

# AIFA Onlus

## Associazione Italiana Famiglie ADHD

### **STRATEGIE SCOLASTICHE CHE PERMETTONO DI MANTENERE L'ATTENZIONE E L'ATTIVITA' DELL'ALUNNO ADHD ENTRO LIMITI ACCETTABILI**

*Si ringrazia la Dr.ssa Pamela Kvilekval che ha permesso la pubblicazione sul nostro sito ([www.erreddi.it/adhd](http://www.erreddi.it/adhd)) e la diffusione gratuita di queste "strategie scolastiche", da utilizzare per i bambini con deficit di attenzione e iperattività e la Sig. Patrizia Stacconi, madre di un bambino ADHD e referente dei genitori della provincia di Roma nel Progetto ADHD "Parents for Parents", che ne ha curato la diffusione.*

La capacità di apprendimento e un appropriato comportamento scolastico dipendono dall'abilità dell'alunno ad orientarsi, a mantenere l'attenzione e a mantenere la sua attività entro certi livelli per un determinato periodo di tempo.

#### **ACCORGIMENTI PER CONTENERE UN'ECESSIVA ATTIVITA'**

- **Non tentare di ridurre l'attività, ma incanalarla ed utilizzarla per accettabili finalità.**

1. Dare incarichi che permettano il movimento controllato nella classe per fini non inopportuni.
2. Permettere di stare in piedi di fronte al proprio posto, specialmente in prossimità della fine del compito.

- **Usare l'attività come un premio.**

1. Dare il permesso per una attività (es. dare incarichi come portare un messaggio a qualcuno, pulire la lavagna, mettere a posto i libri della cattedra, sistemare le sedie) quale riconoscimento individuale di un suo successo.

- **Usare l'attività come risposta alle istruzioni.**

1. Usare metodi di insegnamento che incoraggino la risposta attiva (es. parlare, organizzarsi, lavorare alla lavagna).
2. Incoraggiare a tenere un quaderno "speciale" dove scrivere, colorare ed altro.
3. Insegnare all'alunno a porre domande pertinenti.

## **ACCORGIMENTI PER CONTENERE L'INCAPACITA' DI ATTENDERE (IMPULSIVITA')**

- **Non chiedere all'alunno di aspettare, ma dargli un sostituto verbale o una risposta motoria da compiere durante l'attesa**

1. Istruire l'alunno a continuare una parte più facile del suo compito (o a farne uno sostitutivo) nell'attesa dell'aiuto dell'insegnante.
2. Sottolineare all'alunno, prima di cominciare, le domande più rilevanti.
3. Insegnare all'alunno ad affrontare in un test per prime le risposte a lui note.

- **Incoraggiare l'alunno ad esplicitare le sue capacità positive**

1. Suggestire o rinforzare altri ruoli (es. fare il capofila, distribuire i fogli).
2. Insegnare loro come riconoscere le pause nella conversazione e come non perdere il filo del discorso.
3. Indicare all'alunno quando serve un maggior autocontrollo per una specifica attività.
4. Insegnare e rinforzare le convenzioni sociali (es. buongiorno, ciao, per favore, grazie).

## **ACCORGIMENTI PER EVITARE LA CADUTA DELL'ATTENZIONE DURANTE I COMPITI E NELLE ATTIVITA'**

- **Diminuire la lunghezza del compito.**

1. Dividere il compito in parti più piccole che possano essere completate in diversi momenti.
2. Far fare pochi esercizi alla volta.
3. Nel presentare il compito usare un linguaggio preciso e chiaro.
4. Parcellizzare il compito da memorizzare invece di presentarlo nella sua globalità.

- **Rendere i compiti più interessanti.**

1. Permettere di lavorare in coppia o/e in piccoli gruppi.
2. Alternare compiti molto interessanti ad altri meno interessanti.
3. Usare proiettori da parete durante le spiegazioni.
4. Far sedere l'alunno vicino all'insegnante.

- **Cercare le novità, specialmente alla fine di un lungo compito.**

1. Trasformare in gioco la correzione dei compiti.

2. Trasformare in gioco il ripasso mnemonico.

- **Purché il suo comportamento non sia di disturbo, non pretendere da lui una quiete assoluta che non sempre coincide con una reale attenzione.**

### **ACCORGIMENTI PER EVITARE LA MANCANZA DI PARTECIPAZIONE E L'INCOSTANZA NEL TERMINARE I COMPITI.**

- **Andare incontro alle scelte e agli specifici interessi dell'alunno nei compiti.**

1. Permettere, entro certi limiti, la scelta del compito, dell'argomento, dell'attività.

2. Capire le preferenze dell'alunno ed usarle come incentivo.

- **Assicurarsi che i compiti coincidano con le capacità di apprendimento dell'alunno e con le sue attitudini.**

1. Permettere modalità alternative di risposta (es. scritte con il computer)

2. Alternare il livello di difficoltà del compito.

- **Accorgimenti per superare la difficoltà ad iniziare un compito: aumentare la strutturazione e l'importanza delle parti più rilevanti di un compito.**

1. Predisporre l'attenzione dell'alunno alle richieste orali

(es. dandogli anche delle istruzioni scritte).

2. Dare una struttura precisa ai compiti ed ai test.

3. Permettere il lavoro in coppia o in piccoli gruppi purché a bassa voce.

4. Colorare, cerchiare, sottolineare le istruzioni o i punti più difficili.

## **ACCORGIMENTI PER COMPLETARE IN TEMPO I COMPITI ASSEGNATI.**

- **Incrementare l'organizzazione del lavoro con l'uso di liste, diari, quaderni di appunti, cartelline.**

1. Scrivere i compiti assegnati sulla lavagna ed assicurarsi che li abbia copiati.
2. Scrivere promemoria da mettergli sul banco, sui libri, sul diario.
3. Aiutare l'alunno ad organizzare, con l'uso di raccoglitori, le schede e le mappe.
4. Spingere i genitori a stabilire in casa consuetudini giornaliere su come riporre i libri ed usare il materiale scolastico.
4. Aiutare l'alunno a tenere in ordine il banco organizzandogli lo spazio.

- **Programmazione mirata**

1. Programmare le differenti attività (di cosa si ha bisogno, come dividere i compiti in più parti)
2. Prevedere il tempo necessario per ogni singola attività.
3. Insegnare strategie per studiare.

## **ACCORGIMENTI PER OVVIARE AD UNA SCARSA ABILITA' MANUALE O INTERESSE ALLA SCRITTURA.**

- **Ridurre la necessità di scrittura manuale.**

1. Non obbligare l'alunno a ricopiare del materiale o appunti scritti sulla lavagna.
2. Permettere all'alunno di utilizzare gli appunti dei compagni.
3. Accettare compiti scritti al computer.
4. Fornire all'alunno testi, esercizi, schemi o appunti già strutturati e pronti per essere inseriti nel suo schedario (anche già forati con la perforatrice).

- **Non pretendere sempre alti livelli di qualità nella scrittura dei compiti ma solo nelle parti più importanti dove è indispensabile la chiarezza.**

1. Ridurre lo standard per una scrittura accettabile.
2. Evidenziare quelle parti del lavoro particolarmente ben fatte.

## **ACCORGIMENTI PER MIGLIORARE LA SCARSA STIMA DI SE'.**

- **In generale riconoscere le capacità e gli sforzi dell'alunno.**

1. Richiamare l'attenzione sulle capacità dell'alunno creando, ogni giorno oppure ogni settimana, dei momenti in cui lui possa mostrare i suoi talenti.
2. Riconoscere come l'attrazione a nuovi stimoli possa portare anche alla creatività.

- **Aumentare la soddisfazione del successo aiutando l'alunno a migliorare le sue qualità.**

1. Riconoscere l'entusiasmo dell'alunno ed usarlo per sviluppare le sue qualità.
2. Evidenziare i suoi successi e non i suoi errori.

- **Coinvolgere l'alunno nella soluzione delle sue difficoltà.**

1. Fare, insieme all'alunno, un elenco dei suoi comportamenti negativi, descrivendo i momenti più difficili e decidere le strategie che possono essere adoperate per evitare comportamenti non adeguati.

Questo colloquio va tenuto privatamente, con calma e con l'atteggiamento di chi cerca di risolvere dei problemi, non per colpevolizzare l'alunno.

2. Fare "giochi di ruolo" con l'alunno in queste situazioni per praticare comportamenti alternativi.
3. Iniziare con un solo comportamento da cambiare, tenendo una scheda apposita per registrare successi ed insuccessi. Tener conto alla fine della settimana di quante volte l'alunno è riuscito ad adoperare una strategia positiva.
4. Dopo il primo miglioramento, aggiungere un altro comportamento da cambiare e decidere assieme all'alunno la strategia (o le strategie) che devono essere adoperate.