

VADEMECUM



ADHD

(Acronimo inglese per Attention-Deficit Hyperactivity Disorder)

Disturbo da Deficit dell'Attenzione e Iperattività

NORMATIVA

Gli studenti affetti da ADHD possono essere:

1. **Certificati ai sensi della legge 104** (solitamente ciò accade quando il disturbo da solo o associato ad altri – esempio: depressione – in concreto comporta gravi problemi a livello scolastico);
2. **Diagnosticati come affetti da ADHD ma non con certificazione di disabilità ai sensi della legge 104** (solitamente ciò accade quando il disturbo comporta problemi relativamente poco gravi);
3. **Non diagnosticati come disabili in fase di certificazione o comunque come affetti da ADHD** (solitamente ciò accade per situazioni borderline o nelle prime fasi di insorgenza del disturbo).

Come comportarsi nei tre casi:

- Se vi è **certificazione ai sensi della legge 104** vi deve essere **intervento di sostegno e quindi un PEI**;
- se, invece, vi è **diagnosi di ADHD ma non in termini di disabilità** il consiglio di classe deve pronunciarsi sulla qualificazione del ragazzo come BES con conseguente programmazione individualizzata; ordinariamente, si noti, considerate le direttive ministeriali **la diagnosi dovrebbe portare alla qualificazione dell'alunno come BES**;
- se, infine, **non vi è certificazione** ma si riscontrano sintomi probabili di ADHD con conseguenti problematiche a livello scolastico, fermo restando che la diagnosi non può che essere effettuata da specialisti è opportuno sviluppare, in collaborazione con la famiglia, un **percorso che può comunque portare**, in attesa di eventuale certificazione, **alla individuazione del ragazzo come BES** da parte del C.d.c., con conseguente programmazione individualizzata.

ADHD: DESCRIZIONE

L'**ADHD** è un disturbo dello sviluppo neuropsichico del bambino e dell'adolescente che si manifesta in tutti i suoi contesti di vita, i cui sintomi cardine sono: **disturbo dell'attenzione, impulsività e iperattività**.

Il **disturbo dell'attenzione** comprende:

- deficit di attenzione focale e sostenuta
- facile distraibilità, anche con stimoli banali
- ridotte capacità esecutive nei compiti scolastici, nelle attività quotidiane, nel gioco e nello sport
- difficoltà nel seguire un discorso
- tendenza ad interrompere attività iniziate
- tendenza ad evitare attività che richiedono sforzo cognitivo.

A livello di **sintomi l'iperattività** si manifesta come:

- incapacità di stare fermi
- attività motoria incongrua e non finalistica
- gioco rumoroso e disorganizzato
- eccessive verbalizzazioni
- ridotte possibilità di inibizione motoria.

A livello di **sintomi l'impulsività** si manifesta come:

- difficoltà di controllo comportamentale
- incapacità di inibire le risposte automatiche
- scarsa capacità di riflessione
- difficoltà a rispettare il proprio turno
- tendenza a interrompere gli altri
- incapacità di prevedere le conseguenze di un'azione
- incapacità di evitare situazioni pericolose.

CHE COSA PUÒ OSSERVARE UN DOCENTE IN CLASSE

Le tipologie di Disturbo da Deficit dell'Attenzione e Iperattività possono essere di diverso genere.

Se la diagnosi è prevalentemente caratterizzata da **DISTURBO DELL'ATTENZIONE** si potrebbero osservare i seguenti comportamenti:

- spesso sbaglia nelle attività in classe perché non presta sufficiente attenzione ai dettagli,
- spesso ha difficoltà nel sostenere l'attenzione nei compiti;
- spesso sembra non ascoltare l'insegnante che parla direttamente con lui/lei, anche se, messo/a alla prova, può riuscire a recuperare le informazioni necessarie (ad esempio, riesce a recuperare il segno per continuare la lettura ad alta voce);
- spesso non segue tutte le istruzioni fornite in classe per portare a termine un'attività e, di conseguenza, può frequentemente non completare il proprio lavoro, interrompendosi senza saper come proseguire;
- spesso appare disordinato e disorganizzato, il suo banco è pieno di oggetti non necessari per l'attività che sta svolgendo;
- spesso si rifiuta di svolgere o fugge da attività che richiedano di impegnarsi nel mantenere l'attenzione (ad esempio, leggere un brano di media lunghezza, risolvere un problema che richieda più passaggi, ecc.);
- spesso perde le proprie cose e quelle prestate da compagni/ insegnanti;
- in classe si distrae molto facilmente anche a causa di stimoli che gli altri compagni ignorano (ad esempio, piccoli rumori provenienti dall'esterno, rapidi e insignificanti passaggi di ragazzi davanti alla porta della classe, ecc.);
- capita spesso di notarlo seduto al banco come assente.

Se la diagnosi è prevalentemente caratterizzata da **IPERATTIVITÀ/IMPULSIVITÀ** si potrebbero osservare i seguenti comportamenti:

- spesso muove le mani sul banco, le gambe sotto il banco, il sedere sulla sedia (ad esempio: dita tamburellanti, piedi che si muovono in continuazione, dondolio sulla sedia, continui cambi di posizione, ecc.);
- spesso si alza dal proprio posto senza ragione e sembra faticare nel rimanere nella postazione assegnata dal docente;
- vaga continuamente per l'aula spostandosi quasi senza ragione da un centro di interesse a un altro (ad esempio, si avvicina alla finestra per vedere qualcosa, poi al compagno dell'ultima fila per raccontare qualcosa d'altro, poi alla cattedra per fare una domanda all'insegnante, poi all'armadio per prendere un oggetto), il tutto in situazioni che non richiederebbero spostamento alcuno;
- nell'intervallo non appare tranquillo, è come se non riuscisse a stare con gli altri;
- in classe si comporta come se non fosse in grado di contenersi e tranquillizzarsi;
- interviene in modo eccessivo e parla con i compagni e con l'insegnante anche quando non dovrebbe;
- risponde a qualsiasi domanda venga posta in aula anche se non rivolta direttamente a lui/lei;
- non sta in fila quando richiesto;
- non rispetta i turni di parola.

Che **cosa non fare** con il ragazzo ADHD prevalentemente **disattento**:

- **ripetere in continuazione «Stai attento»;**
- **insistere perché un compito venga interamente completato senza interruzioni o pause;**
- **Evitare novità per paura che si distraiga troppo.**

Che **cosa non fare** con il ragazzo ADHD prevalentemente **iperattivo**:

- **ripetere in continuazione «Stai fermo»;**
- **pretendere che stia sempre seduto quando gli altri lo sono;**
- **intervenire con ripetute punizioni, note, sanzioni;**
- **comminare sanzioni anche non disciplinari quali aumento dei compiti a casa, riduzione dei tempi di ricreazione, eliminazione dell'attività motoria, esclusione da incarichi nella scuola, dalla partecipazione alle gite ecc.**

Che **cosa dovrebbero fare** i docenti:

- predisporre l'ambiente nel quale è inserito lo studente con ADHD in modo tale da ridurre al minimo le fonti di distrazione;

in particolare con riguardo alla didattica:

- prevedere l'utilizzo di tecniche di documentata efficacia (es. aiuti visivi, introduzione di routine, tempi di lavoro brevi o con piccole pause);
- definire con tutti gli studenti poche e chiare regole (esempio: è possibile evitare l'interrogazione solo una volta giustificandosi);
- concordare con lo studente piccoli e realistici obiettivi didattici da raggiungere nel giro di qualche settimana;
- Portare il ragazzo a organizzare il proprio banco in modo da avere solo il materiale necessario per la lezione del momento;
- Indurre il ragazzo a occuparsi stabilmente della corretta scrittura dei compiti sul diario;
- incoraggiare l'uso di diagrammi di flusso, tracce, tabelle, parole chiave per favorire l'apprendimento e sviluppare la comunicazione e l'attenzione;
- favorire l'uso del computer e di enciclopedie multimediali, vocabolari su CD, ecc..;
- durante l'interrogazione assicurarsi che lo studente abbia ascoltato e riflettuto sulla domanda e incoraggiare una seconda risposta qualora tenda a rispondere frettolosamente;
- organizzare prove scritte suddivise in più parti e invitare lo studente a effettuare un accurato controllo del proprio compito prima di consegnarlo;
- comunicare chiaramente i tempi necessari per l'esecuzione del compito (tenendo conto che lo studente con ADHD può necessitare di tempi maggiori rispetto alla classe e può avere la tendenza a affrettare eccessivamente la conclusione);

- valutare gli elaborati scritti in base al contenuto, senza considerare esclusivamente gli errori di distrazione, valorizzando il prodotto e l'impegno piuttosto che la forma;

in particolare con riguardo ai comportamenti:

- definire con tutti gli studenti poche e chiare regole di comportamento da mantenere all'interno della classe (ad esempio: bisogna essere puntuali nel rientro in aula dopo l'intervallo);
- dare gratificazioni ravvicinate e frequenti (dopo aver compreso che tipo di lode o premio gratifica quel particolare studente). In particolare ricorrere alla lode come strumento utile a rinforzare i comportamenti positivi per sviluppare una propensione alla collaborazione; e anche ringraziare quando lo studente pone in essere comportamenti non ostacolanti per lui insoliti;
- prevedere ricompense che derivano direttamente dall'azione richiesta (ad esempio: se dimostri di saper stare all'interno del gruppo potrai essere "capitano" nel torneo) superando lo schema secondo cui il premio deriva invece da una "scelta" arbitraria del docente (se finisci la prova io ti offro una bibita). Tutto ciò in modo molto chiaro ossia prevedendo precisamente le "richieste" e le relative ricompense e scegliendo tra le richieste più rilevanti quelle per le quali pare più probabile che lo studente riesca a soddisfarle, così da avere un risultato positivo;
- richiedere comportamenti gradevoli per il ragazzo (superando la linea che porta troppo spesso a fare richieste che invece mirano a interrompere attività piacevoli) così da rinforzare i comportamenti di collaborazione;
- preferire la richiesta al comando, sempre per promuovere comportamenti di collaborazione

Notazioni a proposito della definizione dei piani personalizzati

Come si è detto in apertura, ordinariamente per lo studente con ADHD andrà predisposto un piano personalizzato (secondo i casi: PEI o PDP).

Nel piano andranno riprese, secondo le caratteristiche del singolo caso, le indicazioni di cui sopra.

Il piano dovrebbe essere preceduto, come di consueto, da un'attenta osservazione del caso. In particolare a questo proposito si sottolinea l'esigenza di un'**analisi dei comportamenti** più marcatamente **disfunzionali** che dovrebbe includere:

- **il contesto** nel quale tali comportamenti si manifestano (ossia i fattori che li determinano);
- **i comportamenti stessi descritti analiticamente;**
- **che cosa segue** a tali comportamenti – reazioni del docente, del gruppo classe ecc. – con le relative **conseguenze**

Tale analisi dovrebbe essere funzionale a sperimentare, secondo le indicazioni di cui sopra, **interventi sul contesto e sulle risposte** ai comportamenti disfunzionali per cercare di superare le criticità, nella consapevolezza del fatto che i progressi di uno studente con ADHD non possono che essere gradualità.

Rispetto a tali interventi, il piano personalizzato dovrebbe porsi da un lato come luogo di **recepimento** delle prime indicazioni specifiche emerse dall'analisi e dalla sperimentazione, e dall'altro come **punto di partenza** per ulteriori iniziative.