



INDICAZIONI PRATICHE PER IL CAREGIVER

Iperattività, Impulsività e Disattenzione in età prescolare

Fin dall'infanzia Iperattività, Impulsività e Disattenzione interferiscono con un sereno adattamento al contesto.

Durante la Scuola dell'infanzia si assiste al passaggio graduale dalla regolazione mediata dall'adulto alla regolazione interna, facilitata e sostenuta dalle regole e dalle routine degli ambienti.

All'interno della sezione scolastica, i bambini si osservano e si allenano a mettere in pratica quei comportamenti che migliorano la convivenza e permettono di realizzare giochi e attività nel gruppo: imparano a rispettare il turno, a condividere un giocattolo, maturano le capacità di posticipare l'impulso.

Ogni bambino ha i suoi tempi di acquisizione delle competenze di autoregolazione, la specificità può essere influenzata sia dalle caratteristiche temperamentali o costituzionali, sia dalle esperienze di vita e dalla responsività dell'ambiente ad assumere una funzione regolatoria.

I più piccoli possono manifestare vivacità nell'approccio a situazioni nuove; in alcuni casi si osserva un aumento dell'iperattività e dell'impulsività e una facile distraibilità.

Spesso si tratta di variazioni del comportamento transitorie.

Tutto questo può scontrarsi con i limiti intrinseci dell'ambiente o stabiliti dall'adulto che possono produrre sensazioni di frustrazione che aumentano i livelli di agitazione e ribellione.

Un approccio educativo funzionale deve stabilire confini coerenti e fermi che aiutino il bambino a riconoscere i limiti e a gestire la frustrazione.

Una piccola percentuale di bambini può manifestare comportamenti di iperattività in modo sistematico, evidenziando una difficoltà nei processi di autoregolazione.

I bambini con queste caratteristiche tendono a mettersi in situazioni pericolose perché non prevedono le conseguenze delle loro azioni o non riescono a fermare il comportamento in tempo per modificare l'impulso.

Tendono a farsi male con più frequenza rispetto ai coetanei e presentano comportamenti rischiosi.

Questi bambini hanno un bisogno ripetuto di muoversi, difficoltà a stare seduti e a giocare in modo tranquillo passando da un'attività all'altra, attuando comportamenti di disturbo.

Sono comportamenti non intenzionali ma determinati da un bisogno interno di movimento e si manifestano in tutti i contesti di vita: scuola, casa, attività sportive, parco giochi.

A scuola presentano difficoltà nel mantenere tempi adeguati di attenzione ai lavori assegnati, possono presentare difficoltà di apprendimento e problematiche comportamentali successivamente.

In età prescolare è possibile intervenire in modo appropriato per realizzare un ambiente inclusivo che li aiuti a migliorare le loro competenze e a proteggerli dall'insorgere di ulteriori complicazioni: bassa autostima, ansia.

Il caregiver dovrebbe:

Definire gli obiettivi per stabilire la direzione, comprendere il terreno dove si sta muovendo per decidere come procedere (adattare i tempi, le modalità e riconoscere i bisogni).

È necessario osservare, comprendere il significato del comportamento, pianificare.

Iperattività

Comportamento	Perché fa così?	Cosafare	Cosanonfare
S'alza e gira per la classe	<ul style="list-style-type: none"> Fatica a controllarsi e mantenere l'attenzione a lungo È catturato da molti stimoli Si muove quando sente la necessità Le attività diventano noiose 	<ul style="list-style-type: none"> Strutturare le attività in modo chiaro e prevedibile Inserire pause di movimento o filastrocche mimate Assegnare una posizione che ci permetta più controllo Usare indicatori spaziali Valorizzare i comportamenti corretti 	<ul style="list-style-type: none"> Non alzare la voce Non prestare attenzione solo ai comportamenti disturbanti Non verbalizzare i suoi comportamenti negativi Non pretendere comportamenti regolati oltre le sue possibilità
Disturba i compagni	<ul style="list-style-type: none"> Ha difficoltà nel regolare il suo comportamento Non sa organizzarsi Vuole evitare situazioni spiacevoli o noiose Vuole ottenere l'attenzione 	<ul style="list-style-type: none"> Ignorare i comportamenti lievemente negativi Interrompete i comportamenti pericolosi Fornire istruzioni chiare sulle regole e le conseguenze Creare un clima di gruppo coeso Individuare uno spazio di decompressione 	<ul style="list-style-type: none"> Non etichettare Non minacciare con provvedimenti che non possono essere mantenuti Non amplificare il suo stato emotivo («nessuno gioca con te»)
Lascia tutto in disordine	<ul style="list-style-type: none"> Non sa organizzarsi È catturato da altre attività Ha un comportamento caotico Non sa come fare Ha difficoltà a coordinare il movimento 	<ul style="list-style-type: none"> Stabilire routine di riordino e insegnare come si fa Affiancare un tutor assegnare un posto fisso ai materiali Differenziare il gioco dal riordino 	<ul style="list-style-type: none"> Non rimproverarlo per ciò che non sa fare Non abbandonare il vostro progetto Non fargli usare molti materiali contemporaneamente Non rendete l'attività del riordino un favore
Rompe i materiali	<ul style="list-style-type: none"> E' curioso E' maldestro e non sa calibrare la forza Non guarda cosa sta facendo Sfoga le sue emozioni sugli oggetti 	<ul style="list-style-type: none"> Fornire materiali adatti Allenarlo a riconoscere le caratteristiche degli oggetti Poneteli limiti comprensibili Supervisionare l'utilizzo dei materiali fragili o pericolosi Gratificare 	<ul style="list-style-type: none"> Non bloccare ogni tentativo di esplorazione Non fornire materiali potenzialmente pericolosi finché non sarà pronto

Impulsività

Comportamento	Perché fa così?	Cosafare	Cosanonfare
Interrompe ed è invadente	<ul style="list-style-type: none"> • Ha difficoltà ad aspettare • È ancora in una fase di egocentrismo, vuole farsi notare • Desidera partecipare • Non frena l' 	<ul style="list-style-type: none"> • Anticipare il comportamento corretto • Allenare il pensiero riflessivo • Modellare il linguaggio interno • Narrare esperienze di autoregolazione • Essere fermi ma accoglienti • Gratificarlo 	<ul style="list-style-type: none"> • Non punire con tempi di attesa lunghi • Non giudicarlo • Non ritenerne il comportamento volontario
Non rispetta il turno	<ul style="list-style-type: none"> • Non riesce a regolarsi • Non ha pazienza, «tutto subito» • Si annoia e non sa gestire questa sensazione • E' precipitoso e non sa aspettare 	<ul style="list-style-type: none"> • Ricordare sempre la regola • Usare appropriati segnali di avvio • Rendere visibile la sequenza • Stargli vicino • Rinforzare il comportamento positivo 	<ul style="list-style-type: none"> • Non allungare i tempi di attesa • Non colpevolizzare • Non pretendere che stia fermo quando aspetta • Non chiedere perché lo fa
Si mette in pericolo	<ul style="list-style-type: none"> • Non prevede il pericolo • Il pensiero è più lento dell'azione • Non pensa alle conseguenze • Non considera il contesto • Non impara dall'esperienza 	<ul style="list-style-type: none"> • Aiutarlo a categorizzare per riconoscere il pericolo • Ripetere gli avvertimenti con calma e pazienza • Usare immagini come promemoria • Supervisionarlo e stargli vicino nelle situazioni di maggiore disregolazione 	<ul style="list-style-type: none"> • Non colpevolizzarlo • Non minacciare con punizioni che non si possono mantenere • Non spaventarlo: il terrore è nemico dell'autoregolazione
Non interiorizza le regole	<ul style="list-style-type: none"> • Vuole testare i limiti • Non comprende le regole • A volte le regole sono troppe o troppo astratte • Il comportamento è più veloce del pensiero 	<ul style="list-style-type: none"> • Stabilire regole buone • Essere calmi e fermi nella loro applicazione • Essere coerenti • Condividere le regole tra adulti • Stabilire poche regole adeguate all'età • Formulare le regole in poche parole • Essere sistematici e prevedibile nella loro applicazione • Preparare immagini che illustrino la regola 	<ul style="list-style-type: none"> • Non proporre un numero eccessivo di regole • Non chiedere di obbedire senza dare spiegazioni

Disattenzione

Comportamento	Perché fa così?	Cos'fare	Cos'non fare
Non ascolta le istruzioni	<ul style="list-style-type: none"> • Si distrae facilmente • Non mantiene in memoria le informazioni • Agisce ma non si ferma ad ascoltare • Ha difficoltà ad aspettare 	<ul style="list-style-type: none"> • Creare un contesto accogliente e prevedibile • Usare mediatori • Curare gli aspetti non verbali della comunicazione • Coinvolgerlo • Dare indicazioni brevi e semplici • Ricordare spesso segreti dell'attenzione • Fornire esempi chiari e di facile comprensione • Verificare i livelli di attenzione 	<ul style="list-style-type: none"> • Non dare molte indicazioni contemporaneamente • Non porsi obiettivi che non si possono raggiungere • Non fare discorsi lunghi
Non inizia l'attività	<ul style="list-style-type: none"> • Non ha capito cosa fare • E' catturato da altri stimoli • E' impegnato in altro e non riesce a riorientare la sua energia 	<ul style="list-style-type: none"> • Risvegliate senzi: vista, udito.... • Creare un contesto prevedibile • Usare mediatori esterni nonori e visivi • Coinvolgerlo nelle attività, renderlo protagonista • Verificare che abbia compreso le istruzioni • Progettare brevi attività ponte • Creare aspettativa favorire l'entusiasmo 	<ul style="list-style-type: none"> • Non rimproverare • Non interrompere bruscamente l'attività • Non ignorarlo
Non termina l'attività	<ul style="list-style-type: none"> • La sua attenzione non è stabile • E' catturato da molti stimoli che segue indipendentemente dal contesto • Le attività diventano per lui rapidamente noiose 	<ul style="list-style-type: none"> • Alternare momenti di attività cognitiva con pause di movimento o filastrocche mimate • Incuriosirlo • Favorire la partecipazione attiva • Proporre attività commisurate alle sue esigenze • Garantire a tutti la possibilità di successo 	<ul style="list-style-type: none"> • Non promuovere il collegamento tra impegno e forti emozioni negative • Non pretendere tempi di attenzione maggiori rispetto alle sue possibilità • Non valorizzare solo il risultato • Non eliminare la fatica • Non fare confronti tra bambini
Ha difficoltà a cambiare attività	<ul style="list-style-type: none"> • E' assorbito da quello che sta facendo • Non si accorge dei richiami dell'adulto • La sua flessibilità attentiva non è ancora matura • I suoi tempi di reazione sono più lenti • Non riesce a spostare il focus della sua attenzione 	<ul style="list-style-type: none"> • Creare un contesto accogliente e prevedibile • Avvisare in tempo quando si cambia attività • Ripetere le istruzioni con calma • Entrare nel suo mondo • Abbinare al richiamo verbale uno stimolo fisico • Essere una base sicura di riferimento • Proporre una cosa alla volta 	<ul style="list-style-type: none"> • Non interrompere bruscamente l'attività • Non proporre due cose contemporaneamente • Non fare domande improvvise