STRATEGIE SCOLASTICHE
CHE PERMETTONO DI MANTENERE L'ATTENZIONE E L'ATTIVITA' DEL BAMBINO ADHD ENTRO LIMITI ACCETTABILI

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

ACCORGIMENTI PER CONTENERE UNA ECCESSIVA 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 distruttivi.
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 incoraggio la risposta attiva (es. parlare, muoversi, organizzarsi, lavorare alla lavagna).
2. Incoraggiare a tenere un diario dove scrivere, colorare ed altro.
3. Insegnare al bambino a fare domande pertinenti.

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

• Non chiedere al bambino di aspettare, ma dargli un sostituto verbale o una risposta motoria da compiere durante l'attesa, e, quando possibile, nel frattempo incoraggiare il suo fantasticare.

1. Istruire il bambino a continuare una parte più facile del suo compito (o a farne uno sostitutivo) nell'attesa dell'aiuto dell'insegnante.
2. Insegnare al bambino ad affrontare in un test per prime le risposte a lui note.
3. Abituare il bambino a sottolineare o a riscrivere le domande prima di comìnciare, oppure a colorarne, con un evidenziatore, le parti più rilevanti.
4. Incoraggiare il bambino a scarabocchiare o a giocare con la gomma, col segnalibro o con la matita mentre aspetta o sta ad ascoltare delle istruzioni.
5. Incoraggiarlo a prendere appunti (anche se solo per poche parole, quelle che lui reputa le più importanti.

• Incoraggiare il bambino a tirare fuori le sue capacità positive di leadership invece di fraintendere la sua incapacità di attendere come impazienza o prepotenza.

1. Suggerire o rinforzare altri ruoli (es. fare il capofila, distribuire i fogli).
2. Per i bambini che sempre interrompono, insegnare loro come riconoscere le pause nella conversazione e come non perdere il filo del discorso.
3. Indicare al bambino 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 il diversi momenti.

2. Dare due compiti, facendo svolgere prima quello che piace di meno al bambino, e poi il suo preferito.
3. Far fare pochi esercizi alla volta.
4. Nel presentare il compito usare un linguaggio preciso e globale.
5. Parcellizzare il compito da memorizzare invece di presentarlo nella sua globalità.

• Rendere i compiti più interessanti.

1. Permettere di lavorare in coppia, in piccoli gruppi.
2. Alternare compiti molto interessanti ad altri meno interessanti.
3. Usare proiettori da parete durante le spiegazioni.
4. Far sedere il bambino vicino alla maestra.

• 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.

• Non incoraggiare o rinforzare il giudizio di "bella addormentata", ossia se il bambino guarda fuori dalla finestra o ad un altro bambino non significa perciò che sia disattento. 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 ed agli specifici interessi del bambino nei compiti.

1. Permettere, entro certi limiti, la scelta del compito, dell'argomento, dell'attività.
2. Capire le preferenze del bambino ed usarle come incentivo.
3. Attirare l'attenzione del bambino al compito.

• Assicurarsi che i compiti coincidano con le capacità di apprendimento del bambino e con le sue attitudini.

1. Permettere modalità alternative di risposte (es. scritte a macchina, con il computer, registrate a voce).
2. Alternare il livello di difficoltà del compito.
3. Assicurarsi che il mancato svolgimento di un compito non dipenda dalla disorganizzazione.

ACCORGIMENTI PER SUPERARE LA DIFFICOLTÀ AD INIZIARE UN COMPITO: IN GENERALE AUMENTARE LA STRUTTURAZIONE E L'IMPORTANZA DELLE PARTI PIÙ RILEVANTI DI UN COMPITO O DELLE CONVENZIONI SOCIALI.

1. Predisporre l'attenzione del bambino alle richieste orali (es. dandogli anche delle istruzioni scritte, permettendogli di prendere appunti).
2. Dare una struttura precisa ai compiti ed ai test (es. usare fogli a quadretti per la matematica, stabilire degli standard per i compiti, essere il più specifici possibile).
3. Inquadrare la struttura globale del compito (es. le domande fondamentali, il percorso da compiere, le tavole del contenuto).
4. Permettere il lavoro in coppia o in piccoli gruppi purché a bassa voce.
5. Colorare, cerchiare, sottolineare, o riscrivere le istruzioni od 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. Assegnare i compiti al bambino scrivendoli su agendine tascabili.

2. Scrivere i compiti assegnati sulla lavagna ed assicurarsi che li abbia copiati.

• **Stabilire le consuetudini per quanto riguarda l'uso dei materiali della classe e per il vestiario.**

1. Aiutare il bambino ad organizzare, con l'uso di raccoglitori, i compiti già fatti e quelli da svolgere; lo stesso vale per gli appunti presi in classe per mantenerli in ordine cronologico.
2. Spingere i genitori a stabilire in casa consuetudini giornaliere su come riporre i libri ed usare il materiale scolastico.
3. Aiutare il bambino a tenere in ordine il banco organizzandogli lo spazio.

• **Organizzare il suo ambiente con divisori e materiali colorati.**

1. Insegnare al bambino l'abitudine di porsi delle domande prima di iniziare qualcosa o di lasciare un luogo (es. "Ho tutto quello che mi serve?")
2. Scrivere promemoria da mettergli sul banco, sui libri, sul diario.
3. Incrementare la programmazione sequenziale del pensiero.

• **Esercitarsi alla programmazione.**

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.

• **Usare classificazioni, divisioni logiche, ripartizioni.**

1. Insegnare l'uso di sistemi di scrittura col computer per riordinare le idee.
2. Insegnare al bambino a prendere note divise in tre colonne quando ascolta le spiegazioni o legge il materiale (punti principali, punti di supporto, domande).

ACCORGIMENTI PER OVVIARE AD UNA SCARSA ABILITA' MANUALE ALLA SCRITTURA.

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

1. Non obbligare il bambino a ricopiare del materiale: ciò diminuirà il suo livello di qualità invece di migliorarlo.
2. Permettere al bambino di utilizzare gli appunti dei compagni o dell'insegnante.
3. Accettare compiti battuti a macchina, scritti al computer o registrati.

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

1. Colorare, evidenziare, sottolineare quelle lettere che di solito il bambino non è capace di fare in corsivo.
2. Ridurre lo standard per una scrittura accettabile
3. Evidenziare quelle parti del lavoro particolarmente ben fatte.

ACCORGIMENTI PER MIGLIORARE LA SCARSA STIMA DI SE.

• **In generale riconoscere le capacità e gli sforzi del bambino.**

1. Richiamare l'attenzione sulle capacità del bambino creando, ogni giorno oppure ogni settimana, dei momenti in cui lui o lei possano mostrare i loro talenti.
2. Riconoscere che l'eccesso di attività può anche significare un aumento di energia e di produttività.
3. Riconoscere che essere un capobanda è una qualità da leader.
4. Riconoscere che l'attrazione a nuovi stimoli porta anche alla creatività.

• **Aumentare la soddisfazione del successo aiutando il bambino a migliorare le sue qualità.**

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

• **Coinvolgere il bambino nella soluzione delle sue difficoltà.**

1. Fare, insieme al bambino, un elenco dei suoi comportamenti negativi, descrivendo i momenti più difficili e decidere le strategie che possono essere adoperate per evitare guai. Questo colloquio va tenuto privatamente, con calma e con l'atteggiamento di chi cerca di risolvere dei problemi, non per colpevolizzare il bambino.
2. Fare "giochi di ruolo" con il bambino in queste situazioni per praticare comportamenti alternativi.
3. Iniziare con un solo comportamento a cambiare, tenendo una scheda apposita per registrare successi ed insuccessi. Tener conto alla fine di **ogni giorno** di quante volte il bambino è riuscito ad adoperare una strategia positiva.
4. Dopo il primo miglioramento, aggiungere un altro comportamento da cambiare e decidere assieme