

Anna Maria Re e Renzo Sacchetto

ADHD

SCUOLA SECONDARIA
DI PRIMO GRADO

COSA
FARE
(e NON)

guida RAPIDA
per insegnanti

Erickson

✓ CONDIVIDETE REGOLE SEMPLICI



✓ GRATIFICATELO QUANDO
RISPETTA LE REGOLE

✗ NON RIMPROVERATELO ✗

Avete mai pensato alle strategie più efficaci per gestire un ragazzo o una ragazza con ADHD a scuola?



Questo libro, nello stile di un quaderno di Teacher Training, propone suggerimenti e indicazioni utili per affrontare con successo 15 comportamenti problema tipici del Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività.



Perché un ragazzo o una ragazza con ADHD hanno bisogni specifici, ma NON sono persone problematiche.



illustrazioni
CARCIOFO
CONTENTO



€ 16,50



9 788859 1037569

www.erickson.it

INDICE

PRESENTAZIONE	5
INTRODUZIONE	7

Disattenzione

<small>CAPITOLO</small> 1 SI LASCIA DISTRARRE <i>facilmente</i>	22
<small>CAPITOLO</small> 2 NON FINISCE <i>il lavoro</i>	28
<small>CAPITOLO</small> 3 EVITA ATTIVITA' <i>che richiedono sforzo cognitivo</i>	34
<small>CAPITOLO</small> 4 DIMENTICA A CASA <i>i materiali scolastici</i>	42
<small>CAPITOLO</small> 5 NON PRESTA ATTENZIONE <i>alla lezione</i>	50

Iperattività

<small>CAPITOLO</small> 6 SI ALLONTANA DAL BANCO <i>con ogni scusa possibile</i>	58
<small>CAPITOLO</small> 7 CHIEDE CONTINUAMENTE <i>di uscire dalla classe</i>	64

8	CHIACCHIERA ECESSIVAMENTE <i>con i compagni</i>	70
9	GIOCHICCHIA IN CONTINUAZIONE <i>con qualsiasi oggetto</i>	76
10	PREFERISCE ATTIVITÀ DI MOVIMENTO <i>a</i> <i>quelle tranquille</i>	82

Impulsività

11	HA DIFFICOLTÀ A RISPETTARE <i>il proprio</i> <i>turno di parola</i>	90
12	NON PREVEDE LE CONSEGUENZE <i>del</i> <i>proprio comportamento</i>	96
13	NON RIESCE A EVITARE <i>le situazioni pericolose</i>	104
14	HA DIFFICOLTÀ A GESTIRE <i>le emozioni</i>	110
15	FATICA A ORGANIZZARE <i>le proprie attività</i>	116
	CONCLUSIONI	125

PRESENTAZIONE

Cari insegnanti,

questo libro vuole avere l'ambizioso scopo di offrire un vademecum per chi insegna nella scuola secondaria di primo grado e incontra uno studente con ADHD nella propria classe. È il frutto dell'unione di due saperi, rappresentati dai due autori: da una parte il mondo della psicologia che studia i fenomeni psichici e cognitivi che sono alla base del disturbo e sulla base dei quali promulga le linee-guida per l'intervento nei vari contesti di vita; dall'altra l'esperienza e la conoscenza di un professore della scuola secondaria di primo grado, specializzato sull'ADHD grazie a un master universitario, che traduce in termini operativi e adatti a questa particolare fascia d'età le indicazioni teoriche. Con questo connubio speriamo di essere riusciti a trasmettervi dei consigli operativi utili e facilmente spendibili nella quotidianità e di aver reso chiari quali sono i meccanismi psichici alla base di tali tecniche operative.

L'ADHD è un disturbo insidioso, poiché presenta diversi risvolti e diverse comorbidità. Non troverete mai due ragazzini con ADHD identici: ognuno cresce con il proprio disturbo, fa esperienze di vita diverse e quindi manifesta l'ADHD in maniera differente. In questo volume abbiamo scritto delle considerazioni che valgono per un ragazzo con ADHD «da manuale» che non coinciderà mai perfettamente con il ragazzo che avete in classe. Sta a voi e alla vostra sensibilità riuscire a adattare alla realtà che vivete quotidianamente quanto scritto in questo libro.

Speriamo che questo lavoro possa essere uno strumento utile per conoscere meglio il mondo dell'ADHD e per affrontarlo nel migliore dei modi insieme al vostro alunno o alla vostra alunna.

Presentazione

Desideriamo ringraziare la prof.ssa Lorenza Grasso per il supporto e i preziosi suggerimenti.



CAPITOLO
10

PREFERISCE ATTIVITÀ DI MOVIMENTO *a* *quelle tranquille*



PERCHE' FA COSI'?

Perché è una manifestazione dell'iperattività.

Perché è un'esplosione di energia.

Perché si entusiasma facilmente.

COSA FARE

- ✓ Create delle attività di gruppo in modo che possa esercitare le sue competenze sociali
- ✓ Date dei compiti per casa da svolgere in gruppo
- ✓ Analizzate insieme a lui delle situazioni sociali andate male
- ✓ Provate a trovare un segnale condiviso per indicargli quando sta esagerando

COSA NON FARE

- ✗ NON punitelo se non va d'accordo con qualche compagno (il rifiuto sociale è una punizione già abbastanza onerosa)
- ✗ NON ironizzate su di lui di fronte alla classe per i suoi inadeguati comportamenti sociali
- ✗ NON sottovalutate la sua sensibilità

Preferisce attività di movimento a quelle tranquille

Cosa tenere a mente

L'aspetto forse più macroscopico dell'iperattività nei ragazzi è la loro iperattività. È tipico vederli correre e quasi mai camminare, saltare, arrampicarsi dappertutto. Come abbiamo più volte scritto, l'iperattività cambia manifestazione con la crescita, ma questo comunque non significa che scompaia. Per un ragazzo con ADHD sarà sempre difficile rimanere seduto a lungo. Per lui sarà sempre difficile dedicarsi ad attività tranquille e preferirà attività che permettano il movimento e non la staticità. Anche nelle scelte delle attività non prettamente scolastiche, preferirà attività di movimento, per cui, ad esempio, difficilmente troverete un ragazzo con ADHD che ama fare i puzzle. Molto probabilmente amerà dei giochi o delle attività che possono non essere consoni al contesto. Può essere molto «fisico» nei giochi fino a sembrare infantile. Ovviamente, questo modo di comportarsi può avere delle ripercussioni nelle relazioni con i coetanei, che possono trovarlo immaturo, inadeguato e persino fastidioso.

Inoltre, l'idea che l'iperattività possa favorire questi ragazzi nell'attività sportiva non è del tutto fondata. Anche negli sport, infatti, ci sono delle regole e dei ruoli da rispettare. Specie negli sport di squadra dove è importante cooperare, seguire le istruzioni dell'allenatore, rimanere concentrati sull'obiettivo. L'ADHD, ancora una volta, non aiuta. Come abbiamo scritto nell'introduzione, l'iperattività è caratterizzata da un'adeguata e finalistica attività motoria. Anche negli sport, quindi, i ragazzi con ADHD di solito non eccellono, ma incontrano difficoltà del tutto simili a quelle che incontrano a scuola. Negli sport di squadra gli allenatori si lamentano che non seguono le indicazioni che vengono date loro,

Preferisce attività di movimento a quelle tranquille

cooperano poco e vogliono giocare secondo le proprie regole e non quelle del gioco. Negli sport individuali, d'altro canto, non si impegnano magari perché li trovano noiosi. Ad esempio, nel nuoto spesso si divertono a fare i tuffi o a giocare, piuttosto che eseguire gli esercizi che vengono loro assegnati.

Come intervenire

In questo caso, la conseguenza principale di questo aspetto del disturbo incide prevalentemente sulle relazioni con i pari. Il comportamento del ragazzo con ADHD può essere interpretato come esagerato, invadente, a tratti molesto. Non sempre, infatti, questi ragazzi godono della stima e delle simpatie dei compagni, ma vengono percepiti come «strani» e sopra le righe. Oppure possono essere considerati infantili e immaturi e per questo motivo vengono esclusi dalle attività di gruppo.

Non potete certamente intervenire in maniera diretta nelle conversazioni o nei momenti ludici con i compagni, ma potete creare delle situazioni anche in classe in cui è necessario cooperare per raggiungere un obiettivo di apprendimento. Potete provare, ad esempio, a svolgere dei lavori di gruppo, creando dei gruppi ben bilanciati, in modo che nel lavoro cooperativo il ragazzo con ADHD possa esercitarsi anche nelle competenze sociali. Se il gruppo che avete creato lavora bene, potete provare a dare dei lavori di gruppo anche da fare a casa. Ad esempio, potete dare un tema da sviluppare in maniera creativa



Preferisce attività di movimento a quelle tranquille

con un cartellone oppure un plastico da fare come compito per casa. In questo modo il gruppo dovrà ritrovarsi in orario extra-scolastico e imparare a collaborare anche in un contesto meno strutturato.



Lavorare in gruppo non sarà la soluzione di questa tipologia di problemi. Sicuramente potranno presentarsi delle difficoltà. Ad esempio, il ragazzo con ADHD potrebbe fare fatica a seguire il lavoro, cercare di scherzare e di disturbare il lavoro degli altri. Potete però sfruttare queste occasioni per spiegare al ragazzo (in un colloquio privato) che alcune volte il suo comportamento può risultare inopportuno e per questo motivo a volte i compagni preferiscono non coinvolgerlo. Potete stabilire con lui un segnale che gli faccia capire quando sta esagerando e che deve mettere in atto delle strategie per calmarsi o recuperare la concentrazione. Anche allontanarsi dal gruppo per qualche minuto può essere utile. Analizzate insieme a lui la situazione che si era venuta a creare e per cui siete dovuti intervenire. In questo modo gli darete, in maniera discreta, un feedback sul suo comportamento che gli servirà a comprendere meglio i segnali provenienti dal contesto e a comportarsi di conseguenza.

Non dimenticare che...

Non in tutti gli sport i ragazzi con ADHD vanno male. Anche in questo caso è utile scegliere uno sport che sia ben strutturato, con regole chiare e precise. Contrariamente a quanto si potrebbe pensare, sport come il karate e, più in generale, le arti marziali riscuotono un certo successo tra i bambini e i ragazzi con ADHD, grazie alla disciplina che impongono e quindi alla presenza di rego-

Preferisce attività di movimento a quelle tranquille

le precise che spiegano cosa è lecito fare e cosa no. Tra gli sport di squadra il **rugby** sembra funzionare bene. In questo sport i ruoli e gli schemi di gioco sono ben definiti, senza lasciare troppo spazio alle azioni del singolo giocatore. La collaborazione di ogni membro della squadra, con il suo ruolo ben preciso, contribuisce alla vittoria.

Questi sono solo un paio di esempi. Ovviamente la passione verso uno sport è sicuramente l'arma principale per far funzionare le cose. Ma se il ragazzo deve ancora trovare lo sport che fa per lui, fargli provare qualcosa che sia ben strutturato (e magari non molto pericoloso, visto la loro tendenza ad azioni spericolate) potrebbe essere la strada giusta.

