

## **ESEMPIO 6.5**

### **Costruire una programmazione individualizzata per BES - ADHD non certificato**

Sul piano del miglioramento della personalizzazione dell'intervento didattico un ruolo fondamentale è svolto dalla scelta delle strategie da adottare in relazione alle diverse problematichità.

#### ***ADHD non certificato***

*Parola chiave Routine, in quanto contribuisce a rinforzare l'autoregolazione esterna*

Esempi di routine nella classe:

- ✓ Regolare e pianificare tutte le attività scolastiche iniziando dall'ingresso in classe a un'ora fissa, valido per tutti gli alunni insieme;
- ✓ Controllo della presenza di tutto il materiale occorrente per le attività;
- ✓ Presentazione delle attività previste nell'ora o nella giornata, comprensiva dei tempi di lavoro. Sarebbe preferibile che il planning della giornata venga trascritto chiaramente su un supporto, tipo es. lavagna, cartelloni. L'elenco dovrà restare a disposizione dello studente durante tutta la giornata scolastica, ma ogni attività eseguita sarà cancellata dall'elenco o staccata dalla superficie; sarebbe bene avere un grande orologio alle spalle dei bambini ai fini dell'autoregolazione. Questa strategia è a vantaggio dell'intera classe;
- ✓ Attività durante la ricreazione o in palestra stabilite a priori;
- ✓ Dettatura dei compiti a un orario stabilito;
- ✓ Routine di saluto e di uscita a fine lezione.

#### **STRATEGIE COMPORTAMENTALI**

Svolgimento dei lavori

Task analysis:

Prima di fare un compito far scrivere alla lavagna tutti i passaggi per favorire l'autoregolazione. In particolare, ricordare che i bambini ADHD hanno difficoltà di organizzazione e pianificazione che rendono difficile la produzione di idee, organizzare i concetti e scriverli. Molte ricerche hanno dimostrato che utilizzare uno schema-guida durante la scrittura spontanea consente di concentrare l'attenzione non solo sulla produzione, ma anche sugli aspetti ortografici, favorendo una riduzione degli errori. Per quanto riguarda la scrittura considerare inoltre che i bambini ADHD hanno una grafia poco leggibile e peggiore rispetto ai coetanei e che gli errori più frequenti riguardano l'uso delle doppie e degli accenti.

**RINFORZO POSITIVO SISTEMATICO** Il rinforzo, ossia la conseguenza del comportamento che consolida il comportamento stesso deve essere positivo e sistematico.

Il rinforzo positivo, presuppone le seguenti fasi:

- Individuare il comportamento che s'intende consolidare e far acquisire allo studente;
- Incoraggiare tale comportamento attraverso una ricompensa gradita allo studente;
- Rendere sistematico il rinforzo positivo e creare più situazioni possibili per il verificarsi del comportamento che s'intende rinforzare;
- Ignorare sistematicamente il comportamento problema, in modo tale che lo studente comprenda che al suo comportamento problema non corrisponde nessuna conseguenza (rinforzo negativo);

Per garantire il successo di tale strategie è fondamentale:

- Evitare giudizi svalutativi e rimproveri per la mancata attenzione, ma concordare con i bambini (in segreto rispetto ai compagni) un segnale da emettere per richiamarne l'attenzione.
- I rimproveri, se necessari, devono essere centrati sul comportamento, devono descri-

vere il comportamento indesiderabile, spiegare il motivo per cui è ritenuto indesiderabile e suggerire un comportamento alternativo.

### **STRATEGIE DIDATTICHE**

- Durante la spiegazione dei diversi argomenti far sottolineare agli studenti gli argomenti principali, i quali andranno evidenziati anche modificando il tono di voce e aiutandosi con la mimica, in modo da favorire nello studente l'autoregolazione sulle tematiche che il docente ritiene più importanti.
- Durante le lezioni, seguire l'ordine delle attività stabilite all'inizio della mattina, alternare compiti attivi a compiti passivi (di puro ascolto), usare tempi di lavoro brevi, strutturare il più possibile i compiti e rendere esplicite le procedure, presentare gli argomenti in modo stimolante magari facendo delle domande, abituando gli studenti a prevedere cosa accadrà dopo, ... o cosa accadrà in base al titolo, abituarli a guardare le figure e a immaginare cosa accadrà ..., ripetere più volte le informazioni importanti e presentarle con diverse modalità sensoriali (visive, uditive, tattili e per iscritto).
- Prima di iniziare a lavorare, è utile far rileggere a un alunno la consegna, chiedendogli anche di dire a parole proprie cosa bisogna fare. Può essere efficace anche la sottolineatura con un pennarello colorato, guidata dall'insegnante, delle parti salienti delle istruzioni
- Monitorare la tenuta attentiva media dei bambini con difficoltà attentive. Suddividere i compiti lunghi con brevi pause, permettendogli di "ricaricarsi" quando hanno esaurito le proprie risorse per la concentrazione. Durante la pausa sarebbe preferibile assegnare loro dei piccoli compiti che li giustifichino ad alzarsi e camminare un po' (es: andare a fare una fotocopia o annaffiare una piantina fuori o nella classe o consentirgli di andare fuori a rilassarsi un po'). Con l'esercizio sarà possibile ampliare gradualmente i tempi di lavoro, allenando i bambini a mantenersi concentrati su un'attività per periodi sempre più ampi. Durante le pause si possono proporre anche delle semplici attività che consentiranno di muovere il corpo e far lavorare i muscoli.

### **STRATEGIE METACOGNITIVE**

Nell'ambito delle strategie metacognitive possiamo segnalare una specifica modalità, che permette allo studente di comprendere le modalità sottese al suo processo di apprendimento e valutazione. Ad esempio I contratti contingenza si fondano sul concetto di rinforzo specifico e si inquadra all'interno delle tecniche di autocontrollo. L'obiettivo è quello di incrementare la frequenza di emissione di comportamenti adeguati e nel contempo diminuire quella dei comportamenti inadeguati. Si procede elaborando un patto o un accordo in cui è previsto, tra due o più contraenti, un interscambio tra comportamenti e conseguenze.

Si può attuare anche una **TECNICA DELL'AUTOMONITORAGGIO ATTENTIVO**: la tecnica va utilizzata ogni giorno per due ore al giorno (è preferibile variare le ore, quindi un giorno in prima mattinata, un giorno nelle due ore centrali, un giorno nelle ultime due ore,...). Lo studente e l'insegnante dispongono di due strisce di carta, ogni striscia è divisa in 6 intervalli da 10 minuti ciascuno. Per ogni intervallo sono indicati due tipi di risposta: SI e NO. Al termine di ogni intervallo l'insegnante emetterà un segnale (che conoscono solo lei e lo studente interessato) e sia lo studente, sia l'insegnante, dovranno indicare SI se lo studente in quel momento era attento e NO se lo studente non era attento. Alla fine delle due ore l'insegnante confronterà le sue risposte con quelle dello studente se almeno 8 risposte su 12 corrisponderanno (indipendentemente dal tipo di risposta), il studente riceverà un piccolo premio (rinforzo tangibile) o un gettone da accumulare per ottenere un premio (rinforzo simbolico). Tale procedimento permette sul lungo periodo di aumentare l'attenzione e di comprendere come poter migliorare l'attenzione durante le diverse fasi della giornata monitorate.

### **STRATEGIE LEGATE ALL'USO DEGLI AIUTI**

- ✓ Creazione di spazi facilitanti.
- ✓ Utilizzazione degli spazi e delle attrezzature.
- ✓ Modifiche del contesto classe: eliminare i cartelloni non fondamentali, eliminare il disordine nei vari spazi, creare delle ante agli scaffali, tenere chiusi gli armadietti. Evitare rumori forti e prolungati e far aerare regolarmente l'aula.
- ✓ Per la disposizione dei banchi, evitare di assegnare ai bambini con difficoltà attentive un posto che sia vicino a eventuali fonti di distrazione (porte o finestre,...) o a compagni eccessivamente irrequieti.
- ✓ Meglio individuare un posto che sia ben visibile dalla cattedra (per favorire lo scambio di sguardo tra l'insegnante e lo studente) e facilmente raggiungibile.

### **ALLEANZA PSICOEDUCATIVA**

Tale strategia è fondamentale con i comportamenti-problema, soprattutto quelli di comportamento e iperattività. L'alleanza psicoeducativa deve essere intesa a 360 gradi, con l'allievo, per comprendere le ragioni del suo comportamento problema, in modo da allearsi con i suoi bisogni espressi in maniera difficoltosa. Occorre allearsi con tutte le persone di riferimento e coinvolte nel suo percorso di educazione, in modo da condividere e attuare strategie comuni di intervento comportamentali.