

## CAPITOLO 16

# **Migliorare l'educazione a scuola ed a casa: metodi per il successo dall'asilo fino alla scuola superiore**

con la Dr.ssa Linda J. Pfiffner

Ora che siete riusciti a trovare l'ambiente migliore per l'educazione di vostro figlio, potete cominciare a cercare tecniche specifiche per massimizzare il successo scolastico, attraverso una base di lavoro giornaliera. Questa è un'altra area in cui dovete diventare degli esperti; potrebbe benissimo spettare a voi la pianificazione degli interventi e la formazione dell'insegnante, affinché apprenda un uso efficace dei programmi di gestione del comportamento. E, di certo, è una vostra responsabilità controllare che l'istruzione di vostro figlio migliori grazie a ciò che viene fatto in casa. Questo capitolo affronta nel dettaglio i principi generali e i metodi specifici per aiutare un bambino con ADHD ad avere successo a scuola.

Per prima cosa, comunque, ricordate di cercare di coinvolgere il bambino in questo processo, in modo da aumentare la sua motivazione ad avere successo. Se il bambino ha più di 7 anni, fatelo partecipare agli incontri iniziali di programmazione con gli insegnanti, questo gli sarà di stimolo per stabilire gli obiettivi e scegliere ricompense e punizioni appropriate e del giusto valore rispetto al suo comportamento. Una delle conseguenze più vantaggiose di questi incontri è che si possono prendere degli accordi sul comportamento, per definire i dettagli dei programmi, e che possono essere approvati dai genitori, dagli insegnanti e dal bambino stesso, in modo da applicare il programma con costanza nel tempo e chiarire il ruolo di ciascuno.

## Principi generali per la gestione scolastica

Che si faccia o meno uso delle terapie farmacologiche, c'è una serie di principi basilari di cui tenere conto nell'elaborare programmi di gestione della classe per il vostro bambino con ADHD. Questi concetti derivano dalla teoria presentata nel Capitolo 2, ovvero che l'ADHD implica una compromissione della capacità del bambino di controllare il proprio comportamento. Essi si basano anche sui principi della gestione in ambiente domestico, descritti nel Capitolo 11.

1. Le regole e le direttive devono essere date in modo chiaro e conciso e (quando è possibile) dovrebbero essere rappresentate graficamente sotto forma di tabelle, liste ed altri promemoria di tipo visivo. Affidarsi alla memoria del bambino o a solleciti verbali è spesso inefficace. Incoraggiatelo a ripetere le istruzioni prima a voce alta e poi a mormorarle a se stesso, mentre esegue le direttive.
2. Le ricompense, le punizioni e i riscontri usati per gestire il comportamento del bambino devono essere dati immediatamente e con rapidità e l'intero approccio all'uso delle conseguenze deve essere ben organizzato e sistematico.
3. Per ottenere l'obbedienza del bambino è fondamentale fornire riscontri e premi frequenti per aver applicato le regole.
4. I bambini con ADHD sono meno sensibili agli elogi e ai rimproveri degli altri, pertanto le ricompense o le punizioni devono essere più incisive di quelle fornite ai bambini senza ADHD per gestire il loro comportamento.
5. Devono essere usati prima i premi e gli incentivi e poi le punizioni, altrimenti la bambina vedrà la scuola come un luogo dove è più facile che sia punita piuttosto che ricompensata. Assicuratevi che l'insegnante applichi il programma di ricompense per una settimana o due, prima di iniziare a penalizzarla. Poi accertatevi che gratifichi la bambina due o tre volte per ogni volta che deve darle una punizione. Quando quest'ultima fallisce, per prima cosa controllate se le ricompense siano state insufficienti; perché, quando lo sono, le punizioni non sortiscono alcun effetto sul controllo del comportamento.
6. I sistemi di ricompensa con i gettoni possono mantenere la loro efficacia per un intero anno scolastico e con una perdita di potere minima, a condizione che i premi vengano cambiati di frequente. I bambini con ADHD si stufano prima degli altri di una determinata ricompensa e spesso capita che gli insegnanti, che non riconoscono

questo fatto, si arrendano troppo presto, pensando che il sistema abbia smesso di funzionare.

7. La chiave di tutto è l'anticipazione, per i bambini con ADHD, soprattutto durante i momenti di transizione. Per essere sicuri che vostro figlio prenda coscienza di un cambiamento imminente, chiedete all'insegnante di seguire le strategie proposte nel Capitolo 12: (a) riguardare le regole *prima* di iniziare una nuova attività; (b) farle ripetere al bambino, comprese le regole sulle ricompense per i comportamenti corretti e le punizioni per quelli sbagliati; e (c) seguire attentamente queste regole una volta che l'attività è iniziata. *Pensate ad alta voce, pensate in anticipo* è il messaggio importante da dare agli educatori in questo caso.

Potreste anche condividere con gli insegnanti alcuni dei principi indicati nel Capitolo 9: (1) sforzarsi di essere coerenti; (2) non prendere sul personale i problemi del bambino; (3) ricordarsi che il bambino ha un disturbo; e (4) essere indulgenti. Con queste regole nella mente, un insegnante creativo può facilmente inventare un programma di gestione efficace per il vostro bambino con ADHD.

## Metodi di gestione del comportamento per la classe

Mostrare al bambino le conseguenze del proprio comportamento, sia in positivo che in negativo, rappresenta uno dei metodi più efficaci per una buona gestione di questo disturbo, a scuola così come a casa. Le conseguenze positive in genere comprendono elogi, gettoni, premi tangibili e privilegi speciali; quelle negative prevedono l'ignorare il bambino, i rimproveri verbali, le multe o le penali, nel sistema a punti o gettoni, e il time-out. I più grandi miglioramenti sia del comportamento che del rendimento scolastico si ottengono in genere solo con un'adeguata combinazione di strategie.

### Usare conseguenze positive

#### *L'attenzione dell'insegnante*

Le lodi e altre dimostrazioni di attenzione positiva, come un sorriso, un

cenno del capo o una pacca sulla spalla, sono alcuni degli strumenti principali che gli insegnanti hanno a disposizione. I riscontri positivi sono apprezzati dalla maggior parte dei bambini, incluso il vostro, sebbene l'attenzione, da sola, sia raramente sufficiente a gestire tutti i problemi che gli alunni con ADHD possono avere a scuola.

“L’insegnante mi chiese: ‘Perché dovrei premiare vostro figlio tutte le volte che si comporta in modo corretto, quando non lo faccio con i bambini che si comportano bene normalmente? Loro ne risentiranno, come posso gestire questa situazione?’”

Può sembrare facile elogiare e dare dei riscontri positivi, ma l'uso organizzato e sistematico di questo genere di attenzioni richiede una grande abilità. L'insegnante deve essere specifico su cosa sia degno di lode e deve trasmettere un calore sincero. Il complimento deve essere fatto immediatamente e deve essere espresso sempre con parole diverse, per avere il miglior effetto strategico. L'uso efficace delle lodi richiede inoltre un'attenta supervisione, in modo che l'insegnante riesca a “cogliere il momento in cui il bambino si comporta bene” più spesso e a dargli la ricompensa guadagnata. Ma è più facile a dirsi che a farsi. Le richieste di tempo e attenzione dell'insegnante da parte della classe in genere sono molte. Controllare più da vicino vostro figlio è inevitabilmente in contrasto con il monitorare tutti gli altri bambini e seguire la programmazione scolastica. Alcuni docenti potrebbero addirittura ritenere che vostro figlio non meriti questa attenzione e supervisione extra; dato che gli altri bambini della classe non ricevono questo tipo di attenzione per comportarsi bene, non è giusto darne di più al vostro perché si comporta male. Se l'insegnante fa questo genere di osservazioni, condividete con lui le vostre conoscenze, come discusso nel Capitolo 15, in modo che egli capisca che l'ADHD è un disturbo e che non si tratta semplicemente di disobbedienza o pigrizia.

### *Uso di promemoria per dare riscontri*

Si possono usare diversi sistemi per fare in modo che un insegnante si ricordi di fornire frequenti riscontri ad un bambino con ADHD: (1) si possono posizionare adesivi con faccine sorridenti in punti strategici della classe, sui quali l'insegnante posa gli occhi più frequentemente, in modo che si rammenti di controllare cosa stia facendo lo studente con ADHD per elogiarlo, se fa qualcosa di positivo. (2) Si può registrare su una cassetta da 90 o da 120 minuti un leggero suono ad intervalli irregolari (abbastanza frequenti per la prima settimana o due di lavoro e poi sempre più distanti),

che ricordi all'insegnante di sorvegliare lo studente e complimentarsi quando si comporta bene. Il docente può usare questo metodo per insegnare l'auto monitoraggio agli studenti più grandi di 8 anni. Al bambino viene dato un piccolo cartellino bianco diviso a metà, a formare due colonne, quella di sinistra riporta un segno positivo (+) o una faccina sorridente e quella di destra un segno negativo (-) o una faccina imbronciata. Non appena il bambino sente il suono, può segnare un punto (o fare un asterisco) sulla colonna del più, per aver obbedito alle direttive, o un punto in quella del meno, in caso di comportamento sbagliato. Il compito dell'insegnante è controllare rapidamente il comportamento dello studente al momento del suono ed accertarsi che lo registri in modo corretto. L'auto monitoraggio migliora quando vicino alla cattedra viene appeso un cartellone che elenca cinque o più regole per ogni ora di lezione, in questo modo il docente può restare al pari con la programmazione della giornata. (3) L'insegnante può iniziare l'ora di lezione con, ad esempio, 10 fiches nella tasca sinistra, spostandone una nella tasca destra ogni volta che presta un'attenzione positiva al bambino. L'obiettivo è spostare tutte e 10 le fiches nella tasca destra entro la fine dell'ora.

### *Premi tangibili e programmi a gettoni*

Nonostante l'utilità degli elogi o della tecnica di ignorare il bambino, queste due procedure spesso non sono sufficienti, se usate da sole. Si possono fornire una vasta gamma di riconoscimenti più potenti, spesso sotto forma di privilegi speciali come aiutare l'insegnante, guadagnare una pausa extra, avere accesso a giochi speciali, usare il computer e fare progetti artistici. È importante che sia disponibile una lunga lista di scelte per evitare la ripetizione. Inoltre, poiché, per aiutare un bambino con ADHD, è importante premiarlo di frequente, dovrebbe essere possibile guadagnare alcuni di questi riconoscimenti più volte al giorno. I premi che hanno più valore, come feste a base di pizza o gite di classe speciali, dovrebbero essere guadagnati in periodi di tempo più lunghi, come, ad esempio, una volta a settimana.

Può essere molto efficace anche l'uso di programmi come quello a gettoni, a punti o a fiches, per guadagnare ricompense (si veda il Capitolo 11). Gli insegnanti potrebbero trovare utile chiedere al bambino con ADHD che genere di attività o quali premi vorrebbe guadagnare e sceglierne alcuni sulla base delle osservazioni del bambino. Se a scuola non sono previsti premi abbastanza validi, potreste dover organizzare un programma di gratificazione a casa, come spiegheremo più avanti in questo capitolo. Oppure potreste donare all'insegnante il giocattolo o la giostra che vostro figlio preferisce, per usarli all'interno di un sistema di premiazione scolastico.

Una ricompensa molto apprezzata dai bambini di oggi è avere il permesso di giocare ai videogiochi. Siamo riusciti ad ottenere quel tipo di giochi o i fondi per comprarli come donazione dai club civici, facendo delle presentazioni sulla gravità dei problemi comportamentali all'interno delle classi e sulla necessità fondamentale di questo tipo di premi per la gestione dei bambini difficili.

I sistemi a gettoni possono essere usati anche su un gruppo di bambini, facendo in modo che tutti i membri della classe guadagnino il premio grazie al comportamento di uno o più compagni o dell'intero gruppo classe. Questi sistemi di gruppo sono particolarmente efficaci nei casi in cui i coetanei assecondano il cattivo comportamento di un bambino con ADHD ridendo o associandosi alla condotta inappropriata. In alcuni di questi programmi, l'atteggiamento di uno studente con ADHD serve come parametro per determinare che genere di ricompensa verrà data all'intera classe. In altri casi, i gettoni o i punti vengono dati ad ogni bambino della classe, compreso quello con ADHD, in base a come si è comportato lo studente con il disturbo. Quest'ultima modalità ha il vantaggio di motivare gli altri bambini della classe ad aiutare lo studente con ADHD a comportarsi bene, seguire le regole e finire il lavoro. Un'altra tipologia di programma è quella di dividere la classe in piccoli gruppi che guadagnano o perdono punti in base al loro comportamento. La squadra con il maggior punteggio positivo o il minor punteggio negativo guadagna i privilegi per tutti i suoi membri. L'approccio di gruppo ha il vantaggio di non isolare il bambino con ADHD, ma l'applicabilità di questo sistema va calcolata in base alle probabilità che ha il bambino di essere accusato di penalizzare l'intera classe, quando si comporta o lavora male.

I programmi a gettoni possono essere usati anche per migliorare la produttività scolastica e l'accuratezza del lavoro di vostro figlio. In un programma che abbiamo realizzato, il sistema a gettoni prevedeva che, per ogni risposta corretta, i bambini ottenessero dei punti da segnare su un elenco e da scambiare con una gran varietà di premi (come caramelle, tempo libero, oggettini per la scuola e artistici, picnic in giardino, ecc.), che si potevano ricevere a scuola più in là nella giornata. Questo programma aumentò sensibilmente i voti in matematica e in lettura e ridusse i comportamenti di disturbo ad un livello simile a quello raggiunto in precedenza con i trattamenti farmacologici.

In un altro programma, molto innovativo, vennero dati dei gettoni per aver portato a termine con successo quattro compiti differenti: due incarichi prevedevano l'imparare a leggere e ad usare nuovi vocaboli nelle frasi e gli altri due contemplavano l'insegnare questi compiti ad un altro studente, un'attività chiamata "assistenza al compagno" (*peer tutoring*). Il gettone che veniva guadagnato per aver portato a termine ognuno di questi quattro compiti dava accesso a 15 minuti di gioco alla macchina del flipper o ad

uno dei giochi elettronici della classe. Si concedeva un po' di tempo extra per giocare, quando il bambino completava con successo una prova su una materia, come ad esempio finire un intero capitolo di lettura. Questo programma incrementò grandemente sia la capacità di finire il lavoro sia la precisione nello svolgerlo. E migliorò anche le performance degli studenti negli esami di lettura settimanali del distretto scolastico. Il sistema, però, è stato portato avanti da un solo insegnante.

Capire che tipo di obiettivi scegliere per i programmi a gettoni è fondamentale per il loro successo. Dare dei premi solo nei casi in cui le performance siano eccezionali funziona con i bambini normali, ma molti bambini con ADHD hanno bisogno di ricevere conferme anche per risultati inferiori. Quindi, all'inizio, i premi dovrebbero essere dati anche per successi più piccoli, come il completamento di una parte del lavoro, se il bambino ha una lunga storia di fallimenti nel portare a termine i compiti, o l'essere stato tranquillo per una parte della giornata, se il bambino disturba spesso durante le ore di lezione.

Ovviamente i gettoni devono essere adeguati all'età dei bambini coinvolti. Quelli tangibili, come le fiches di plastica del poker, sono adeguati per bambini tra i 4 e i 7 anni, mentre i punti, i numeri o gli asterischi segnati su un cartoncino possono essere utilizzati fino alle scuole superiori. Tuttavia, per i bambini di età prescolare, si è visto che l'uso dei gettoni può essere causa di distrazione, quindi abbiamo usato spesso una piccola tasca bloccata al retro del grembiolino. Quando viene consegnato un gettone, l'insegnante raggiunge il bambino, fa scivolare il gettone dentro la sua "sacchetta" e gli dà una leggera stretta affettuosa sulla spalla. Diverse volte al giorno, la tasca viene svuotata e il bambino può scambiare i gettoni con diversi privilegi.

## Usare conseguenze negative

### *Ignorare il bambino*

Ignorare il bambino è una tecnica usata spesso come uno dei primi approcci ad un comportamento moderatamente negativo, soprattutto quando tale comportamento sembra essere incoraggiato dall'attenzione fornita dall'insegnante. Sfortunatamente, non è facile distinguere i casi in cui un bambino con ADHD cerca di attirare l'attenzione comportandosi male da quelli in cui non lo fa. Infatti, la maggior parte dei comportamenti sbagliati di vostro figlio derivano dai deficit biologici nel gestire l'impulsività e nel mantenere un'attenzione costante. Ignorarlo, quindi, non significa non essere efficaci nel controllo del comportamento del bambino; vuol dire che l'insegnante si

*astiene* dal prestare attenzione *proprio nel momento* in cui il cattivo comportamento si presenta. Questo sistema funziona al meglio in combinazione con l'elogio, per esempio, facendo i complimenti ai bambini che restano seduti, mentre si evita volontariamente di dare attenzione ad un bambino che vaga per la classe. Ma, anche quando si sta usando al meglio un valido programma di ricompense, ignorare un bambino con ADHD può non essere una punizione sufficiente per insegnargli a smettere di comportarsi male. In questi casi sono necessarie conseguenze negative aggiuntive. Ignorare il bambino è controindicato anche nei casi di aggressione o distruzione, ovvero quando si verificano atti di cattiva condotta che prevedono una punizione rapida e sicura, per ridurre la possibilità che si ripetano in futuro.

### ***I Rimproveri***

Il rimprovero è probabilmente la conseguenza negativa più usata in classe, ma la sua efficacia può variare in maniera considerevole. Fare rimproveri brevi, specifici e rapidi, senza grande emozione (seriamente) e farli seguire da altre punizioni, se il bambino non li ha presi in considerazione, può essere la modalità più efficace da adottare con i soggetti con ADHD. Non sono di nessun aiuto i richiami che vengono dati in modo vago oppure in ritardo o che sono prolissi ed emotivamente carichi e che non sono seguiti da altre conseguenze. Anche i rimproveri mescolati ai riscontri positivi sono fallimentari, così come quelli dati senza coerenza. Ad esempio, i bambini, che a volte vengono ripresi per aver parlato senza permesso ma a cui, altre volte, viene risposto come se avessero alzato la mano, sono inclini a portare avanti, se non aumentare, il loro modo di fare. I rimproveri sembrano essere più efficaci se dati mantenendo anche il contatto visivo e possibilmente mettendosi molto vicini all'alunno. Inoltre, i bambini rispondono meglio agli insegnanti che li sgridano con più forza già dall'inizio dell'anno scolastico, rispetto a quelli che invece aumentano la severità della loro disciplina gradatamente. In sostanza, i rimproveri, così come gli elogi, non sono sempre sufficienti a cambiare il comportamento del vostro bambino e potrebbero essere necessari dei provvedimenti più consistenti.

### ***Penalità o multe per il comportamento***

Le multe o, come vengono chiamate dai professionisti, i “costi della risposta” (*response cost*), implicano la perdita o la rimozione di un privilegio come conseguenza di un comportamento sbagliato. La perdita delle ricompense può essere applicata ad una vasta gamma di privilegi, attività o anche gettoni, nel caso di un sistema a gettoni (multe). La multa è facilmente applicabile ad una serie di situazioni e problemi comportamentali; è più efficace del solo uso dei rimproveri e sembra aumentare la

validità dei programmi di ricompensa.

In uno studio di ricerca, l'insegnante toglieva un punto ogni volta che vedeva un bambino che non lavorava. Perdere un punto significava perdere un minuto di tempo libero<sup>1</sup>. Venne posto un contatore sul banco di ogni bambino per tenere il conto del punteggio totale. Il contatore consisteva di cartoncini numerati, che potevano essere girati al cartoncino con un numero inferiore ogni volta che veniva tolto un punto. L'insegnante aveva sulla sua scrivania un contatore identico, con il quale teneva il conteggio dei punti persi. Al bambino venne spiegato che doveva aggiornare il suo punteggio con quello dell'insegnante con una certa frequenza nel corso della lezione. Un altro tipo di contatore era elettronico e a batterie, con un display numerico; l'insegnante semplicemente toglieva i punti per ogni comportamento sbagliato tramite un telecomando, come quelli usati per aprire i cancelli automatici.

Tutti e due questi metodi aumentarono i tempi di attenzione e le prestazioni scolastiche degli alunni. I risultati ottenuti erano simili a quelli raggiunti quando i bambini ricevevano un trattamento farmacologico con gli stimolanti. La rapidità con la quale venivano impartiti i provvedimenti in entrambe le procedure di certo ha aiutato la riuscita del programma. In più, queste procedure erano davvero facili da usare, pratiche e di alto rendimento per l'insegnante.

Il contatore elettronico e il trasmettitore usati in questo studio, inventati dal Dr. Mark Rapport, sono stati poi prodotti in massa dal Dr. Michael Gordon con il nome di 'Allenatore dell'attenzione' (*Attention Trainer*). Il set completo è reperibile presso la Gordon System Inc. (si veda la sezione "Fornitori" in "Lecture e Video consigliati").

Come con gli altri tipi di punizione, comunque, l'uso delle multe o delle penalità ha sollevato non poche perplessità riguardo ad eventuali effetti negativi. Più avanti in questo capitolo tratteremo i vari modi di ridurli. Abbiamo appurato che dispensare molte ricompense in classe ed evitare degli standard irragionevolmente severi può ridurre il numero delle penalità che devono essere usate.

### ***Time-out***

Il time-out, del cui uso in casa abbiamo parlato nel Capitolo 11, è fondamentalmente uno spazio di tempo durante il quale i rinforzi positivi e i premi non sono resi disponibili. Ne viene raccomandata spesso l'applicazione in ambito scolastico con quei bambini con ADHD che mostrano di essere particolarmente aggressivi o di disturbo. Può essere applicato in

<sup>1</sup> *N.d.R.* Negli Stati Uniti hanno più momenti di intervallo nell'arco della giornata scolastica, quindi questo "tempo libero" non è equiparabile alla nostra ricreazione.

diversi modi. Uno di questi, chiamato *isolamento sociale*, consiste nel mettere il bambino su una sedia in una stanza isolata per alcuni minuti; ma questo metodo ha sollevato molte critiche. Ora gli esperti consigliano di togliere il bambino solo dalla zona in cui sta svolgendo un'attività gratificante, piuttosto che dall'aula, il che vuol dire far sedere il bambino in una cabina chiusa su tre lati o rivolto verso un'area vuota (ad esempio, un muro bianco) all'interno della classe stessa. In altri casi si può chiedere ai bambini di mettere via il proprio lavoro (il che esclude l'opportunità di guadagnare premi grazie ai compiti svolti) e di abbassare la testa (il che riduce le possibilità di un'interazione gratificante con gli altri) per brevi periodi di tempo.

Un'altra procedura di time-out utilizza un orologio del buon comportamento. Le ricompense (caramelle, dolcetti, ecc.) possono essere guadagnate da un bambino e dall'intera classe in base al comportamento appropriato di quel bambino per un periodo di tempo specifico. C'è un orologio che segna il tempo in cui il bambino è attento, lavora o si comporta bene; questo orologio viene fermato ogni volta che il bambino disturba o non lavora. Alcuni studi hanno riportato, come risultato di questo metodo, una diminuzione notevole dell'iperattività e degli atteggiamenti di disturbo.

La maggior parte dei programmi di time-out prevedono delle regole specifiche, che devono essere soddisfatte prima di poter liberare il bambino dal time-out. In genere, queste regole prevedono che il bambino rimanga in silenzio e si dimostri collaborativo all'interno di uno specifico periodo di tempo. In alcuni casi, i bambini particolarmente aggressivi o iperattivi non riescono a rispettare questa procedura, possono rifiutare di andare in time-out o scappare dall'area del time-out prima che scada il tempo prefissato. Per evitare questi problemi, i bambini possono guadagnare un po' di tempo, rispetto al periodo di penitenza, per essersi comportati bene o per aver rispettato la procedura (cioè viene ridotta la lunghezza del time-out). Altrimenti, quando il bambino si dimostra incapace di seguire le regole del time-out, si può allungare il periodo di punizione di qualche attimo per ogni infrazione alla regola. In un altro tipo di approccio, il bambino può essere portato da un'altra parte a scontare il proprio time-out, (ad esempio in un'altra classe o nell'ufficio del direttore). Alla mancanza di rispetto del time-out si può rispondere anche con una penale o una multa, se previsto nel sistema a gettoni della classe. Ad esempio, il bambino può essere privato di attività, privilegi o gettoni per non aver cooperato durante il time-out. Una strategia particolarmente efficace per ridurre la mancanza di collaborazione è quella di trattenere i bambini oltre l'orario scolastico, affinché scontino il proprio time-out, se non ne hanno seguito le regole durante le ore di lezione. Comunque, l'uso di questa strategia dipende dalla disponibilità del personale scolastico per una supervisione dopo l'orario.

Ci sono casi in cui i problemi di comportamento del bambino peggiorano sensibilmente durante il time-out. In questo caso, si prevede un interven-

to da parte dell'insegnante per evitare che il bambino faccia del male a se stesso, agli altri o rovine oggetti appartenenti alla scuola. Saranno necessarie, a questo punto, procedure alternative al time-out. Nella maggior parte delle scuole, si trovano alcune linee guida per le tipologie di punizione permesse. I genitori potrebbero chiedere una copia di questo elenco in modo da avere familiarità con i limiti che il distretto scolastico può porre (o non porre!) a questi metodi.

### ***Sospensione dalla scuola***

La sospensione dalla scuola (in genere da 1 a 3 giorni) a volte viene usata come provvedimento disciplinare per i problemi comportamentali particolarmente gravi, ma dovrebbe essere usata con molta cautela. I bambini potrebbero apprezzare di più lo stare a casa, invece che a scuola. Questo provvedimento è inappropriato anche quando i genitori non hanno le capacità di gestione necessarie a far valere la sospensione o eccedono nel punire e nell'offendere il bambino.

## **Come limitare gli effetti della punizione**

A dispetto della generale efficacia della punizione, si possono verificare alcuni effetti collaterali spiacevoli, se viene usata in modo inappropriato. Questi effetti sono: l'aumento dei problemi comportamentali, un'avversione del bambino nei confronti dell'insegnante o (in casi rari) della scuola in generale. I dottori Susan e Daniel O'Leary dell'Università di Stato di New York a Stony Brook offrono una serie di linee guida per evitare questi effetti collaterali negativi:

1. La punizione dovrebbe essere usata con moderazione. Un eccessivo senso critico o altre forme punitive possono anche rendere la classe sgradevole o odiosa. Punizioni troppo dure e troppo frequenti possono aumentare il rifiuto del bambino. Questo è più probabile nei casi in cui l'insegnante erroneamente funge da modello aggressivo, cioè quando il suo uso della punizione insegna al bambino ad essere aggressivo come lo è lei.
2. Quando vengono adottate delle conseguenze negative, ai bambini si dovrebbero insegnare i corretti comportamenti alternativi, che non sono compatibili con quelli inappropriati. Questa pratica sarà d'aiuto, perché insegnerà ai bambini le giuste capacità e, allo stesso tempo, ridurrà la possibilità che si verifichino altri problemi comportamentali.

3. La punizione che prevede l'annullamento di un privilegio o di un premio è da preferirsi a quella che prevede l'uso di un evento spiacevole come l'isolamento. Le punizioni fisiche sono spesso limitate nelle scuole per motivi etici e legali.

## **Far durare i risultati ed estenderli ad altre situazioni scolastiche**

Nonostante il sostanziale successo dei metodi comportamentali nella scuola, non ci sono molte prove che i risultati ottenuti dai bambini con questi programmi durino, una volta che i programmi sono terminati. Inoltre i miglioramenti che si possono verificare nell'ambiente in cui vengono utilizzati (ad esempio, le lezioni di lettura) spesso non si estendono ad altri contesti, in cui questi programmi non sono stati usati (ad esempio, le lezioni di matematica o la ricreazione). Questo può rivelarsi molto deludente sia per i genitori che per gli insegnanti.

L'attuale soluzione è usare i programmi gestionali ogni volta che il comportamento del bambino crea dei problemi, ma questo approccio ha dei limiti pratici. Non sarà facile portare avanti la maggior parte dei programmi durante la ricreazione, ad esempio. Invece, limitare gradualmente i metodi di gestione, riducendo la frequenza dei riscontri (passando da riconoscimenti giornalieri a settimanali) e sostituendoli con premi più naturali, come gli elogi o, per il sistema a gettoni, attività regolari, può aumentarne la durata. Da uno studio è emerso che l'eliminazione improvvisa di una punizione, anche in presenza di un programma a gettoni, ha portato ad un drastico deterioramento del comportamento della classe, ma, quando invece il provvedimento è stato tolto gradualmente, si sono mantenuti alti livelli di attenzione e la capacità di lavorare con impegno.

Un metodo particolarmente efficace per facilitare la rimozione di un programma comportamentale è quello di cambiarne i luoghi di applicazione e scegliere determinati giorni. Il bambino non è mai del tutto sicuro di quando o dove il programma sarà applicato e impara che la cosa migliore da fare, in queste circostanze, è continuare a comportarsi meglio.

Anche se la ricerca su questo argomento prosegue, le difficoltà non sono state completamente risolte. In molti contesti scolastici, potrebbero essere richiesti programmi specifici per bambini con ADHD. Per adesso sappiamo che questi programmi, per essere efficaci, devono essere applicati all'educazione del bambino per lunghi periodi di tempo. L'osservazione può sembrare scoraggiante, ma non è poi così sorprendente, considerando il nostro punto di vista, ovvero che l'ADHD è una condizione quasi sempre cronica di disabilità dello sviluppo.

## **Fare in modo che i compagni di classe collaborino nella gestione del comportamento**

Gli atteggiamenti di disturbo dei bambini con ADHD spesso inducono i coetanei a rispondere in modo da incoraggiare e far perdurare il comportamento problematico. Da una parte, i compagni possono stimolare le pagliacciate e le sciocchezze del bambino con sorrisi o risatine, dall'altra potrebbero reagire male alle provocazioni o all'invasione. In tutti e due i casi, il bambino si farà una cattiva reputazione fra i coetanei. Come discusso in precedenza, usare i programmi di ricompensa sul gruppo classe può essere efficace nel contrastare l'attenzione che i compagni danno al cattivo comportamento del bambino. Ad ogni modo, alcuni studi mostrano che i compagni di classe possono anche intervenire direttamente, per generare un buon comportamento in uno studente con ADHD.

Una delle modalità più efficaci in cui i compagni possono essere d'aiuto è quella di incoraggiarli a ignorare il comportamento inappropriato e di disturbo di un bambino con ADHD. I coetanei possono anche fare in modo che il bambino aumenti la frequenza dei comportamenti appropriati elogiandolo e fornendogli attenzione positiva. Possiamo vedere questo schema in atto negli eventi sportivi, quando i membri di una squadra si congratulano l'un l'altro per un buon risultato, e si può estendere agli elogi per aver fatto una buona performance sportiva, per aver preso un buon voto ad un esame (o per aver accettato un brutto voto senza andare in collera), per aver partecipato attivamente ad una discussione in classe o per aver aiutato un altro studente. I programmi a gettoni, nei quali i compagni di classe controllano il comportamento del bambino con ADHD dandogli o togliendogli i gettoni in base al comportamento, possono essere altrettanto validi, se portati avanti sotto la stretta sorveglianza dell'insegnante.

Naturalmente anche questi bambini dovrebbero essere ricompensati per i loro sforzi, altrimenti cosa ci guadagnerebbero? In alcuni casi è sufficiente un elogio, ma l'insegnante può usare anche per loro premi tangibili o un sistema a gettoni. Gratificare questi bambini non solo rafforza il loro impegno, ma garantisce che il programma sia portato avanti correttamente.

L'uso dei compagni come "sceriffi del comportamento" ha una serie di vantaggi pratici: è una valida alternativa per l'insegnante, che non è più costretto ad osservare tutti tutto il tempo, e può richiedere un tempo minore nell'applicazione, rispetto ai tradizionali programmi gestiti dal docente; potrebbe anche servire a migliorare il comportamento degli "sceriffi" e ad incoraggiare l'estensione del programma ad altre situazioni. Tuttavia, i programmi gestiti dai compagni di classe sono efficaci solo nel caso in cui essi abbiano le abilità e l'interesse ad imparare i metodi e a portarli avanti con diligenza. L'insegnante dovrebbe istruire e controllare i bambini con

attenzione, evitando di coinvolgerli negli aspetti punitivi di qualsiasi programma.

## **Programmi di ricompensa a casa**

All'interno di un programma di ricompensa a casa, l'insegnante manda a casa una valutazione su come il bambino si sia comportato a scuola in un determinato giorno e i genitori la usano per dare o togliere le ricompense disponibili in casa. Questo metodo si è rivelato efficace nel modificare una vasta gamma di problematiche che i bambini con ADHD hanno a scuola e, grazie alla semplicità della sua applicazione e al fatto che vede coinvolti sia l'insegnante(i) che i genitori, è spesso uno dei primi approcci da tentare.

### **La “pagella” comportamentale**

Il rapporto dell'insegnante può essere redatto sia come nota informale sia come una più formale scheda valutativa. Noi consigliamo di usare una “pagella” di valutazione del comportamento. Il modello dovrebbe mostrare, elencati sul lato sinistro, i comportamenti da prendere di mira, che devono essere il punto centrale del programma. In alto sulla scheda dovrebbero essere numerate le colonne che corrispondono ad ogni ora di lezione. Per ogni comportamento da modificare, l'insegnante assegna un voto, che dovrebbe corrispondere a quanto bene si è comportato il bambino durante l'ora di lezione. Nelle Figure 2, 3 e 4 mostriamo vari esempi di schede giornaliera di valutazione del comportamento. La Figura 2 illustra un modello progettato per la gestione di problemi comportamentali in classe, la Figura 3 mostra una scheda volta ad aiutare un bambino che ha problemi comportamentali durante il tempo libero, come la ricreazione o l'ora di pranzo, e la Figura 4 è un modulo lasciato in bianco che può essere adattato a qualunque problema comportamentale, su cui i genitori e gli insegnanti vogliono focalizzarsi. I genitori si sentano liberi di fotocopiare questi modelli per utilizzarli con i loro bambini, con il permesso dell'editore. Le valutazioni degli insegnati in genere vengono riportate a casa giornalmente. In alcuni casi, le note vengono consegnate solo nei giorni in cui il bambino ha raggiunto determinati obiettivi di comportamento o di lavoro scolastico. In altri casi, la nota può essere inviata sia nei giorni “buoni” che in quelli “cattivi”. Man mano che il bambino migliora, i resoconti giornalieri

## SCHEDA GIORNALIERA DI VALUTAZIONE DEL COMPORAMENTO A SCUOLA

Nome del bambino \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_\_

### Insegnanti:

Per favore, valutate il comportamento odierno del bambino nelle aree elencate qui di seguito. Usate una colonna diversa per ogni materia o ora di lezione. Usate i seguenti criteri valutativi: 1 = eccellente, 2 = buono, 3 = discreto, 4 = scarso, 5 = molto scarso. Poi apponete le vostre iniziali nella casella alla fine della vostra colonna. Aggiungete qualsiasi commento sul comportamento del bambino sul retro della scheda.

### Ora di lezione/Materia

Comportamenti da valutare:	1	2	3	4	5	6	7
Partecipazione in classe							
Rendimento scolastico							
Segue le regole della classe							
Si relaziona bene ai compagni							
Qualità dei compiti a casa, se assegnati							
Iniziali dell'insegnante							

Apportate i commenti sul retro della scheda

-----Tagliare qui dopo aver fotocopiato-----

**FIGURA 2.** Un modello di resoconto giornaliero della gestione delle problematiche comportamentali dell'ADHD durante le lezioni scolastiche, coadiuvato da un programma di ricompensa a casa. Da Barkley (1997). Copyright 1997 della Guilford Press. Il permesso di fotocopiare questa figura è accordato agli acquirenti di questo libro esclusivamente per uso personale (si vedano le note relative al copyright per i dettagli).

possono essere ridotti a due alla settimana, due al mese, poi diventare mensili e infine scomparire del tutto.

Si possono sviluppare e adattare una gran quantità di programmi a casa per vostro figlio. Alcuni dei comportamenti da modificare potrebbero essere quelli relativi alla condotta sociale (condividere, interagire con i compagni, rispettare le regole) e alle prestazioni accademiche (finire i compiti di matematica e di lettura). Anche lavorare su un basso rendimento scolastico (una scarsa produzione del lavoro) può essere molto utile. Vari programmi a casa hanno riportato dei miglioramenti sia nella condotta sociale che in quella scolastica. Esempi di comportamenti da correggere sono la capacità

## SCHEDA GIORNALIERA DI VALUTAZIONE DEL COMPORTAMENTO DURANTE LA RICREAZIONE E IL TEMPO LIBERO

Nome del bambino \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_\_

### Insegnanti:

Per favore, valutate il comportamento odierno del bambino durante la ricreazione o i momenti di tempo libero nelle aree elencate qui di seguito. Usate una colonna diversa per ogni momento di ricreazione/tempo libero. Usate i seguenti criteri valutativi: 1 = eccellente, 2 = buono, 3 = discreto, 4 = scarso, 5 = molto scarso. Poi apponete le vostre iniziali nella casella alla fine della vostra colonna. Aggiungete qualsiasi commento sul retro della scheda.

### Ricreazione e tempo libero

Comportamenti da valutare:	1	2	3	4	5
Tiene le mani a posto; non spinge					
<i>Non provoca gli altri; niente insulti/critiche</i>					
Segue le regole di ricreazione/tempo libero					
Si relaziona bene ai compagni					
Non combatte o picchia; no calci o pugni					
Iniziali dell'insegnante					

Apportate i commento sul retro della scheda

-----**Tagliare qui dopo aver fotocopiato**-----

**FIGURA 3.** Un modello di resoconto giornaliero della gestione delle problematiche comportamentali dell'ADHD durante la ricreazione o il tempo libero, coadiuvato da un programma di ricompensa a casa. Da Barkley (1997). Copyright 1997 della Guilford Press. Il permesso di fotocopiare questa figura è accordato agli acquirenti di questo libro esclusivamente per uso personale (si vedano le note relative al copyright per i dettagli).

di terminare tutto un compito (o una sua parte specifica) rimanendo seduti dove richiesto, seguendo le direttive dell'insegnante e interagendo adeguatamente con gli altri. I comportamenti negativi (come l'aggressione, la distruzione, le grida) sono altri esempi di comportamenti da modificare all'interno del programma. Al miglioramento delle performance in classe si può aggiungere quello dei compiti a casa. I bambini con ADHD spesso hanno difficoltà a ricordare di portare a casa i compiti da fare, oppure possono completarli e dimenticare di riportarli a scuola il giorno successivo. Ognuna di queste situazioni può essere individuata ed inserita in un programma di valutazioni da mandare a casa.

## SCHEDA GIORNALIERA DI VALUTAZIONE DEL COMPORTAMENTO A SCUOLA

Nome del bambino \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_\_

### Insegnanti:

Per favore, valutate il comportamento odierno del bambino nelle aree elencate qui di seguito. Usate una colonna diversa per ogni materia o ora di lezione. Usate i seguenti criteri valutativi: 1 = eccellente, 2 = buono, 3 = discreto, 4 = scarso, 5 = molto scarso. Poi apponete le vostre iniziali nella casella alla fine della vostra colonna. Aggiungete qualsiasi commento sul comportamento del bambino sul retro della scheda.

	Ora di lezione/Materia						
Comportamenti da valutare:	1	2	3	4	5	6	7
Iniziali dell'insegnante							

Apportate i commento sul retro della scheda

-----**Tagliare qui dopo aver fotocopiato**-----

**FIGURA 4.** Un modello in bianco di resoconto giornaliero della gestione delle problematiche comportamentali dell'ADHD a scuola, coadiuvato da un programma di ricompense in gettoni a casa. Le aree problematiche possono essere compilate in anticipo dai genitori o dall'insegnante(i), in modo da concentrare la focalizzazione del sistema su qualsiasi problema comportamentale specifico che desti preoccupazione. Da Barkley (1997). Copyright 1997 della Guilford Press. Il permesso di fotocopiare questa figura è accordato agli acquirenti di questo libro esclusivamente per uso personale (si vedano le note relative al copyright per i dettagli).

Sugeriamo di identificare solo quattro o cinque tipi di comportamenti su cui lavorare. Iniziate focalizzandovi solo su pochi atteggiamenti che desiderate cambiare, per aumentare il più possibile le probabilità di successo del programma. Quando notate un miglioramento, potete aggiungere qualche altro obiettivo alla lista. La valutazione giornaliera di ogni comportamento dovrebbe essere globale e soggettiva (ad esempio, "scarso", "discreto", "buono"). Tuttavia potrebbe essere d'aiuto rendere i voti più specifici e obiettivi (es. la frequenza di ogni comportamento o il

numero di punti guadagnati o persi per ogni comportamento). Consigliamo di includere sempre almeno una o due situazioni in cui il bambino già si comporta bene, per dargli la possibilità di guadagnare qualche punto all'inizio del programma.

In genere i bambini dovrebbero essere monitorati per l'intera giornata scolastica, ma, per avere successo anche nei casi in cui si verificano problemi comportamentali frequenti, all'inizio potrebbe essere necessario valutare il bambino solo in una parte della giornata. Non appena migliora, si può gradualmente estendere il periodo di valutazione a più ore/materie. Nei casi in cui i bambini frequentino lezioni diverse con differenti insegnanti, il programma dovrebbe coinvolgere alcuni insegnanti o anche tutti, a seconda delle necessità di intervento per ogni materia. Quando nel programma viene coinvolto più di un insegnante, il modello per il rapporto scolastico dovrebbe prevedere uno spazio per ognuno. Si possono utilizzare più modelli, uno per materia, e possono essere inseriti in una cartellina che il bambino porta con sé ad ogni lezione. Di nuovo, i modelli di cui alle Figure 2-4 possono essere molto utili perché hanno delle colonne che possono essere usate per valutare il bambino sia da un insegnante singolo alla fine di ogni materia, sia da insegnanti diversi, se ne è coinvolto più d'uno.

Il successo del programma dipende dall'utilizzo di un metodo chiaro e regolare per tradurre i dati inseriti dagli insegnanti in conseguenze tangibili a casa. Alcuni programmi prevedono solo le ricompense; altri fanno uso sia di premi che di punizioni. Vari studi suggeriscono che l'uso combinato di conseguenze positive e negative sia il più efficace. Un vantaggio dei programmi a casa è che possono essere usate una vasta gamma di ricompense: gli elogi e la gratificazione verbale così come i premi tangibili, sia quotidianamente che settimanalmente.

Tuttavia questo tipo di programmi è anche più efficace se combinato con i programmi scolastici, perché insieme forniscono ai genitori un riscontro più frequente, ricordano quando premiare il comportamento di un bambino e avvisano in anticipo quando un determinato comportamento sta diventando un vero e proprio problema a scuola. Inoltre, sia la tipologia sia la qualità dei premi disponibili a casa, di solito, sono di gran lunga superiori a quelli disponibili in ambito scolastico; un fattore, questo, che potrebbe essere fondamentale per i bambini con ADHD, che hanno bisogno di premi di maggior valore. A parte questi benefici, i programmi basati sulle comunicazioni a casa generalmente richiedono meno tempo e impegno da parte dell'insegnante rispetto a quelli scolastici, con il risultato che i docenti, che non sono stati in grado di far partire un programma di gestione della classe, potrebbero mostrarsi più collaborativi nei programmi a casa. Nonostante l'impressionante successo di questi schemi, la loro efficacia dipende dall'accuratezza delle valutazioni fatte dall'insegnante. Essa dipende anche dall'uso corretto e costante delle conseguenze a casa. In alcuni casi, i bam-

bini potrebbero cercare di indebolire il programma, evitando di portare le valutazioni a casa, falsificando la firma dell'insegnante o evitando di far firmare all'insegnante alcune informazioni. Per scoraggiare queste eventualità, l'aver dimenticato la comunicazione o la firma dovrebbero essere trattati allo stesso modo di una valutazione negativa (ad esempio, un bambino non riceve i punti guadagnati o viene multato con la perdita di privilegi o punti). Il bambino potrebbe addirittura essere punito per l'intera giornata (niente privilegi), per non aver riportato la scheda a casa.

## **Alcuni esempi di programmi basati sulle comunicazioni a casa**

I modelli mostrati nelle Figure 2-4 contengono cinque aree di potenziali problemi per i bambini con ADHD. Sono state dotate di colonne utili alla valutazione di sette insegnanti differenti o di un solo docente, che valuti il bambino molte volte durante la giornata scolastica. Abbiamo potuto notare che, aumentando la frequenza delle valutazioni, aumenta l'efficacia dei riscontri dati al bambino e, di conseguenza, il valore dell'informazione che il programma fornisce a voi. Gli insegnanti apportano le loro iniziali alla fine di ogni colonna, in modo da evitare contraffazioni. Quando un bambino trova difficile segnarsi i compiti da fare a casa, l'insegnante può chiedergli di farlo sul retro della scheda, prima di completare la valutazione per quell'ora di lezione. In questo modo l'insegnante deve solamente controllare il retro della scheda per verificare l'accuratezza nel copiare i compiti assegnati e poi concludere le valutazioni sul davanti. Per i punteggi particolarmente negativi, incoraggiamo i docenti a fornire una breve spiegazione. Gli insegnanti useranno un sistema valutativo a 5 punti (1 = eccellente, 2 = buono, 3 = discreto, 4 = scarso e 5 = molto scarso).

Il bambino porta a scuola ogni giorno una nuova scheda. I moduli si possono anche tenere a scuola e dare al bambino ogni giorno, oppure potete darne uno al bambino ogni volta che esce per andare a scuola; scegliete il sistema che ha maggiori probabilità di essere portato avanti con costanza. Non appena il bambino torna a casa, dovrete subito controllare la scheda, parlare prima delle note positive e poi passare ad una neutrale, seria (senza arrabbiarvi!) discussione su qualsiasi valutazione negativa e sulle ragioni di essa. Dovreste poi chiedere a vostro figlio di formulare un piano per evitare le note negative il giorno successivo. La mattina seguente, prima che il bambino vada a scuola, dovrete ricordargli gli accordi presi. Dopo di che dovrete dargli dei punti per ogni voto positivo e togliergliene alcuni per ogni nota negativa. Per esempio, un bambino piccolo delle elementari potrebbe ricevere cinque gettoni per un 1, tre gettoni per un 2 ed un gettone

per un 3, mentre potrebbe essere multato di tre gettoni per un 4 e cinque gettoni per un 5. Per i bambini più grandi la scala di valutazione potrebbe essere 25, 15, 5, -15 e -25 punti, rispettivamente, per i voti da 1 a 5 sulla scheda. Le fiches o i punti vengono poi sommati, le punizioni sottratte e il bambino potrà spendere ciò che è rimasto in privilegi, selezionandoli dall'elenco dei premi di casa.

Come illustrano queste schede, virtualmente qualsiasi comportamento può essere l'obiettivo del programma.

## **Insegnare ai bambini con ADHD a pensare ad alta voce ed a pensare in anticipo**

Molti programmi per il trattamento dei bambini con ADHD hanno usato dei metodi per insegnare ai bambini a parlare a loro stessi ad alta voce, ad auto impartirsi le istruzioni su cosa dovrebbero fare e ad auto premiarsi verbalmente per come hanno agito. Questi metodi sono chiamati spesso *programmi di modifica cognitiva del comportamento, di auto-istruzione o di autocontrollo*.

Un programma del genere prevede l'insegnamento di una serie di istruzioni auto-impartite che i bambini devono seguire mentre svolgono il loro lavoro. Le auto-istruzioni comprendono (1) che i bambini dicano ad alta voce a sé stessi quale è l'attività o il problema su cui devono lavorare; (2) che dicano quale piano d'attacco o strategia useranno per approcciare il problema; (3) che mantengano la loro attenzione sul compito; (4) che descrivano il piano mentre lo eseguono per arrivare al completamento del compito; e (5) che dicano a se stessi come pensano di essere andati. Questo può prevedere anche che si diano un premio, come un punto o un gettone, per aver affrontato il problema correttamente. Nel caso di una risposta sbagliata, ai bambini viene insegnato che possono dire qualcosa per auto incoraggiarsi, come: "La prossima volta farò meglio, se lo farò con più calma".

All'inizio, di solito, è un adulto che, mentre esegue un'attività, istruisce il bambino, mostrandogli come applicare questo metodo dell'auto istruzione. Poi il bambino svolge la stessa attività, mentre l'istruttore gli fornisce le direttive. Di seguito, il bambino porta avanti l'attività ripetendo egli stesso le istruzioni a voce alta. Questo parlare ad alta voce si smorza in favore di un discorso silenzioso (o di un sussurro). Di solito il bambino

viene premiato sia per aver seguito la procedura, sia per aver optato per le soluzioni più corrette. I bambini possono utilizzare questo metodo praticamente per tutti i tipi di compiti di scuola o anche per quelli di casa.

Nonostante l'apparente efficacia di questa metodologia per i bambini con ADHD, che hanno ovviamente delle difficoltà di autocontrollo, molti studi non hanno potuto dimostrare i risultati positivi. In generale, sembra che i successi ottenuti con questo sistema non persistano, una volta che il programma viene terminato. Inoltre essi non sembrano estendersi ad altre classi, luoghi o situazioni in cui il metodo non è stato insegnato o in cui i bambini non vengono gratificati, se lo usano.

Per queste ragioni raccomandiamo fortemente di non usare questo approccio come unico programma, di non renderlo il sistema principale all'interno della classe del bambino e di fare in modo che sia utilizzato solo dal docente e che non venga insegnato da esterni, perché è probabile che non si possa poi applicare all'interno della classe.

## Gestire i problemi scolastici degli adolescenti con ADHD

Tutte le raccomandazioni fatte fino ad ora sono applicabili sia ai bambini più piccoli che agli adolescenti. Tuttavia, i cambiamenti che avvengono alle scuole superiori, l'aumentato numero degli insegnanti che interagiscono con ogni studente, l'accorciamento della durata delle lezioni, l'aumento delle responsabilità dello studente e i frequenti cambiamenti nei programmi giornalieri delle lezioni, comportano spesso un calo notevole nelle performance educative degli studenti con ADHD che entrano alle superiori. Questo dipende anche dal fatto che non c'è molta responsabilità da parte degli insegnanti nei confronti dei singoli studenti, a questo livello d'istruzione. Solo quando il comportamento di un adolescente diventa sufficientemente grave da attirare l'attenzione o le lacune accademiche sono molto evidenti, qualcuno lo noterà. In genere, la risposta della scuola è punitiva piuttosto che costruttiva.

“Lei ritiene che mia figlia abbia bisogno di più struttura e di una supervisione maggiore alle scuole superiori, ma il preside sostiene che questo è solo un modo di viziarla, che, se continuiamo a fare così, lei non imparerà mai l'auto disciplina o l'autogestione. Dice che per Sarah è tempo di affondare o nuotare, di sperimentare le conseguenze naturali dei propri

errori e del proprio senso di disorganizzazione. È vero?”

È molto facile per gli adolescenti con ADHD cadere nel baratro, a questo punto, a meno che non siano stati inseriti in un programma educativo speciale prima di entrare alle scuole superiori. Quelli che lo sono stati, saranno “segnalati” per la necessità di proseguire con l’istruzione individualizzata, ma gli altri verranno probabilmente etichettati come pigri e irresponsabili. È a quest’età che le prestazioni scolastiche diventano la ragione più comune per cui gli adolescenti con ADHD si rivolgono all’aiuto professionale.

“Nostro figlio non vuole prendere lezioni private, dice di non averne bisogno, che è capace di migliorare il suo rendimento scolastico da solo e rifiuta anche la terapia farmacologica prescritta da Lei. Cosa possiamo fare?”

Doversi confrontare con degli istituti scolastici grandi può diventare frustrante sia per i genitori che per gli adolescenti con ADHD. Persino l’insegnante più volenteroso trova delle difficoltà a fare appello alla motivazione dei colleghi nell’aiutare a mantenere il ragazzo fuori dai guai a scuola. Ecco alcune idee che potrebbero essere d’aiuto:

1. Chiedete subito una valutazione specialistica, se vostro figlio non sta andando molto bene o sta avendo dei problemi, se non ha mai ricevuto il sostegno e se non ne avete mai fatta una o se la valutazione che avete è più vecchia di tre anni. La legislatura federale (l’Atto degli Individui con Disabilità Educative) prevede una rivalutazione ogni tre anni per l’insegnamento individualizzato. I servizi educativi speciali non vi saranno forniti prima che tale documentazione sia completata e ci possono volere novanta giorni o anche di più, in alcuni distretti. Prima cominciate e meglio è.
2. Di solito gli adolescenti con ADHD richiedono una consulenza sulla natura della loro disabilità. Sebbene siano stati già informati di essere “iperattivi” o di avere l’ADHD, molti di loro non trovano facile accettare di avere un disturbo. Il counseling li può aiutare ad imparare ad accogliere i propri limiti e a trovare le strategie per evitare che il disturbo crei loro problemi significativi. È tuttavia un tipo di counseling molto difficile da effettuare, perché richiede una particolare sensibilità nel comprendere il desiderio adolescenziale di essere indipendenti e di farsi la propria opinione di se stessi e del mondo. Spesso è necessario più di un incontro per ottenere dei risultati, ma la pazienza e la tenacia danno i loro frutti. Trovate un

counselor o un altro professionista che conosca l'ADHD e chiedetegli di dedicare alcuni degli incontri che farà con vostro figlio ad affrontare l'argomento del suo disturbo. Un adolescente è più incline ad ascoltare un professionista, piuttosto che voi.

3. Parlate al ragazzo dei vantaggi di tornare al trattamento farmacologico, se nel passato ha avuto successo. Le medicine possono migliorare le prestazioni scolastiche e aiutare vostro figlio ad ottenere quei privilegi speciali che gli verrebbero garantiti a casa come risultato dei suoi progressi (l'uso della macchina, un aumento della paghetta o altri privilegi). Gli adolescenti preoccupati che gli altri sappiano che prendono un farmaco dovrebbero essere assicurati che soltanto loro, i loro genitori e il medico ne saranno a conoscenza. Siate preparati ad una certa resistenza al trattamento farmacologico e considerate l'idea di stilare un contratto secondo il quale l'adolescente guadagna determinati premi (denaro, tempo libero extra, ecc.), se prende le medicine ogni giorno.
4. Programmate un incontro con la scuola all'inizio di ogni anno accademico e anche più spesso, se ce ne fosse bisogno. A questo incontro dovrebbero partecipare i docenti, lo psicologo dell'istituto, il consulente terapeutico, il dirigente scolastico, i genitori e *l'adolescente con ADHD*. Portatevi un opuscolo informativo sul disturbo da dare ad ogni partecipante. Se pensate sia utile, chiedete al medico di venire con voi per dare qualche consiglio. Rivedete brevemente la natura del disturbo di vostra figlia e l'importanza di una stretta collaborazione fra il corpo docente, la famiglia e la ragazza, per un miglioramento del rendimento scolastico. Chiedete agli insegnanti di descrivere gli attuali sforzi e i problemi dell'adolescente nella loro materia e di proporre cosa, a loro parere, si può fare per gestire le difficoltà. Alcune idee potrebbero essere: disponibilità dopo la scuola per alcuni giorni a settimana per un'assistenza extra; ridurre la lunghezza dei compiti scritti assegnati per casa; permettere alla ragazza di dimostrare oralmente di aver acquisito le conoscenze richieste, piuttosto che valutarla solo con punteggi forniti da prove scritte e a tempo; sviluppare un sistema di leggero richiamo per avvertire l'adolescente quando non è attenta in classe, senza farsi notare da tutti gli altri. Durante l'incontro, la ragazza deve prendersi pubblicamente l'impegno di fare determinate cose per migliorare il suo andamento scolastico. Il gruppo si dovrebbe poi accordare per incontrarsi dopo un mese, valutare se i piani abbiano avuto successo e discutere qualsiasi area problematica. A seconda della buona riuscita del programma, potrebbe essere necessario pianificare anche altri incontri. In ogni caso, dovrebbero esserne organizzati almeno due l'anno per controllare i progressi e mantenere la scuola concentrata sui bisogni

della ragazza. L'adolescente deve sempre partecipare alle riunioni.

5. Introducete un programma di valutazione tramite una "pagella" comportamentale, come descritto in precedenza. Questo tipo di schema può essere più difficile per gli adolescenti che per ogni altra fascia d'età, nel fornire riscontri giornalieri. Inoltre è bene inserire un sistema a punti, che preveda una serie di privilegi, che il ragazzo può ottenere con i punti guadagnati a scuola. I punti possono anche essere annotati in un quaderno e conservati per ottenere privilegi a lungo termine. Ricordatevi però che sono i premi immediati e non quelli a lungo termine che danno al programma il suo potere motivazionale. Quindi non riempite la lista delle ricompense con i premi a lungo termine. Una volta che l'adolescente riesce a mantenersi per almeno tre settimane con un punteggio al di sopra di 4 o di 5 (i punti negativi) sulla scheda, essa può essere utilizzata anche solo una o due volte la settimana. Dopo un mese di valutazioni soddisfacenti, la "pagella" può gradualmente essere eliminata o ridotta a cadenza mensile. L'adolescente deve tuttavia essere avvertito che, se arrivano voci di un abbassamento dei voti, il sistema verrà ripristinato.
6. Cercate di ottenere dalla scuola una seconda serie di libri per voi, anche se questo comporta il pagamento di una piccola cauzione<sup>2</sup>; in questo modo, i compiti a casa potranno essere completati anche se il ragazzo dimentica un libro in classe. Questi libri potrebbero servire anche ad un qualsiasi insegnante privato che abbiate ingaggiato.
7. Scegliete uno dei docenti del ragazzo, preferibilmente quello principale, o un consulente scolastico o un insegnante di sostegno che vi faccia da "manager individuale". Lo scopo di questa figura è incontrare brevemente il ragazzo tre volte al giorno, per aiutarlo per qualche minuto nell'organizzazione quotidiana. L'adolescente può fermarsi nell'ufficio di questa persona prima dell'inizio delle lezioni. A questo punto, il manager controlla che il ragazzo abbia portato tutti i compiti e i libri per le lezioni della mattina; nella pausa pranzo lo studente torna nell'ufficio del manager, che controlla se sono stati riportati correttamente tutti i compiti assegnati durante la mattinata, aiuta il ragazzo a prendere i libri necessari per le lezioni pomeridiane e verifica che abbia fatto tutti i compiti, che vanno consegnati durante queste ore di lezione. Alla fine della giornata, l'adolescente torna di nuovo dal manager per controllare che abbia copiato tutti i compiti e che abbia preso tutti i libri per studiare a casa. Ogni visita non sarà più lunga di 5 minuti, ma, intervallate come sono all'interno

---

<sup>2</sup> *N.d.R.* Nel sistema scolastico americano, i libri di testo vengono forniti direttamente dalla scuola, che li acquista e li distribuisce agli studenti, i quali a fine anno li restituiranno per gli studenti dell'anno successivo. Se i libri vengono danneggiati, lo studente paga per ripararli oppure riacquistarli. La vita media di un libro di testo è di circa cinque anni.

della giornata scolastica, questi incontri possono essere di grande aiuto nell'organizzare il lavoro.

8. Se credete di non riuscire ad aiutare il ragazzo nei compiti a casa, pensate ad un insegnante privato o fate in modo che vostro figlio frequenti qualsiasi lezione aggiuntiva prevista dalla scuola alla fine dell'orario di lezione. Il ragazzo può andare ad una lezione extra per materia a settimana.
9. Scegliete un momento della settimana per fare qualcosa da soli con vostro figlio, che sia piacevole per entrambi. Ciò vi dà l'opportunità di favorire le interazioni genitore-figlio, che non siano orientate al lavoro o includano la scuola o siano tese a causa dello stress che gli adolescenti con ADHD spesso provano nel dover svolgere attività scolastiche. Questi momenti contribuiscono a mantenere il vostro rapporto positivo, servono anche a controbilanciare i conflitti che le aspettative sulle prestazioni scolastiche spesso portano in famiglia. Nel prossimo capitolo troverete ulteriori indicazioni su come accertarvi di non insistere troppo sul lavoro scolastico a spese della vostra relazione con il ragazzo.

Faded, illegible text block, likely the beginning of a chapter or section.

Second faded, illegible text block.

Third faded, illegible text block.

Fourth faded, illegible text block.

Fifth faded, illegible text block, likely the end of the page.

## CAPITOLO 17

# Mettere il rendimento scolastico nella giusta prospettiva

Forse vi ricordate la storia della madre di Steve (nell'Introduzione), che si è rivolta alla nostra clinica perché aveva dei problemi con il suo bambino di otto anni. Quando le chiesi (come faccio di solito) cosa l'avesse portata da noi, mi sorprese rispondendomi semplicemente: "Mi aiuti, sto perdendo mio figlio". È stato un appello, e un colloquio, che non ho mai dimenticato perché ha riassunto in poche parole tutto il dolore straziante che vivono molti genitori di bambini con ADHD.<sup>1</sup>

Nel corso della visita con lei, appresi che i problemi con suo figlio erano cominciati in un modo quasi banale, andando ad un incontro con un insegnante, durante il quale era stata informata dello scarso rendimento scolastico del bambino, della sua incapacità di stare attento e dell'irregolarità nel consegnare i compiti fatti a casa già in prima elementare. I problemi vennero ulteriormente alimentati dal suo naturale desiderio di aiutare il figlio a migliorare a scuola. E aveva compiuto il suo lavoro davvero bene, da quel punto di vista, ma qualcosa le impediva di essere soddisfatta. Per lei, il lavoro a scuola, che era stato fino ad allora così importante e che ora veniva eseguito correttamente, sembrava una vittoria priva di significato. C'era qualcosa di più importante, che si stava perdendo in quel processo e che rendeva il successo raggiunto piuttosto irrisorio.

Come risultato di quel primo colloquio con l'insegnante, la madre di Steve iniziò lentamente a mettere in secondo piano tutte le altre attività e responsabilità che aveva per il pomeriggio e la sera, per poter dedicare questo spazio ad aiutare Steve nei compiti. All'inizio al bambino piaceva molto passare il tempo con la madre ed ella era convinta che aiutarlo a finire i compiti lasciati incompleti a scuola e fare quelli per casa non

---

<sup>1</sup> *N.d.A.* Alcune parti di questo capitolo sono state adattate dal discorso 'Aiuto, sto perdendo mio figlio', che ho presentato durante la mia relazione al Convegno Nazionale sui Bambini e gli Adulti con ADHD (CHADD) a Chicago il 15 Ottobre 1992. La relazione completa si può trovare su cassetta dal CHADD, (301) 306-7070.

avrebbe preso più di un'ora al giorno, ma, naturalmente, la svogliatezza e la disattenzione del bambino complicarono le cose e presto divenne la norma, per loro, passare molte ore al giorno a faticare senza risultati.

Nonostante avesse avuto alcune esperienze di insegnamento, che supportavano i suoi sforzi, la madre di Steve iniziò a sentirsi frustrata, arrabbiata e amareggiata dal fatto che il figlio non rispondeva al suo "aiuto" come lei si aspettava. Mentre prima era sempre ottimista, propositiva, incoraggiante e scherzosa, iniziò a minacciarlo di togliergli i privilegi. A quel punto il bambino si metteva a lavorare, a volte in lacrime, altre arrabbiato e risentito, perché doveva fare tutti quei compiti. Più avanti, nel corso dell'anno scolastico, iniziò persino a discutere con lei dei contenuti dei compiti, sebbene l'obbiettivo fosse chiaro.

Con il tempo, anche se all'inizio sporadicamente, Steve iniziò ad evitare la madre dopo la scuola, a volte mentendole sul lavoro che doveva fare. Appena finivano di fare i compiti, si ritirava subito nella sua camera o in soggiorno. Gradualmente, i litigi e i conflitti iniziarono ad estendersi a tutte le attività giornaliere che li coinvolgevano, come l'ora dei pasti e il momento di andare a dormire.

Durante l'anno, il rendimento scolastico di Steve migliorò ed egli terminò la prima elementare con una valutazione al di sopra della media, per la gioia di sua madre. Il sarcasmo e il distacco, che si erano creati durante l'anno scolastico, si placarono in estate, sebbene Steve cercasse sempre di evitare le lezioni di recupero settimanali che la madre gli aveva imposto. Quando iniziò il secondo anno e si tornò al rigore dell'organizzazione pomeridiana impostata in prima elementare, Steve si impuntò sul serio. Ora cercava la compagnia di suo padre, il quale aveva solo una responsabilità simbolica per il lavoro scolastico. Quando la madre cercava di abbracciarlo o baciarlo per augurarli la buonanotte, Steve si irrigidiva, si girava dall'altra parte e le rispondeva con voce monotona: "Notte, mamma", senza sentimento. Era devastata. Si chiudeva in camera da letto, piangendo e contestando aspramente al marito di avere ancora un figlio, mentre ella sembrava non averne più.

Ancora una volta Steve concluse l'anno con voti eccellenti. La madre pianificò delle lezioni private anche per quell'estate, ma fu il periodo peggiore che avessero mai vissuto insieme.

Perché stava perdendo suo figlio? Si chiedeva. Non vedeva quanto lei si stesse impegnando per il suo bene? Non si rendeva conto, lui, di quanto la scuola fosse importante per il suo futuro? Dov'era il suo senso delle priorità?

Questa crisi la convinse definitivamente a chiamarmi per un appuntamento, all'inizio della terza elementare. Era sicura che non sarebbe riuscita ad affrontare un altro anno accademico in quelle condizioni. Era sempre più depressa, invidiava lo stretto rapporto che suo marito aveva con

Steve e non sopportava che egli non fosse così coinvolto nelle problematiche scolastiche del figlio, anche se sapeva che era stata lei stessa ad offrirsi volontaria per quel ruolo. Cercava di alleviare la sua tristezza con la consolazione che Steve andava bene a scuola, ma non funzionava. Si rese conto che le era stato rubato qualcosa di molto prezioso, probabilmente anche a causa del suo stesso modo di fare. Non era più tanto sicura di voler pagare un prezzo così alto, in cambio del successo scolastico di suo figlio.

Il mio colloquio con Steve fu solo una conferma di quello che la madre aveva già intuito: egli la evitava consapevolmente, nel senso che si stava davvero allontanando da lei. In sostanza mi disse che tutto quello che la madre gli aveva insegnato riguardava la scuola, quanto dovesse andare bene e così via. Quando gli chiesi se fosse felice dei suoi voti, scrollò le spalle. Sembrava volermi dire: “E allora?”, come se si trattasse dei voti di sua madre, non dei suoi. L'amarezza e la rabbia erano quasi palpabili, ma allo stesso tempo percepii un senso di disperazione, come quello della madre. E, in qualche modo (senza una chiara consapevolezza), anche lui sembrava sentire che qualcosa di prezioso gli fosse stato portato via.

La madre di Steve ed io capimmo, ed anche il marito fu d'accordo appena si unì ai nostri incontri, che il lavoro che ci aspettava era molto difficile. Quale libro vi insegna a riparare una frattura relazionale fra genitore e figlio? Quale banale tecnica di gestione o computer potrebbe riorganizzare questo genere di situazione? Quale medicina può curare quel substrato così profondo e fondamentale, che lega la vita di un figlio con quella del proprio genitore?

Da allora, questi due genitori ed io procedemmo non più come un dottore e i suoi pazienti, ma come una vera e propria squadra in cerca di possibili soluzioni ad un problema per il quale nessuno di noi era veramente preparato. Quello che imparammo a fare è spiegato più avanti in questo capitolo. Durante il percorso, ad ogni modo, abbiamo tutti appreso alcune lezioni importanti sulla vita familiare.

## **Lezioni di vita familiare**

### **Lezione 1**

La relazione con il proprio figlio è un legame sacro e una questione di fiducia; deve assolutamente essere identificata sia dai genitori che dagli insegnanti come una priorità più alta e usata come fondamentale punto di

forza per qualsiasi necessità accademica. Riconoscete coscientemente la sua esistenza, rispettatala appieno e non soffocatela con uno stress inutile o eccessivo, come le pressioni che derivano dal non aver finito i compiti per casa.

## **Lezione 2**

L'incapacità di coltivare o supportare questa relazione può avere conseguenze devastanti a livello emotivo per entrambe le parti.

## **Lezione 3**

Spesso i membri dello staff scolastico lasciano che i genitori prendano il loro posto nelle responsabilità legate al contesto accademico, a detrimento della vita familiare e del rapporto genitore-figlio. Quando si assegna un compito ad un bambino della scuola elementare, in realtà non lo si assegna solo a lui ma a tutta la famiglia e, in particolare, al genitore che segue maggiormente quel bambino. Quindi i compiti a casa dovrebbero essere visti come un delicato equilibrio fra l'importanza di approfondire le conoscenze scolastiche e la necessità del bambino di avere una relazione tranquilla e appagante con i genitori, al di fuori della scuola.

Inoltre molti di noi, in quanto genitori, sono degli insegnanti fallimentari e incapaci di controllare i compiti. Più andiamo avanti nella giornata e più siamo, come anche i nostri figli, stanchi, irritabili e impazienti; vorremmo semplicemente vedere questi compiti finiti, a qualsiasi costo. Alcuni di noi pensano spesso all'impatto che hanno i compiti di scuola sulla vita della famiglia. Ma pochissimi scelgono di parlare del problema con l'insegnante per diminuirne la quantità.

## **Lezione 4**

Anche senza dovervi confrontare con la scuola, potreste non riuscire ad alimentare la vostra relazione con il bambino o a prevenire i danni che le si possono causare. Vostro figlio potrebbe decidere di spendere il tempo che dovrebbe passare con voi davanti alla TV, ai videogiochi o stando fuori casa e voi potreste permetterlo. Il vostro rapporto con il bambino non si sostiene da solo grazie al suo stesso slancio; deve essere incoraggiato e nutrito dal vostro continuo investimento d'amore, intimità, contatto, attenzione, rispetto e accettazione.

## Lezione 5

La naturale, graduale percezione dei nostri figli come individui separati da noi non deve essere accompagnata da una perdita del legame emotivo che abbiamo con loro. Possiamo, tuttavia, trascurare troppo presto questo legame o relazione, enfatizzando in modo eccessivo la nostra priorità dell'essere genitori fino ad escludere il mondo esterno. Il saper svolgere il lavoro a scuola, che sembra essere la capacità più importante tra quelle che un bambino in età di sviluppo deve saper padroneggiare, non è poi così fondamentale.

## Lezione 6

Come dimostra questo caso, se la relazione genitore-figlio viene danneggiata da un'eccessiva enfasi sul rendimento scolastico, non è irreparabile o, almeno, non lo è se si cerca di recuperarla nei primi anni di questo processo distruttivo. Probabilmente il danno può essere parzialmente recuperato anche se affrontato anni dopo, ma quel che è certo è che la relazione non si recupera da sola.

# Le priorità dei genitori

Il primo passo che abbiamo intrapreso per ripristinare il legame fra Steve e sua madre è stato quello di identificare quali fossero le priorità dei genitori per crescere un figlio che fosse in buona salute, sereno e ben inserito. In questo modo abbiamo potuto evidenziare quali aree erano state sacrificate per favorire la priorità del rendimento scolastico. Questa è stata la lista che ne è scaturita:

1. Promuovere attivamente il sostentamento e il benessere del nucleo familiare e dei suoi componenti, provvedendo a cibo sano, ad un rifugio sicuro e alla sicurezza dei suoi membri.
2. Infondere un senso della famiglia e della nostra appartenenza ad essa come membri necessari, amati, valorizzati, rispettati e responsabili del suo corretto andamento. Come disse così bene Craig Knippenberg in una pagina della rivista *ADDvance* di alcuni anni fa, ci sono due cose che noi genitori diamo ai nostri figli: una sono le radici e l'altra le ali.
3. Provvedere alle fondamenta di un corretto sviluppo della moralità del

bambino. Il che significa prendersi l'impegno di insegnargli a socializzare per entrare nella società e beneficiare dell'esperienza dei suoi membri.

4. Insegnare e contribuire a sviluppare le abilità interpersonali che conducono ai rapporti sociali di successo e all'accettazione. Imparare ad aspettare, rispettare il proprio turno, condividere, ascoltare, lodare, perdonare, risolvere i problemi e collaborare con i coetanei sono solo alcune delle caratteristiche che i genitori si dovrebbero impegnare ad insegnare ai propri figli, oltre ad occuparsi della loro istruzione scolastica. Questo potrebbe essere il problema principale per molte famiglie di bambini con ADHD, vista la grande difficoltà di socializzazione che hanno questi soggetti. La prova dell'importanza di quest'area dello sviluppo del bambino si può trovare solo guardando il dolore che molti genitori provano per i loro bambini con ADHD, che non hanno amici o non hanno mai ricevuto un invito ad una festa di compleanno.
5. Insegnare ai nostri figli un senso di comunità e i nostri obblighi nei suoi confronti, in quanto membri di una società più ampia. Anche se siamo assistiti da organizzazioni strutturate come quella degli Scout o dalle scuole, in qualità di genitori siamo noi che abbiamo la responsabilità maggiore nell'introdurre, alle volte sostenendone l'ingresso, i nostri bambini all'interno di una comunità più grande.
6. Sviluppare adeguatamente la salute fisica e mentale dei nostri figli, nonché il loro benessere generale. E non intendo solo la dieta, l'esercizio fisico, l'igiene e cose simili, ma anche l'acquisizione dell'abilità di auto sostenersi e le capacità di adattamento, che permettono ai bambini di diventare autosufficienti. Inoltre, questo significa tenere conto di uno spazio adeguato in cui i bambini possano ricercare felicità e soddisfazione attraverso gli svaghi, la ricreazione, gli hobby e le attività sportive non strutturate. A volte dimentichiamo che anche i bambini hanno bisogno di una pausa.
7. Trasmettere un senso di appartenenza ad un'umanità più grande, l'importanza di soddisfare gli obblighi civili e di essere abitanti di un pianeta con risorse che progressivamente si stanno esaurendo. La capacità dei nostri bambini di integrarsi in una società più ampia dipenderà da come li introduciamo al concetto dell'esistenza di una moltitudine di gruppi etnici, religiosi e culturali.

Pensate ancora che i compiti di scuola siano una priorità? Ripensate alle vostre fotografie di famiglia o alle riprese video dei vostri bambini, ne trovate forse qualcuna dove state facendo i compiti insieme? Probabilmente no. Perché no? Pensateci.

Una volta che Steve e la sua famiglia, stranamente senza sforzo, ebbero

evidenziato queste priorità, l'importanza delle prestazioni scolastiche diminuì drasticamente. Alla fine i suoi genitori concordarono che non erano necessari voti eccellenti, sebbene riceverli fosse degno di lode; sarebbe stato sufficiente prendere dei voti nella media.

Ma a questo punto non era ancora stato risolto il problema della quantità dei compiti che non venivano terminati a scuola e di quelli per casa. Durante un colloquio con l'insegnante, arrivammo alla conclusione che l'incapacità di Steve di finire i compiti a scuola era il sintomo di un problema più ampio, *che interessava tutta la classe* e non un problema domestico. Per risolvere veramente la questione, bisognava cercare la soluzione *in classe*. Questo ci condusse all'argomento delle modifiche da apportare al lavoro di classe in presenza di un alunno con ADHD, di cui abbiamo discusso nei Capitoli 15 e 16. E furono stabiliti compromessi simili per quanto riguarda i compiti a casa.

Il passo successivo fu togliere alla madre di Steve parte delle responsabilità dei compiti di scuola, facendo in modo che il padre facesse a turno con lei per questo lavoro e allontanando, così, la sua relazione con il figlio dalle questioni prettamente accademiche. Iniziammo a programmare delle uscite ricreative, durante le quali era proibito parlare di scuola, e ad incoraggiarla a dare a Steve dei riscontri positivi in maniera non troppo dura (ma senza fingere o eccedere negli elogi). Le cose non cambiarono velocemente. Steve sembrava molto sospettoso dei mutamenti che cercavamo di apportare. Tuttavia, man mano che essi divennero una routine, il nervosismo, il sarcasmo e l'atteggiamento oppositivo cominciarono a diminuire. Iniziò persino a chiederle di nuovo di uscire insieme e sembrava che fosse un po' più felice se lei assisteva ai suoi eventi sportivi o degli Scout. Nel giro di pochi mesi, la madre ci disse che sentiva che il loro vecchio rapporto si stava ristabilendo, ma che non erano ancora vicini come lo erano stati nel passato. Eppure era fiduciosa, e così io. I voti di Steve calarono fino alla sufficienza, con qualche discreto, ma sua madre riteneva che la cosa fosse accettabile, se serviva a ricostruire il rapporto fra loro due. L'ultima volta che incontrai questa famiglia, Steve e sua madre andavano abbastanza d'accordo ed ella sentiva che il loro rapporto stava tornando come prima. Riapparve l'affetto che sentivano naturalmente l'uno per l'altra e si impegnarono a mantenere un buon rendimento scolastico in prospettiva, legato alle altre aree della vita familiare e della relazione genitore-figlio, che avevano uguale importanza. Sembrava che avessero tutti accettato l'ADHD di Steve come una disabilità e che, quindi, avessero ridimensionato le loro aspettative in ambito scolastico, rendendosi conto che gli studenti con ADHD possono comunque condurre uno stile di vita discreto e moralmente corretto, nonostante il loro andamento in classe.

Quindi, mentre siete impegnati a cercare di ottenere i migliori risultati scolastici cui vostro figlio può aspirare, ricordatevi di non perdere mai di

vista le altre priorità, egualmente importanti, che sono implicate nella crescita di un bambino. Non sacrificate il vostro rapporto genitore-figlio o altri legami affettivi a causa del rendimento scolastico. Se il “lupo accademico”<sup>2</sup> viene a bussare alla vostra porta, come molto probabilmente succederà, accoglietelo ed accordategli il giusto valore, ma evitate con ogni mezzo di rinunciare a vostro figlio per lui.

---

<sup>2</sup> *N.d.A.* Questa è una metafora del lupo di cappuccetto rosso, molto usata, in America, anche per parlare della scuola: i bambini devono tenere a mente che il lupo è sempre alla porta, ovvero che le richieste accademiche sono sempre presenti.