungo termine: se ho distrutto il materiale di qualcuno non mi presteranno più le cose, avrò una punizione, una sospensione...(a seconda della gravità del danno fatto);

- **Non riuscire ad autoregolare le proprie emozioni: eccessiva euforia in caso di allegria, apparente indifferenza di fronte ad episodi tristi, tendenza ad attribuire tutto a se stesso (sentirsi sempre protagonista) e a non interessarsi di quanto accade se altri sono protagonisti;**
 - Non comprendere il significato della risposta verbale o non verbale dall'altro;
-

Le reazioni dell'ambiente scolastico agli alunni con ADHD

Spesso i docenti, preoccupati di evitare il rischio di diffusione per imitazione di condotte anomale all'interno della classe, adottano **giudizi svalutativi e colpevolizzanti** che determinano un **circolo vizioso negativo** attraverso una **reazione emotiva** determinante per il peggioramento delle condotte.

Le manifestazioni dell'ADHD

Le tre dimensioni dell'ADHD

L'ADHD è determinata da tre dimensioni:

1. Difficoltà cognitive: ~~DIS~~ATTENZIONE

2. Difficoltà motorie: IPERATTIVITA'

**3. Difficoltà comportamentali e relazionali:
IMPULSIVITA'**

Difficoltà cognitive: DISATTENZIONE

1. Difficoltà cognitive: DISATTENZIONE, per cui l'alunno/a:

- Commette errori di distrazione nei compiti o in altre attività
 - Ha difficoltà a mantenere l'attenzione su compiti ma anche su attività di gioco
 - Spesso non ascolta quando gli si parla
 - Non porta a termine i compiti e non segue le istruzioni
 - E' disorganizzato
-

Difficoltà cognitiva: DISATTENZIONE

- Evita o prova avversione verso compiti che prevedono impegno mentale protratto
 - Perde gli oggetti
 - E' facilmente distratto da stimoli esterni
 - E' sbadato nelle attività quotidiane
-

Difficoltà motorie: IPERATTIVITA'

2. Difficoltà motorie: IPERATTIVITA', per cui l'alunno/a:

- Si muove continuamente sulla sedia
 - Si alza dalla sedia quando non dovrebbe
 - Si muove eccessivamente in situazioni in cui è fuori luogo
 - Ha difficoltà a giocare o a dedicarsi a divertimenti in modo tranquillo
 - E' continuamente sotto pressione o agisce *come se avesse un motore*
 - Parla troppo
-

Difficoltà comportamentali e relazionali

3. Difficoltà comportamentali e relazionali: IMPULSIVITA', per cui l'alunno/a:

- Lancia le risposte prima che le domande siano completate
 - Ha difficoltà ad attendere il proprio turno
 - E' spesso invadente con gli altri o li interrompe nei giochi o nelle conversazioni
-

Tipologie

Queste **tre dimensioni** possono essere presenti in misura diversa.

A seconda che prevalga l'una o l'altra dimensione si possono distinguere:

1. forme con *prevalenza di deficit sull'attenzione*,
 2. forme con *prevalenza di deficit* sul versante del *controllo motorio*,
 3. *forme miste* che sono le più frequenti.
-

Come determinare la presenza del disturbo

Per poter determinare la presenza del disturbo:

- Queste dimensioni o “**tratti cardine**”:

1. devono **essere più gravi** di quelli rilevati nei bambini di quell’età o più gravi rispetto a quelli attesi in quello stadio di sviluppo;

2. devono esser presenti in **diversi contesti** (se sono presenti in un solo contesto, è ragionevole pensare che i problemi siano legati a “**quel**” contesto); e **creare problemi** nella gestione della vita quotidiana.

Come determinare la presenza del disturbo

□ L'**insorgenza** deve esser precoce: *prima dei sette anni d'età*, quindi il disturbo deve rivelare i suoi primi segnali prima di tutto alla scuola dell'infanzia, anche se si rende evidente nel periodo della scuola primaria, con “**punte**” di massima frequenza intorno ai dieci anni di età.

Osservazione comportamentale

E' importante l'osservazione in **contesti diversi** del comportamento del bambino o del ragazzo: ci sono contesti che lo rendono **più o meno evidente**:

L'ADHD può non essere evidente:

In situazioni altamente strutturate

- | In situazioni nuove
 - | Quando il bambino o ragazzo è impegnato in attività interessanti
 - | Quando è seguito individualmente
 - | In un contesto controllato e sorvegliato
 - | Quando vengono elargite frequenti ricompense contingenti
-

Osservazione comportamentale

E' importante l'osservazione in **contesti diversi** del comportamento del bambino o del ragazzo: ci sono contesti che lo rendono **più o meno evidente**:

L'ADHD può non essere evidente:

L'ADHD peggiora particolarmente

- } In situazioni non strutturate
 - } Durante attività ripetitive
 - } In situazioni noiose
 - } In presenza di molte distrazioni
 - } Con sorveglianza minima
 - } Quando si richiede attenzione sostenuta o sforzo cognitivo
-

Le funzioni esecutive e l'attenzione

Per raggiungere un **obiettivo nello studio o nel gioco**, occorre essere in grado di **coordinare una serie di attività e funzioni cognitive**, che:

- a. assicurano **flessibilità al nostro comportamento**,
 - b. permettono la **distribuzione delle risorse attentive**,
 - c. permettono di **coordinare le sequenze delle varie azioni**,
 - d. permettono di **effettuare il passaggio da un compito all'altro**, al momento giusto.
-

Regioni anteriori del cervello

Tali abilità sono chiamate *funzioni esecutive* e sono controllate dalle *regioni anteriori del cervello*.

E' qui che opera l'**attenta regia**, capace di:

1.inibire,

2.attivare,

3.coordinatione i diversi comportamenti, finalizzati al raggiungimento di uno scopo.

L'attenzione

E' nel corso della scuola primaria che il bambino interiorizza via via queste capacità, a partire dai *sette anni* di età, giungendo a modulare anche le proprie emozioni e divenendo capace di posporre o modificare le reazioni ad un evento distraente, autoregolandosi.

L'attenzione

L'*attenzione* è richiesta per qualunque compito o attività.

Specifiche regioni del cervello sovrintendono al controllo dell'attenzione: le **aree della corteccia prefrontale** controllano la scelta tra diversi possibili comportamenti, mantenendo un *focus* attentivo su alcuni stimoli ed inibendo le risposte ad altri.

Esistono diversi tipi di attenzione:

- ***attenzione sostenuta*** (mantenere il focus a lungo su stimoli anche monotoni, es. *ascoltare un discorso lungo e noioso, sforzandosi attivamente*);
 - ***attenzione selettiva*** (mantenere il focus su stimoli rilevanti e opporre resistenza ai distraenti, es. *ascoltare la maestra e ignorare le chiacchiere dei compagni*);
-

Esistono diversi tipi di attenzione:

- *attenzione divisa* (mantenere un focus attentivo parallelo su due compiti es. *ascoltare e prendere appunti*);
 - *shift di attenzione* (spostare il focus attentivo da un compito all'altro, come fa ad esempio l'insegnante che, mentre sta spiegando , *si interrompe momentaneamente per rispondere ad una domanda, quindi "riprende il filo" del discorso precedente*).
-



Quando si attivano i processi attentivi, più o meno tutti i tipi diversi di attenzione vengono sollecitati.

Però, **nei bambini e nei ragazzi ADHD**, qualcosa non va per il verso giusto e *non si inibiscono*:

1. né le **risposte comportamentali**,

1. né le **risposte cognitive** che in quel momento sono *disfunzionali*.



I bambini e i ragazzi ADHD continuano a reagire a tutta la gamma di **stimoli interni**:

1. pensieri improvvisi,
2. sensazioni

e **stimoli esterni**, che fluiscono nell'ambiente.

1. una mosca che passa,
 2. un lampo di luce,
 3. la parola di un compagno colta al volo.
-

Inattenzione dell'alunno ADHD

Paradossalmente quindi, il ragazzo ADHD non è **disattento**, è **troppo attento** a tutto.

Il termine più adatto per definire questa condizione, quindi, non è tanto *disattenzione* quanto *inattenzione*.

Localizzazione neurologica dei problemi dei bambini e ragazzi ADHD

Le *aree cerebrali frontali*, le più evolute dell'essere umano sono collegate al *sistema limbico* (sede delle emozioni) e controllano:

l'attenzione e l'organizzazione delle condotte,

la memoria a breve termine (soprattutto visuo-spaziale).

In queste aree sono localizzati i problemi dei bambini e ragazzi ADHD.

.

Le conseguenze dei problemi di attenzione e organizzazione sui compiti scolastici

I bambini e i ragazzi ADHD, in ragione delle caratteristiche del loro “*funzionamento*”, falliscono particolarmente:

- Quando i compiti sono lunghi (e bisogna inibire le distrazioni, concentrarsi...);
- Quando occorre stare attenti su più versanti (es. ascoltare l’insegnante e scrivere, leggere e fare schemi...);
- Quando occorre comprendere un testo scritto e selezionare le informazioni essenziali;

Le conseguenze dei problemi di attenzione e organizzazione sui compiti scolastici

- Nelle **produzioni scritte**, a causa delle difficoltà di pianificazione ed organizzazione;
 - Nello **studio** di materiale, **da esporre oralmente** per:
 - a. cattiva gestione del tempo,**
 - b. mancanza di sistematicità e di metodo di studio;**
 - Nella **risoluzione dei problemi matematici** per:
 - a. difficoltà di rappresentazione cognitiva dello schema di soluzione.**
-

Giochi e sport di squadra

Anche le *attività organizzate*, come i giochi o gli sport di squadra, rappresentano un problema, attribuibile:

a. alle scarse abilità di *problem solving*,

a. alle scarse abilità di **pianificazione**,

a. al **deficit attentivo**.

Difficoltà ad inibire le risposte automatiche

Il bambino o ragazzo ADHD ha marcate **difficoltà ad inibire le risposte automatiche**, cioè quelle che istintivamente tendiamo a mettere in atto prima di riflettere su quale sia la migliore.

Ne consegue che necessitano di:

□ attività altamente *strutturate* ed organizzate, dove ci siano chiari stimoli che indichino quale comportamento mettere in atto:

1. quando cominciare il compito,
 2. come portare a termine il compito.
-



Infatti è osservazione comune rilevare come **i problemi** del bambino o ragazzo ADHD **siano più seri** quando le **attività e/o gli spazi sono meno strutturati**:

- 1.intervallo,**
 - 2.palestra,**
 - 3.mensa,**
 - 4.momenti liberi.**
-

Essere essenziali e sintetici

Proprio perché l'attenzione è faticosa, occorre essere essenziali e sintetici nelle comunicazioni con i bambini e i ragazzi ADHD: la percezione contemporanea di più stimoli comporta un impegno di attenzione su tutti gli stimoli presenti!

Mentre l'insegnante parla, l'alunno:

- 1.guarda dalla finestra,**
- 2.guarda i cartelloni,**
- 3.ascolta il bisbiglio del vicino,**
- 4.non seleziona le informazioni utili dalle superflue o inutili.**

Anche nei richiami, quindi *poche parole essenziali*, non gran discorsi!

Gratificazioni

Tutti gli alunni sono motivati dalle **gratificazioni**.

un bel voto,

- i genitori contenti,
- i complimenti dell'insegnante,
- la stima dei compagni.

Gli allievi con ADHD:

*non hanno la capacità di differire nel tempo tali gratificazioni, necessitano di **frequenti e rapidi feedback** sul loro modo di comportarsi e di lavorare. Quindi: **ricompense semplici** (sia **tangibili**, come **figurine, stelline, caramelline** ... a seconda dell'età dell'alunno, che **sociali**, come: “*bravo, vedo che sei attento*”) e **tempestive**.*



Come intervenire sugli ADHD per migliorare la gestione della classe

Il training delle abilità sociali

Per intervenire sugli ADHD, in modo appropriato, e migliorare la gestione della classe, è necessario potenziarne le abilità sociali “insegnando” a scuola esplicitamente ciò che gli altri bambini e ragazzi apprendono spontaneamente anche in contesti extrascolastici.

Le abilità sociali, man mano che verranno apprese, verranno generalizzate e mantenute dall’ambiente stesso, nella misura in cui produrranno risultati positivi nella qualità della soddisfazione sociale del ragazzo.

Il training delle abilità sociali

Possiamo sintetizzare le **abilità sociali** da insegnare come segue:

Abilità di comprendere gli effetti del proprio comportamento sugli altri:

- imparare a capire come gli altri possono sentirsi in conseguenza ad un proprio comportamento
- pensare a quello che gli altri potrebbero dire o fare in seguito a un certo comportamento

• Abilità di ascoltare gli altri:

- stabilire un contatto oculare con chi sta parlando
 - ascoltare e saper dimostrare di aver capito
 - rispettare i tempi della comunicazione (ritmi dialogici)
-

Il training delle abilità sociali

Possiamo sintetizzare le **abilità sociali** da insegnare come segue:

Abilità a iniziare una conversazione:

- comprendere quando è il momento giusto per iniziare una conversazione
- decidere a chi parlare
- rimanere nell'argomento
- ascoltare quello che l'altro/altri dice/dicono

• Abilità a terminare una conversazione:

- Imparare a decidere perché è il momento di chiudere la conversazione
 - scegliere le parole per farlo, senza offendere
 - attendere che l'altro abbia finito di parlare
-

Il training delle abilità sociali

Possiamo sintetizzare le **abilità sociali** da insegnare come segue:

Abilità a chiedere qualcosa:

- saper fare domande, chiedere un favore
- saper decidere cosa chiedere, a chi chiederlo, individuare il momento giusto, formulare la richiesta in modo gentile

• Abilità a seguire istruzioni:

- saper ascoltare quello che viene detto
 - fare domande finché non si è certi di aver compreso
 - ripetere le istruzioni
-

Abilità di dividere/condividere con gli altri:

- imparare a individuare se si ha qualcosa che può essere condiviso
- decidere con chi condividere
- condividere in modo onesto senza pretendere qualcosa in cambio

• Abilità a comprendere il linguaggio non verbale:

- guardare in viso l'altro
 - capire come si sente osservando l'espressione del viso
 - prestare attenzione alla posizione del corpo e alla postura
-

Abilità di partecipare a un gioco:

- capire le regole e rispettarle
- aspettare il proprio turno
- accettare la sconfitta

• Abilità di proporre un'attività: (hanno idee buone! Ma le propongono in modo sbagliato...)

- imparare a decidere con chi può essere svolta l'attività
 - cosa dire nel proporla
 - quando dirlo
 - essere disposti ad arrivare ad un compromesso
-

- **Abilità di offrire il proprio aiuto:** (aiutare gli altri è un modo per avere degli amici)
 - Imparare a capire quando qualcuno ha bisogno di aiuto
 - Capire se l'altro vuole essere aiutato
 - Scegliere il momento adatto per offrire il proprio aiuto
 - Accettare la risposta dell'altro
 - **Abilità di ringraziare gli altri:**
 - Saper riconoscere quando ringraziare e il modo più adatto per farlo
 - **Abilità di fare un complimento:** (è utile per essere più simpatici).
 - Imparare a riconoscere la situazione adeguata per fare il complimento e sapere cosa dire, scegliere il momento più adeguato per farlo
 - **Abilità di scusarsi con qualcuno**
-