

## “NON SIA TURBATO IL VOSTRO CUORE” (GV 14,27) COME ANNUNCIARE GESÙ SE I BAMBINI E I RAGAZZI SONO DISATTENTI E IPERATTIVI *dott.sa Chiara Buzzega*

### ATTENZIONE ALLE ASPETTATIVE/DESIDERI DEL CATECHISTA

Cosa si aspetta il catechista prima di fare l'incontro di catechismo?:

Silenzio/ tranquillità No caos;

Trasmettere quello che si ha in mente di dire, “riuscire a fare l'incontro”, a “parlare” di Gesù.

Ascoltarsi ascoltare l'educatore/ non venire continuamente interrotti;

Pretendere rispetto; riuscire a far rispettare le regole.

Non dover continuamente riprendere, sgridare o urlare a qualcuno;

Un clima sereno in cui i bambini stanno bene;

...Tutte queste aspettative cadono quando del gruppo è presente un bambino disattento e iperattivo

Capiamo chi abbiamo davanti prima di applicare qualsiasi tecnica o strategia... quelle vengono dopo!

#### **Matteo un caso tipico:**

Matteo ha dieci anni e frequenta la quinta elementare. E' un bambino vivace e pronto ma con molte difficoltà di comportamento, un difficoltoso controllo motorio.

Non va volentieri a scuola e non va molto bene.

Non rispetta semplici regole di comportamento (come aspettare il suo turno per parlare, stare seduto al proprio posto) o fa fatica a mantenersi concentrato e dà l'impressione di non stare attento, guardandosi in giro o giocherellando con gli oggetti che ha vicino.

Quando viene richiamato dall'educatore Matteo è solito rispondere che non è stato lui, che l'amico lo ha chiamato, che qualcuno gli ha tirato la gomma, che c'è troppo rumore e che lui proprio non riesce a lavorare.

Solo da quest'anno riesce a evitare di alzarsi in continuazione durante l'incontro, ma chiede di uscire almeno 5/6 volte durante l'incontro; quando riesce a stare seduto mani e piedi stanno comunque facendo qualcosa, e ciò provoca spesso la caduta dal banco della sua cartellina, se non addirittura la sua stessa caduta perché continua a far dondolare la sedia. Questo provoca la sonora risata di tutti i bambini e l'**arrabbiatura** del catechista che è stato bruscamente interrotto nel suo discorso.

Addirittura succede che anche gli altri vengono “contagiati” e iniziano a fare confusione ed è impossibile andare avanti.

Molto di frequente Matteo non segue l'incontro perché è distratto da una attività qualsiasi, come il giocherellare: se invitato dal catechista a posare gli oggetti che ha in mano, insiste nel non farlo, dice che non fa niente di male e che la gomma gli serve, che stava appunto cancellando una cosa; questo genere di contrasto con il **catechista** può durare alcuni minuti, in cui il bambino si mostra frustrato e a volte assume un comportamento provocatorio rispetto all'adulto.

(Tratto dal testo Iperattività e autoregolazione cognitiva)



## CHI SONO I BAMBINI CON DISTURBO DA DEFICIT DI ATTENZIONE /IPERATTIVITÀ

Tale definizione **Disturbo da deficit di attenzione/Iperattività (DDAI)** descrive una **popolazione** di bambini **eterogenea** che presentano una serie di problemi le cui manifestazioni più evidenti riguardano la **difficoltà a mantenere l'attenzione e a controllare l'impulsività e il movimento**.

I sintomi relativi alla **disattenzione**

Difficoltà sia a concentrare l'attenzione su una cosa che a mantenere l'attenzione per un tempo prolungato (Ad esempio il bambino fatica non solo a concentrarsi su un compito assegnatogli per eseguirlo nel modo giusto, ma anche quando riesce a farlo gli è difficile mantenere l'attenzione fino alla fine; ogni pretesto è valido per distrarsi e spesso passa da una attività all'altra senza portarne a termine nessuna. Il comportamento di scarsa attenzione dipende anche dalla difficoltà a sforzarsi per un tempo prolungato, in particolar modo quando il bambino deve impegnarsi in compiti lunghi e noiosi. (Esempio compilare una scheda di catechismo sui dieci comandamenti)

La seconda caratteristica del DDAI è l'**iperattività**, ovvero un eccessivo livello di attività motoria o vocale. Il bambino iperattivo manifesta continua agitazione, difficoltà a rimanere seduto e fermo al proprio posto: è sempre in movimento sia a scuola che a casa, durante i compiti e il gioco. Si muove continuamente, agita mani e piedi anche da seduto, si alza e si mette a gironzolare anche in situazioni inappropriate **come per esempio a messa**. Fa cose che non sono finalizzate ad uno scopo preciso (Esempio cambia continuamente posizione sulla sedia, apre e chiude più volte la cartellina)

E' maldestro nei comportamenti.

**L'Impulsività** infine, è la **caratteristica distintiva dei DDAI**.

Propensione a parlare e agire precipitosamente (Ad esempio il bambino tende a dare una risposta prima ancora che sia terminata la domanda, spesso sbagliando; fa le cose immediatamente e senza pensarci bene); fatica a rispettare il proprio turno sia quando gioca che quando partecipa a una discussione. Sembra rispettare a fatica le richieste a lui rivolte dall'adulto non riesce ad aspettare le gratificazioni, pretendendo subito ciò che gli era stato promesso. Preferisce avere immediatamente una piccola gratificazione piuttosto che impegnarsi in termini di tempo e sforzo per ricevere un premio più consistente

L'impulsività si manifesta anche intraprendendo attività pericolose senza valutare il rischio.

E' la caratteristica che irrita maggiormente gli adulti che hanno a che fare con il bambino disattento e iperattivo e che porta ad attivare comportamenti punitivi

Per un bambino dai 5 minuti equivalgono a 50 minuti. L'attesa si trasforma in un tempo infinito. Essa può avere luogo solo se la ricompensa è in un tempo immediato, altrimenti diventa iperattivo.

In questi casi sono inutili le prediche, mentre sono utili frasi semplici e dirette espresse con poche parole.

Inoltre il bambino **non** riesce ad **AUTOREGOLARSI** (non riesce a regolare il suo comportamento) se qualcuno lo aiuta a farlo ha buone capacità.

A scuola commette errori tipici: errori di distrazione, il banco è sempre in disordine con tantissimi oggetti, perde in continuazione il materiale, viene distratto da suoni o da stimoli irrilevanti.

**Non riesce a regolare:**

- Concentrazione e l'attenzione sostenuta (attenzione prolungata)



- L'impulsività (precipitoso, disordinato, non spetta a parlare)
- Motivazione e l'impegno (scarso impegno, poca motivazione per i continui insuccessi)
- Gestire le emozioni (scoppi di rabbia, difficoltà a tollerare i no e i richiami)
- Pianificare e risolvere i problemi.
- Autostima (bassa autostima, a volte fa il bullo, senso di sé come cattivo)
- Comportamento con gli altri (collabora poco, rispetta poco le regole dei giochi)
- Comportamento motorio (difficoltà a stare seduto, goffo, comportamento motorio avventato e pericoloso).

Tale disturbo comporta un ostacolo significativo sul piano **scolastico, familiare e sociale** con sofferenza, spesso non riconosciuta, per il soggetto e la sua famiglia.

Ne deriva una difficoltà di gestione da parte di tutte le figure che si relazionano con il soggetto stesso: compagni, insegnanti, educatori.

Tali sintomi sono presenti in diversi contesti (a casa, a scuola, in parrocchia, con gli amici). Crea gravi problemi nella vita quotidiana.

Non è un problema di tempo (es: catechismo tradizionale), siamo noi che ci dobbiamo mettere in discussione e riflettere in modo nuovo su tre aspetti.

## TRE ASPETTI DA TENERE SEMPRE INSIEME

### CONTENUTI

### CONTESTO FACILITANTE

### RELAZIONE

#### 1) Contenuti

**Oggi devo fermarmi a casa tua:** il sacramento della riconciliazione

Il sacramento della riconciliazione è un incontro con Gesù, che ci conosce. E' come se egli venisse nella nostra casa e parlasse con noi della nostra vita e ci salva.

*Andò un giorno anche in casa di Zaccheo, un uomo ricco, che abitava a Gerico. Zaccheo non se l'aspettava e accolse Gesù pieno di Gioia. Nessuno sa che cosa gli disse Gesù. Ma Zaccheo ne rimase trasformato:*

*“Ecco Signore, io do la metà dei miei beni ai poveri; e se ho frodato qualcuno restituirò quattro volte tanto” Lc 19,1-10*

Contenuto da trasmettere:

*Qualunque cosa il nostro cuore ci rimprovera o gli altri ci rimproverano, abbiamo fiducia. Dio è più grande del nostro cuore, conosce ogni cosa e ci perdona.*

*(dal Catechismo della Cei “Venite con Me”)*

Il contenuto non deve essere scisso dal nostro comportamento altrimenti rischiamo di non essere credibili e creare forti incongruenze.

L'incontro per trasmettere tale contenuto non dovrebbe ricalcare la lezione scolare perché frutto di vissuti molto negativi ma dovrebbe tenere conto di vari elementi che aiutino il



bambino a regolare i propri comportamenti e a cambiare situazione (la lezione frontale è troppo pesante)

E' consigliabile

La dimensione esperienziale partendo dalle domande di vita è fondamentale. Ad esempio è interessante chi si ferma a parlare con loro, chi li ascolta, chi con loro non perde la pazienza. Questo favorisce nel bambino la riflessione e cerca di scoraggiare la tendenza a dare risposte affrettate, partendo da un argomento che gli interessa e lo coinvolge che è la sua stessa via.

Non dividere il bambino dal gruppo ma fare il contrario: interpellarlo, metterlo a coppie, coinvolgerlo in una scenetta.

*Il cammino di fede è in gruppo, vitale esistenziale, incarnato nella vita dei ragazzi e a partire da esso, in una parola come catechesi esperienziale...che porta ad una graduale maturazione di atteggiamenti evangelici. Attraverso il gruppo il ragazzo fa esperienza di Chiesa. (Mons. Giuseppe Cavalletto)*

L'incontro deve prevedere diverse fasi tra cui :

- **Realtà dei ragazzi.**

Occorre partire dalle domande di vita che il Vangelo interpella. ( Ad esempio quali sono le abitudini che ci allontanano da Gesù, Anche noi a volte, facciamo agli altri cose che non vorremmo che essi facessero a noi)

- **Annuncio evangelico**

E' un momento importante perchè si insegna che la Parola è ciò che può trasformare la nostra vita, è luce della nostra vita. Di conseguenza non va tralasciata o semplicemente letta, perché altrimenti non passa e il ragazzo si distrae. Va ad esempio drammatizzata oppure disegnata nelle varie parti, oppure letta facendo immaginare loro il finale.

E' consigliabile una interazione da parte loro.

- **Esperienza**

Di questo annuncio fanno **esperienza** (parte più dinamica che i differenzia dalla scuola) attraverso il confronto con i compagni o la comunità attraverso dei lavori di gruppo, vivendo una esperienza di missionarietà, chiamando un testimone di fede, approfondendo i documenti della fede.

- **Atteggiamenti**

Maturazione di **atteggiamenti** evangelici che ci conformano a **Cristo**

*I cristiani chiedono perdono con le opere al Signore. Ogni cristiano ha le sue opere buone per chiedere perdono.*

*Le Opere dell'amore più conosciute: Dare da mangiare a chi ha fame, confortare le persone che soffrono, perdonare le offese ricevute, pregare Dio per i vivi e per i morti.*

*(Dal catechismo Venite con me)*

Quali sono le nostre opere di bene? (tecniche dinamiche) Ci deve essere sempre l'aspetto pratico e la realizzazione di qualcosa che fanno loro. Non fermatevi sugli aspetti astratti

## 2) Il contesto

L'ambiente va pensato e preparato dagli educatori in anticipo, in modo che non ci siano elementi lasciati al caso.



Va anche osservato cosa scatena il comportamento indesiderato e cercare di evitarlo (troppe sgridate, troppa confusione, poca attenzione rivolta al ragazzo, un compito difficile....)

L'ambiente deve essere :

**Prevedibile**  
**Controllabile**  
**Rutinario**  
**Gratificante**

I bambini DDAI hanno una scarsa capacità predittiva delle conseguenze delle loro azioni: ad es. sottovalutano i pericoli oggettivi, oppure compiono azioni a loro proibite senza prevedere la punizione.

I bambini non si comportano così non perché vogliono raggiungere un certo obiettivo ma perché in quel momento gli va di comportarsi in un certo modo, senza pensare a quello che potrà accadere dopo.

Gli insegnanti possono intervenire aiutando in vari modi a prevedere le conseguenze di determinati eventi prima di agire.

In che modo è possibile?

- ◆ OFFRIRE FEEDBACK SULLE CONSEGUENZE DI UNA AZIONE
- ◆ INSTAURARE DELLE ROUTINE (I MOMENTI IN CUI È STRUTTURATA LA LEZIONE DI CATECHISMO)
- ◆ STABILIRE alcune piccole regole ma attenzione a non ricalcare l'ambiente scolastico DELLE REGOLE

I bambini che hanno difficoltà ad auto regolare il proprio comportamento devono avere dei binari entro cui gestire il proprio modo d'agire.

**Più strutturate e regolate sono le giornate, meno instabile sarà il comportamento del bambino.**

**Organizzare la sede e l'aula di catechismo:**

Per disporre in modo corretto i banchi allo scopo di favorire la partecipazione del bambino DDAI chiediamoci:

- Vede TUTTI?
- E' facile raggiungerlo?
- Lo vedo?
- Ha compagni vicino a lui? Quali?
- Quanti bambini possono essere disturbati dai suoi spostamenti?
- Le finestre dove sono?

**I potenziali distrattori:**

- ✗ Cartelloni
- ✗ Cestino
- ✗ Porta
- ✗ Finestre
- ✗ Orologio
- ✗ Compagni vivaci
- ✗ Armadi/librerie



## **✘** Tavolo con materiale

Sarebbe utile un grande orologio a disposizione in modo che sia visibile ma non all'interno della loro visuale abituale.

Occorre stabilire una routine e strutturare il tempo di lavoro in modo prestabilito e chiaro questo può aiutare il bambino a prevedere ciò che dovrà fare. (Ad esempio ha dieci minuti per colorare o disegnare o fare quel lavoro di gruppo)

Più routine ci sono nella classe, più il bambino può prevedere tempi e richieste e può cercare di adattare ad essi il proprio comportamento. Le richieste che gli fate devono essere chiare!!!

### **Esempi routine (magari definendo anche i tempi in anticipo):**

Accoglienza e canto

Momento iniziale di preghiera

Attività e la discussione in gruppo

Gioco

saluto

Riprenderli se non li rispettano.

### **REGOLE del gruppo**

Le regole devono essere chiare e condivise è perciò buona prassi dare la possibilità di approvare o modificare le regole in fase di discussione.

Le regole devono essere:

- Propositive e espresse al positivo
- Semplici e chiare
- Devono descrivere le azioni in modo operativo
- Devono utilizzare disegni o simboli colorati
- Poche e espresse con frasi corte
- Mi ricordo che quando l'educatore parla non parlo e aspetto che abbia finito.
- Quando devo parlare alzo la mano (un po' scolastica la regola)
- Quando devo uscire lo chiedo all'educatore
- Quando si gioca si può correre e alzare la voce, quando prego invece ascolto Gesù e faccio silenzio

Mostrare le regole e le routine in un cartellone, possibilmente le regole vanno abbinate alle immagini affinché siano più incisive.

### **Tempi di lavoro**

I bambini con DDAI non riescono a fare stime sul tempo, grandezza, quantità, difficoltà.

Abituare questi bambini a lavorare con tempi stabiliti significa aiutarli a pianificare e organizzare il lavoro identificando anche quanto impegno è necessario per svolgere quella consegna.

E' necessario avere una stima dei tempi di attenzione del bambino in modo da intervallare l'attività con pause.

Ad es. se l'attenzione media del bambino è di 15 minuti e occorrono 40 minuti per svolgere tutto il compito, è possibile suddividere l'attività in 2 o 3 parti con pause in mezzo accordate.



Oppure si può variare al suo interno l'attività proponendo procedure diverse da alternare (leggere per 10 minuti, poi sottolineare, poi rispondere alle domande). Con l'esercizio sarà poi possibile ampliare i tempi di lavoro.

- Rispettare le pause concordate come i tempi di lavoro

### **Organizzazione del materiale**

Una delle difficoltà più frequenti è quella legata alla organizzazione del materiale scolastico: non ha con sé il materiale, lo perde, lo distrugge, disturba gli altri chiedendo di prestargli le cose. Questo è un grosso problema a scuola ma al catechismo può non esserlo (dipende da noi)

Può essere utile:

- Preparare schede ritagliabili e tenere il suo quaderno in sede
- Lasciare il materiale in sede, in modo che non abbia l'ansia del materiale.

Oppure se proprio si vuole....

- Impostare col bambino un accordo basato su un sistema a punti per gratificarlo ogni volta che porta il materiale altrimenti utilizzare la tecnica del costo della risposta

**Anche il gioco deve essere previsto e non lasciato al caso.**

Va tenuto conto del particolare momento che rappresenta il gioco come momento di svago prevalentemente motorio: per questo motivo è dannoso utilizzare come punizione per il bambino il trascorrere questo tempo seduto fermo o impegnato nelle attività più "serie". È utile regolare questo tempo avendo già in mente delle proposte da fare alcune proposte semplici come prendersi, palla avvelenata, lupo... È utile elencare una banca dei giochi con tutte le attività che loro conoscono da utilizzare nel momento del gioco..

### **3) Relazione**

Il bambino disattento e iperattivo ha grosse difficoltà di relazione:

È emarginato dai coetanei, non ha amicizie durature, tende all'isolamento, preferisce rapportarsi con bambini più piccoli e instabili di lui. Non compie cose gravi ma le sue azioni rompono i rapporti con gli altri (es. un bambino D e I chiede al compagno down se è vero che i down muoiono presto).

In alcuni casi il bambino fatica ad inserirsi in un gruppo, è escluso dai giochi perché non rispetta le regole, va d'accordo solo con certi amici.

**L'autostima** è bassa perché:

pessimo rendimento scolastico

frequenti rimproveri

emarginazione

senso di colpa

Il bambino pensa di sé " sono stupido" " sono cattivo". Non è depresso ma demoralizzato.

Oltre alla centralità della persona e al protagonismo ci sono le seguenti parole che in acronimo dicono delle cose importanti:

Accompagnamento personale.



Gruppo più nutrito di educatori (necessità di affiatamento).  
Dinamiche del gruppo.

Occorre essere adulti significativi che aiutino davvero questi ragazzi a crescere.

E' importante che i ragazzi si sentano protagonisti e non perennemente messi ai margini o puniti, come succede a scuola.

Attenzione a non concentrarci troppo sugli aspetti problematici del bambino ma anche a valorizzarne le qualità. Questo non lo fa mai nessuno con loro! (es. ama disegnare e colorare, è generoso, ama ascoltare i racconti, sa tutto in un campo specifico es. sport)

E' importante scoprire e valorizzare le loro risorse e farle scoprire anche al ragazzo che si percepisce spesso in modo negativo come "l'elemento di disturbo". Deve potersi riconoscere per quello che è ma anche scoprire gli aspetti positivi.

Il ragazzo non deve percepire che ci siamo arresi o che ancora peggio lo sopportiamo.

Il bambino DDAI provoca e scatena le nostre arrabbiate e frustrazione. Occorre esercitare su di noi il controllo e fare una azione di prevenzione, anticipando le situazioni che possono provocare il comportamento indesiderato.

Quindi una modalità relazionale basata sull'accoglienza, la comprensione e la disponibilità  
Ad esempio è importante avere "il tempo privilegiato" per fare un piccolo gioco o anche solo parlare della settimana, per cancellare quelli che sono i conflitti e alimentare una migliore qualità del rapporto con l'adulto. Bastano anche solo 5 minuti all'inizio dell'incontro, possibilmente sempre però...anche questa può diventare una routine.

E' un momento per scoprire e amare la persona che abbiamo di fronte.

Occorre avere una modalità relazionale che accetta alcuni limiti e che non pretende di avere bambini tutti uguali ma che pretende alcuni cambiamenti.

No alle punizioni, possibilmente. Al limite togliere alcune gratificazioni oppure il time out (stare su una sedia tranquillo per alcuni minuti e si dà la possibilità di assumere un comportamento tranquillo).

La punizione non deve essere agita con aggressività o violenza ma con fermezza. Attenzione a non far diventare tutta la loro vita una punizione!

La testimonianza che si passa è che la catechesi è per tutti e che per essere tale deve coinvolgere l'intera comunità cristiana.

Dio è Padre di tutti gli uomini e tutti gli uomini sono chiamati ad amarsi come fratelli e a creare una comunità di fratelli: la Chiesa.

E' per questo che occorre lavorare sull'integrazione con il gruppo, trovando gli elementi che accomunano, che avvicinano, facendo lavorare insieme bambini, in piccolo gruppo.

E' importante valorizzare ciò che di buono e bello il bambino ha dentro di sé, magari rinforzando (tutti però dimensione del gruppo) di una bella giornata riuscita.

Il rinforzo è per **modificare un comportamento indesiderato** (magari con la tecnica della piramide fino ad arrivare a Gesù) e scegliendo dei premi al ragazzo gratificanti (cose simboliche).

Occorre insegnare azioni corrette nuove.: non cose generiche come fare il bravo o stai tranquillo ma comportamenti precisi (es. stare seduto per almeno 15 minuti/ non interrompi l'educatore quando parla)





Si ad una grossa attenzione al gruppo e all'integrazione del bambino, facendo lavorare i bambini a piccoli gruppi sia nelle discussioni che nelle attività pratiche, esponendo quello che hanno prodotto.

In una vira piena di insuccessi e frustrazioni, l'ora di catechismo può davvero **fare la differenza** nella vita di questi ragazzi che si sentono amati, valorizzati e aiutati nelle loro difficoltà. Dovete scoprire il bambino con i suoi talenti e i suoi sogni e non il bambino con i suoi problemi.

*dott.sa Chiara Buzzega*

