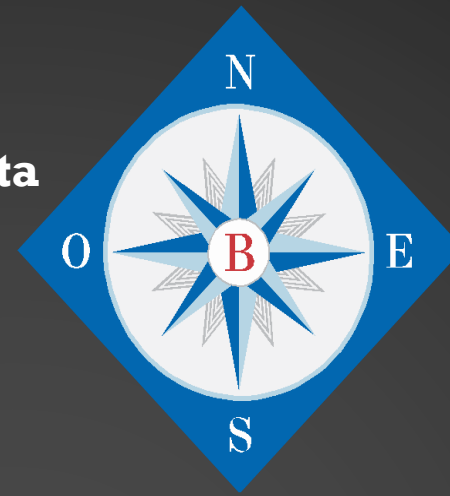


**Dott.ssa Claretta Sordi**  
**Pedagogista specializzata**  
**difficoltà specifiche di**  
**apprendimento**



**Socio ANCCRI**

**Trainer cognitivo**  
**Benso**

**Membro equipe prof. Francesco Benso**

**BAMBINI** **DISATTENTI?**

**NON ESISTE BAMBINO CHE NELLE PRIME FASI DELL'APPRENDIMENTO**

**NON ABBIAM IL PIACERE DI RIUSCIRE A FAR BENE PER DARE**

**GRATIFICAZIONE AL SUO MAESTRO E SENTIRSI COSI' RIPAGATO.....**

Il “non stare attento” non è volitivo ma dipendente da una carenza di risorse a disposizione.

Se questa affermazione, dimostrata ampiamente dalle ricerche in campo delle neuroscienze cognitive, viene condivisa da genitori ed insegnanti l’atteggiamento nei confronti del bambino assume tutt’altra connotazione.

Esiste a livello cerebrale una rete neuronale definita  
“**default network**” che supporta il pensiero vagante.

Diversi lavori confermano la difficoltà del bambino  
con disturbo dell'attenzione a sopprimere l'attività di  
questo circuito anche quando e' necessario  
concentrarsi

Il bambino che impara a leggere ad esempio  
deve con **atto volontario** mantenersi sul  
compito a differenza del bambino che impara a  
parlare

Quindi ogni apprendimento complesso ha bisogno di poter contare su risorse attentive che ne consentano il successo e questo ad ogni livello e non solo nelle fasi iniziali.

Si deduce dunque come in ogni apprendimento complesso le risorse attentive siano indispensabili al raggiungimento del successo

Se ho poche risorse attentive mi stanchero' presto e sarò facilmente catturato da stimoli visivi ed uditivi che mi staccheranno dal mio compito.



Il disturbo dell'attenzione e' **neurobiologico** cioe' nasce con noi essendo parte del nostro patrimonio genetico; quindi non e' mai attribuibile alla volontà del soggetto in quanto nel momento in cui si esauriscono le risorse a nostra disposizione l'attenzione non potrà essere attivata dalla volontà

Ecco perché dire ad un bambino  
distratto «**STAI ATTENTO!**» non  
puo' attivare la concentrazione.... E non  
sortisce alcun effetto se non quello del  
rimprovero

**Ma l'attenzione si puo' allenare?**

**E un bambino con scarse risorse  
attentive come si presenta?**

Bisogna valutare che, a causa della debolezza attentiva e dell'emotività, il Bambino è rallentato nelle esecuzioni, facilmente distraibile (involontariamente) e soggetto a cali improvvisi di concentrazione; necessita pertanto di maggior tempo nelle diverse applicazioni, sia scolastiche che casalinghe.

**Tale senso di disagio andrà, da una parte, compreso** (cercando di concedere tempi di ricarica e impegni cognitivi non prolungati), dall'altra, affrontato non lasciando il soggetto inattivo più del tempo dovuto alle “ricariche” attentive.

**L'inattività prolungata favorisce infatti il trend verso la noia** che genera disattenzione, emotività negativa ed indebolimento delle reti neurali adibite alle funzioni esecutive attentive.

Si ricorda che il sistema debole tende a rifuggire l'impegno cognitivo più intenso entrando in un cortocircuito.

**Sarà, quindi, necessario allenarlo gradualmente all'impegno e alla gestione della frustrazione sul compito**

Allora quali sono le funzioni collegate all'attenzione che entrano in gioco non solo nell'apprendimento ma fanno parte della quotidianità?

# **FUNZIONI ATTENTIVO-ESECUTIVE**

**AVVIO**

**ATTENZIONE SOSTENUTA**

**FLESSIBILITA'**

**CONTROLLO DELLA DISTRAZIONE**

**ORGANIZZAZIONE**

**AUTOREGOLAZIONE, CONTROLLO DELLE EMOZIONI**

**AVVIO**

**PRONTI.....VIA!**

**Senza anticipo né ritardo**



sostenere l'avvio al compito dando al bambino dei tempi entro il quale il lavoro si svolgerà

concedere una pausa se necessaria cercando di anticipare la stanchezza

la pausa avrà un suo tempo concordato

La gestione dei tempi è compito dell'adulto

Iniziare il compito calibrando la richiesta sulle capacità attentive del bambino;

gradualmente i tempi di concentrazione sul compito saranno allungati

Fornire rinforzo positivo

## **ATTENZIONE SOSTENUTA**

L'attenzione diventa sostenuta quando si prolunga nel tempo.

Per attivarla bisogna che il bambino resista prima su compiti brevi e sperimenti il successo.

Quindi:

suddividere un compito in unità da affrontare gradualmente

Non aspettare ad eseguire il compito il giorno prima per quello dopo ma costruire con il bambino uno schema di svolgimento

# FLESSIBILITA'

Il sapersi staccare da schemi comportamentali per **passare ad un altro compito** richiede molte risorse attentive e l'essere flessibili dà la possibilità al soggetto di adattarsi velocemente a nuove situazioni.

Tale funzione puo' essere favorita anche in famiglia abituando gradualmente il ragazzo all'esposizione a nuovi stimoli

L'essere poco flessibile induce il soggetto a pensare che siano sempre gli altri a doversi adattare alle sue regole e questo comportamento non sarà sicuramente favorevole alle relazioni sociali.

Abituare dunque il bambino poco flessibile ad adattarsi gradualmente alle regole, che non dovranno essere troppe, ma sul rispetto delle quali bisognerà essere molto coerenti

# GESTIONE DELLA DISTRAZIONE

Per riuscire a gestire le interferenze bisogna essere forti a livello attentivo per cui quando si studia o si fanno compiti bisognerà:

scegliere un ambiente della casa con poche distrazioni

organizzare prima di iniziare tutto ciò che servirà allo svolgimento del compito

## **ORGANIZZAZIONE E PIANIFICAZIONE**

**“Non hai ancora preparato lo zaino?”**

**“Non ci sono piu' i colori nell'astuccio?”**

**“Dov'e' il libro di storia? Non dirmi di nuovo sotto al  
banco!!”**

**La funzione di organizzazione e' sotto il controllo del sistema esecutivo per cui sarà indispensabile:**

Essere genitori/insegnanti pacati e coerenti

Fornire un modello di pianificazione spiegando e facendo vedere come un'azione si deve svolgere (ad esempio preparare lo zaino)

Guidare gradualmente il bambino all'autonomia diminuendo nel tempo la nostra presenza

Continuare a controllare l'esecuzione della consegna fino al raggiungimento di un risultato efficiente



## **CONTROLLO DELLE EMOZIONI**

Emozione e cognizione sono strettamente interconnesse anche a livello cerebrale per cui rinforzando le risorse attentive miglioreremo la capacità di controllare l'emotività evitando vuoti di memoria e cadute in compiti cognitivi.

**Lo sport in tal senso puo' essere un ottimo alleato**

Con lo sport si potenziano molte funzioni attentive:

l'avvio (pronti...via!)

la gestione della distrazione

la resistenza su di uno stesso compito

la flessibilità (cambio di compito)

l'organizzazione

il controllo dell'emotività

**Il tutto in un contesto motivante gratificante**

Gli sport situazionali (tennis, scherma, arti marziali) e quelli individuali (equitazione, atletica, danza, nuoto) risultano essere forti potenziatori delle risorse attentive perche':

l'allenatore calibra le sue richieste sulle capacità del singolo

l'allenatore, se carismatico, funge da modello positivo ed agisce rinforzando comportamenti adeguati

Al contrario nello sport di squadra un bambino attentivamente debole corre il rischio di essere escluso dal gioco con inevitabili ricadute negative sull'autostima.

Importante sarà avvisare l'allenatore, prima dell'inizio dell'attività sportiva, delle debolezze del bambino

**Gli studi e la ricerca in ambito di difficoltà di apprendimento confermano che con allenamenti cognitivi adeguati e sistematici si può migliorare anche nell'età dell'adolescenza e vivere il percorso scolastico con serenità e successo.**

**COME SOSTENERE ED ALLENARE LE  
FUNZIONI ATTENTIVE?**

**Richieste adeguate alle possibilità'**

**Presenza di ambienti organizzati e strutturati**

**Regole chiare e coerenti**

**Far sedere davanti vicino ad un compagno adeguato**

**Rinforzo positivo: sostenere e diventare alleati del bambino**

**Essere tutor positivi fornendo modelli semplici e chiari**

**Aiutare ad organizzarsi: controllo del materiale a inizio e fine lezione**

**dire sempre che cosa si fara' e quali saranno i tempi di lavoro**

**concordare se necessario delle pause brevi e decise dall'adulto**



**Costruire insieme schemi o mappe per supporto  
allo studio**

**Premiare l'impegno e non il risultato**

**Fornire un modello di problem solving:**

**cosa devo fare , in che modo, fisso l'attenzione,  
scelgo una possibilita', la metto in atto e controllo  
la risposta**

**Creare una comunicazione efficace  
(diminuiscono i problemi di disciplina ed  
aumenta il tempo per l'apprendimento)**

**Calibrare il carico di lavoro dopo aver  
stimato la tenuta attentiva**

**Spezzettare il compito consentendo pause  
se necessarie**

**Chiedere l'intervento dell'alunno quando lo vediamo attento per gratificarlo**

**Presentare uno stesso argomento con modalita' differenti**

L' applicazione costante di interventi educativi corretti e condivisi produrrà nel tempo cambiamenti comportamentali significativi nel bambino «DISATTENTO» rendendoci non solo la sua gestione piu' semplice ma soprattutto alimentando in lui la certezza di potercela fare....