

Centro di riferimento Aziendale per la Diagnosi e Cura del Disturbo da Deficit
d'Attenzione con Iperattività

UOC NPIA Attività Territoriale
AUSL di Bologna

Disturbo da Deficit di Attenzione con Iperattività e didattica a distanza

A cura di: S. Chiodo, M. Condò, L. De Luca, L. Fusaro,
L. Gamberini, C. Grassilli, L. Massi



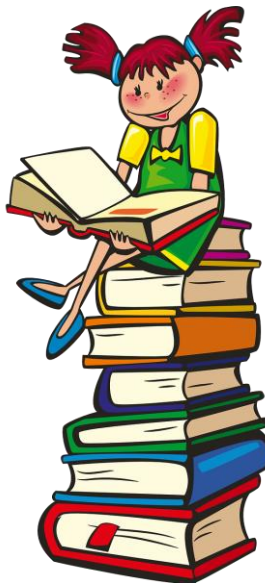
Raccomandazioni di base per la didattica a distanza

Lo stato di emergenza Covid-19 ha portato a grandi cambiamenti anche nella didattica, promuovendo, necessariamente, quella che si definisce “didattica a distanza”.

La *nota 388 del 17 marzo 2020* del Ministero dell’Istruzione, con oggetto “*Emergenza sanitaria da nuovo Coronavirus. Prime indicazioni operative per le attività didattiche a distanza*”, offre importanti spunti di riflessione in merito alla potenzialità degli strumenti tecnologici nel far fronte alle difficoltà di questo periodo.

Che cosa è cambiato?

- 1) Le distanze interpersonali e gli spazi relativi all’attività didattica
- 2) Le modalità comunicative e relazionali sia nel rapporto uno a uno, che nel rapporto tra i compagni e, infine, tra l’insegnante e il gruppo classe



Le criticità

- Non tutti gli alunni possono usufruire di un'adeguata tecnologia in ambito domestico per svariati motivi (ambientale, economico, culturale)
- Non tutti gli alunni si riescono ad adattare allo stesso modo a questo nuovo tipo di apprendimento, sia da un punto di vista pratico (uso della tecnologia) sia da un punto di vista emotivo relazionale (manca l'adulto che insegna attraverso la presenza fisica)
- Gli studenti con difficoltà di apprendimento e ADHD potrebbero riscontrare, infatti, maggiori criticità nell'organizzazione quotidiana dello studio a casa nella situazione attuale, rispetto a:
 - ✓ gestione dei tempi e delle pause
 - ✓ seguire una didattica personalizzata
 - ✓ accedere a contenuti adatti alle loro caratteristiche di apprendimento
 - ✓ ricevere feedback personalizzati che guidino il loro percorso di conoscenza

Lo spazio di studio

A differenza della scuola, in cui lo spazio di studio è uniforme e omogeneo per tutti, a casa ogni alunno vive la propria realtà.

Può essere importante, a tal proposito, tenere a mente alcuni basilari principi di **“IGIENE AMBIENTALE”** da ricordare ai bambini con ADHD o con DSA



Ad esempio:

- Scegliere uno **spazio** della casa che sia il più possibile **isolato e silenzioso**, non accessibile ad altri familiari durante lo studio o la lezione (**fratelli, sorelle**), se non alla persona preposta all'aiuto (qualora necessario)
- Accertarsi che la **TV ed altri dispositivi** siano **spenti**
- Ricordare di tenere la postazione del PC come se fosse il banco di scuola, **limitando la presenza di altri oggetti** (quaderni, matite o giochi) che possano distrarre il bambino

Le routine



In questo periodo diventa ancora più importante attivare routine, già presenti in ambito scolastico, per aumentare la prevedibilità e predisporre gli studenti a prepararsi alle attività che si presenteranno

Per esempio, durante ogni video-lezione potrebbe essere utile:

- 1) Iniziare con saluti (assicurandosi che ogni alunno abbia provveduto alla routine relativa alla cura personale) e appello
- 2) Comunicare alla classe l'organizzazione della lezione con relativi tempi (ad es. "dalle 10 alle 10.10 c'è questa attività, dalle 10.10 alle 10.30 faremo questo" etc.)
- 3) Prevedere brevi pause e strutturarne il tempo. La pausa, ad esempio, potrebbe essere utilizzata:
 - a. come tempo di chiacchiere tra gli alunni
 - b. per un gioco interattivo in piccoli gruppi
 - c. per l'ascolto di una canzone
 - d. per il racconto di un alunno della sua giornata in questo periodo (per dare tempo agli studenti di ricaricare le energie e magari staccare gli occhi dal video)
- 4) Terminare con l'assegnazione dei compiti (e relativi tempi di consegna)

Accorgimenti sulla didattica

E' importante non centrare l'attenzione solo sulla prestazione e sull'assegnazione dei compiti (es. esercizi), ma **promuovere e favorire sempre l'interazione Alunno-Docente attraverso un coinvolgimento attivo del ragazzo**

Ricordiamoci che **l'apprendimento passa attraverso la relazione, anche a distanza!**

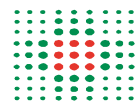
I tempi di attenzione cambiano a seconda dell'età degli alunni e sono condizionati ulteriormente dall'affaticamento della modalità on line: il video può stancare più facilmente e, pertanto, è fondamentale trovare **strategie per coinvolgere attivamente gli studenti e richiamare la loro attenzione**. Ad esempio:

- ✓ Porre una domanda interessante su cui si possa speculare
- ✓ Essere un po' "attori"
- ✓ Variare il tono della voce e creare aspettativa verso la lezione
- ✓ Dare segnali chiari come "ora aprite bene le orecchie!"
- ✓ Dare consegne con istruzioni semplici, brevi e comprese dallo studente
- ✓ Utilizzare il più possibile supporti visivi



Accorgimenti sulla didattica

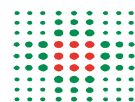
- **Definire in anticipo un orario settimanale di video lezione** o interazioni on line
- **Promuovere l'apprendimento cooperativo in piccoli gruppi virtuali** (su Skype o WhatsApp) per sollecitare la relazione e il dialogo tra gli studenti e limitare gli effetti psicologici dell'isolamento
- Prevedere una **personalizzazione del materiale da studiare e dei compiti da svolgere**, facendo riferimento agli strumenti compensativi e alle misure dispensative previste dal PDP, evitando il carico cognitivo
- **Ricordare ai bambini di mantenere il giusto equilibrio tra apprendimento, riposo e gioco, suggerendo loro la possibilità di frammentare i compiti ed alternarli** ad altre attività, all'interno di una routine giornaliera
- Qualora fosse possibile, fornire ai bambini **le informazioni circa la "richiesta di energie" dei singoli compiti**, in maniera da poterli aiutare ad organizzare al meglio le loro routine



Accorgimenti sulla didattica

E' **importante** ricordare che per gli alunni con difficoltà negli apprendimenti, sia di tipo specifico (DSA) che derivanti da altre condizioni di fragilità non configuranti un quadro di disabilità vera e propria (per es. ADHD o disturbi del comportamento) **bisogna garantire tutte le misure dispensative e compensative** già previste nei PDP, ma anche **valutare al meglio le richieste da proporre individualmente**, identificando le migliori strategie di facilitazione:

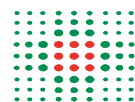
1. finestra di consegna compiti più flessibile
2. minor numero di esercizi
3. contatti personali con gli alunni in maggiore difficoltà





COMPITI A CASA

Strategie di didattica a distanza con alunni con ADHD



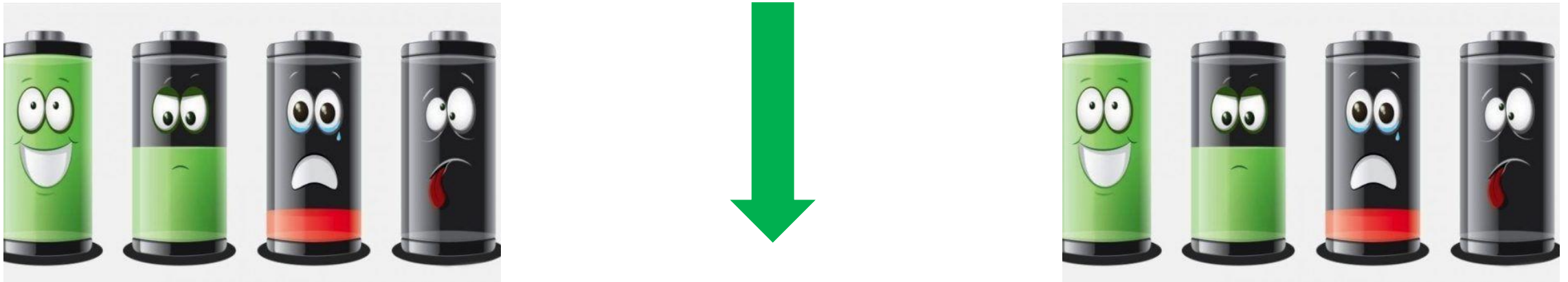
SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

Elaborare strategie

Spezzettare la consegna di compiti, permettendo al bambino di fare brevi pause
(il bambino può “ricaricarsi”)

Suggerire strategie per l'esecuzione dei compiti a casa,
variando l'attività al suo interno



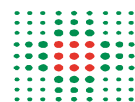
A questo proposito, si può indicare i presunti tempi di esecuzione e il livello di difficoltà di ciascuna fase del compito, suggerendo ai genitori l'eventuale impiego del timer (con possibilità di «deroghe»!)

Elaborare strategie

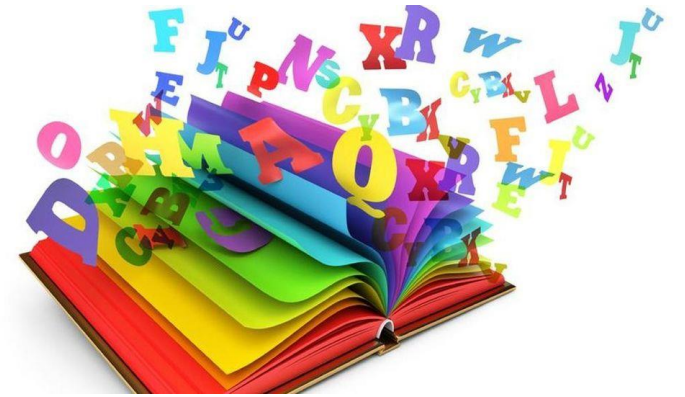


In matematica

- ✓ Un compito generalmente ripetitivo (es. svolgere delle operazioni) può essere ripartito in consegne che prevedono gruppi di 3-4 operazioni con pausa per la verifica e controllo
- ✓ Soluzione dei problemi: creare delle schede con domande guida per l'esecuzione dei diversi passaggi necessari alla risoluzione del problema
- ✓ Per problemi di geometria, qualora vi fossero delle difficoltà sul versante grafo-motorio o visuo-percettivo, predisporre la scheda con il disegno della figura già presente



Elaborare strategie



In italiano

Analisi logica: piuttosto che fornire un foglio con 10 frasi da analizzare, proporre una frase alla volta (importante per l'aspetto motivazionale)

Comprensione di un testo scritto: leggere un testo (15 minuti), sottolineare in rosso tutte le parole chiave (10 minuti) poi rispondere alle domande (15 minuti)

Elaborazione di un tema: generalmente il bambino esegue il tema facendo riferimento ad una sola parte del titolo oppure omette parte di quanto richiesto nelle istruzioni perché non ha letto fino in fondo la consegna. *Può essere importante, pertanto, durante la videolezione:*

- Far leggere la consegna ad un alunno e fargli spiegare con parole proprie cosa bisogna fare
- Far sottolineare con un pennarello colorato, guidati dall'insegnante, le parti salienti dell'istruzione
- Costruire con gli alunni un piano d'azione per punti, magari riportandolo per iscritto nel foglio del compito a casa

Linee guida per istruzioni “efficaci”

- ✓ Per ogni compito fornire le istruzioni nel modo più semplice possibile
- ✓ Quando le istruzioni sono complesse, cercare di creare un piano sequenziale
- ✓ Presentare le istruzioni sia per iscritto che verbalmente e lasciarle esposte durante il compito
- ✓ È utile fare un gioco di ruolo ed effettuare una dimostrazione di ciò che il bambino può fare quando non capisce totalmente le istruzioni



Esempi di consegne per i compiti a casa

- ✓ Fissa bene la fotocopia sul banco con dei pezzetti di scotch
- ✓ Leggi una domanda per volta
- ✓ Rispondi alla domanda appena letta
- ✓ Quando hai finito controlla!

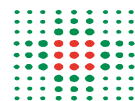
Esempio

COSA SI DICE:

“Leggi con attenzione il testo assegnato, poi rispondi alle domande riportate dopo la lettura. Attento, nel brano ci sono delle parole scritte in modo sbagliato: trovale e trascrivile nella tabella in fondo”

COSA SI POTREBBE FARE:

- *Leggere il testo*
- *Leggere le domande una alla volta cercando di rispondere e andando a rileggere quando è necessario*
- *Leggere il testo un'altra volta, dando poca importanza al significato ma facendo attenzione a come sono scritte le parole.*
- *Sottolineare le parole sbagliate, controllando che ci sia un errore*
- *Riportare le parole nella tabella*



Motivare i bambini al compito

- ❖ Rinforzare positivamente i bambini (lodarli verbalmente durante la videolezione). Utilizzare rinforzi verbali per chi presta attenzione tipo: “Gianni, tu hai ascoltato attentamente e hai dato la risposta giusta. Benissimo!!!” oppure “Sono veramente soddisfatta del modo in cui ognuno di voi ha iniziato a lavorare subito dopo che ho dato gli esercizi!!!” oppure “Apprezzo veramente il modo in cui ognuno di voi mi ha seguito mentre davo le indicazioni”
- ❖ Accettare che il bambino non capisca, che esprima frustrazione e chiedi aiuto
- ❖ Organizzare le attività in modo che ci sia un coinvolgimento attivo nei compiti, diminuendo la distraibilità
- ❖ Usare stimoli nuovi per facilitare l’attenzione. I bambini con ADHD spesso rispondono e agiscono diversamente da tutti gli altri di fronte a situazioni nuove e di sfida; le novità che possono suscitare una lieve ansia nei bambini senza disturbo, in loro possono essere benefiche

La disattenzione nella didattica a distanza: suggerimenti

- ✓ Definire con tutti gli studenti **poche e chiare regole** di comportamento da mantenere la videolezione
- ✓ Concordare con l'alunno piccoli e realistici **obiettivi didattici** da raggiungere nel giro di qualche settimana
- ✓ Allenare il bambino ad **organizzare il proprio banco** in modo da avere solo il materiale necessario per la lezione del momento
- ✓ Incoraggiare **l'uso di diagrammi di flusso, tracce, tabelle e parole chiave** per favorire l'apprendimento e sviluppare la comunicazione e l'attenzione
- ✓ Assicurarsi che, durante l'interrogazione, l'alunno 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** ad effettuare **un accurato controllo** del proprio compito prima di consegnarlo
- ✓ **Comunicare** chiaramente i **tempi** necessari per l'esecuzione del compito
- ✓ **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
- ✓ Le **gratificazioni** devono essere ravvicinate e frequenti

In sintesi...



- Seguire l'ordine degli argomenti dato ad inizio lezione
- Usare i tempi di lavoro predefiniti (non troppo lunghi)
- Presentare l'argomento in modo stimolante, con figure, audiovisivi, stimoli colorati, ponendo ai bambini degli interrogativi
- Ricordarsi che le domande rendono i bambini attivi, quindi più motivati (se fatte utilizzando i loro nomi catturano di certo l'attenzione)
- Strutturare il più possibile i compiti, rendendo esplicite le procedure utili per il loro svolgimento
- Usare un tono di voce variato e vivace
- Alternare i compiti attivi (che richiedono al bambino di agire) ai compiti passivi (ad esempio l'ascolto di una spiegazione)

Promuovere l'Autovalutazione

Per il bambino è importante acquisire la capacità di AUTOVALUTARSI in modo da migliorare la capacità di monitorare il proprio comportamento. A tal fine, al termine di ogni incontro, l'insegnante può valutare il rendimento del bambino e chiedergli di fare altrettanto.

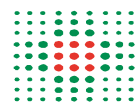
ESEMPIO



Ora puoi valutare il tuo lavoro di oggi. Scegli il punteggio che ti attribuisce e confronta la tua valutazione con quella del tuo insegnante.

Guadagni:

- un gettone se hai scelto lo stesso punteggio del tuo insegnante
- mezzo gettone se il tuo punteggio è superiore o inferiore di uno a quello del tuo insegnante



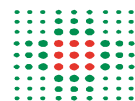
Uso dei rinforzi

È importante rinforzare e premiare i comportamenti positivi non appena si verificano

- Utilizzare rinforzi già presenti e il più semplici possibili (lodi verbali, coinvolgimento attivo del bambino, etc.)
- Variare i rinforzi quando perdono di efficacia
- Utilizzare più incoraggiamenti positivi che rimproveri
- Nel caso di comportamenti già consolidati, utilizzare rinforzi saltuari
- Nel caso di comportamenti non ben consolidati, premiare più frequentemente anche quando vengono raggiunte mete parziali

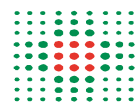


MA: Non abusare troppo dei rinforzi, creano assuefazione!



Errori nell'uso dei rinforzi

| RINFORZO | ERRORE |
|--|--|
| Hai fatto bene tutto il compito, vedi che quando vuoi... | OFFRIRE RINFORZO SOCIALE ACCOMPAGNATO DALLO SMINUIRE IL COMPORTAMENTO |
| «Sei stato bravissimo!» anziché «Hai fatto molto bene!» | RIVOLGERE LODI SOTTOFORMA DI ELOGI ALLA PERSONA |
| Il feedback deve essere immediato | FAR PASSARE MOLTO TEMPO TRA IL COMPORTAMENTO E LA RICOMPENSA |
| Se adesso ti faccio raccontare l'aneddoto che vuoi condividere, prometti che dopo ascolterai in silenzio la fine della lezione | RINFORZARE IL COMPORTAMENTO PRIMA CHE SI SIA VERIFICATO |
| Se adesso smetti di fare lo sciocco con il microfono e cominci ad ascoltare, dopo avrai un compito in meno da fare | PROMETTERE UNA RICOMPENSA PER FAR CESSARE UN COMPORTAMENTO (il bambino impara che fare i capricci serve) |



Uso corretto del rinforzo

RINFORZO
TUTTO/NIENTE

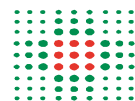
POCHE POSSIBILITA'
DI MIGLIORAMENTO

PROFEZIA CHE SI
AUTOAVVERA

RINFORZO
GRADUALE

MIGLIORAMENTO DI
ASPETTI DEL
COMPORAMENTO
CHE SI AVVICINANO
ALL'OBIETTIVO

AUMENTO
AUTOSTIMA E
AUTOEFFICACIA



Promuovere l'autoregolazione a distanza: il modeling dell'adulto

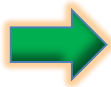
Per insegnare all' alunno come regularsi nella relazione a distanza, l'insegnante può promuovere l'uso delle “cinque fasi”, **ponendosi inizialmente come modello.**

Gradualmente diminuirà la sua guida in modo che il bambino ***interiorizzi il modello*** e arrivi ad usare il suo linguaggio come guida ai suoi comportamenti fino a trasformarlo in un **linguaggio interno finalizzato.**

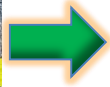
Con le autoistruzioni verbali si insegna al bambino l'importanza di parlare direttamente a noi stessi perché questo ci aiuta nella concentrazione; la possibilità di formulare qualche domanda aiuta a pensare e ad auto-guidarci nella soluzione di un problema.

Le autoistruzioni verbali: le cinque fasi dell'autoregolazione

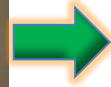
1° fase:
CHE COSA
DEVO FARE?



2° fase:
CONSIDERO
TUTTE LE
POSSIBILITA'



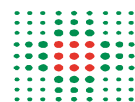
3° fase:
FISSO
L'ATTENZIONE



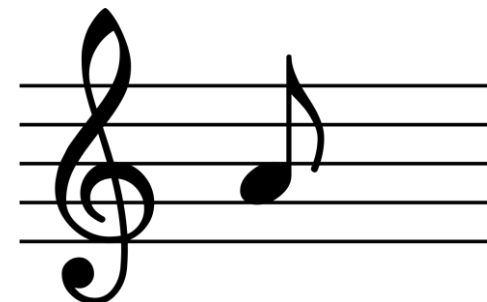
4° fase:
SCELGO UNA
RISPOSTA



5° fase:
CONTROLLO LA
MIA RISPOSTA



NOTE AGGIUNTIVE...



La nuova condizione di vita porta gli alunni a rivedere il loro funzionamento di autoregolazione rispetto a quello precedente. Ad esempio, se un alunno è più abituato ad usare il canale uditivo su quello visivo, variando l'input le difficoltà possono essere maggiori.

Questo per ricordare che **i tempi di attenzione uditiva, come quelli di attenzione visiva, possono essere ulteriormente instabili visti i cambiamenti.**

In generale tutti devono fare i conti con la propria modalità di autoregolarsi: chi riesce maggiormente ad adattarsi avrà meno difficoltà, chi invece è più fragile andrà aiutato a riadattarsi alla situazione...

Buon lavoro a tutti noi!!!!