



# ALUNNI ADHD

proposte per l'autoregolazione del comportamento

# COSTRUIRE UN' AGENDA VISIVA GIORNALIERA

La routine si crea:

- dividendo la giornata in segmenti con le attività principali

- ripetendo quotidianamente le attività attentamente prescelte

L'agenda visiva giornaliera riporta le varie attività routinarie attivate in classe.



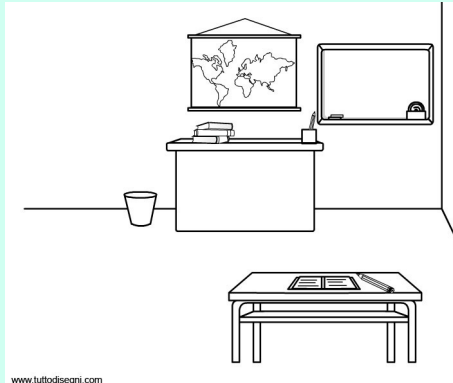
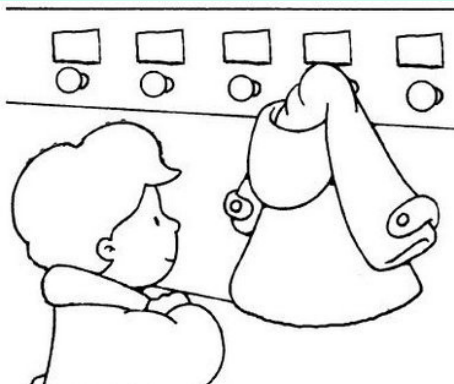
# ESEMPIO

GIUBBINO  
SULL'  
APPENDINO

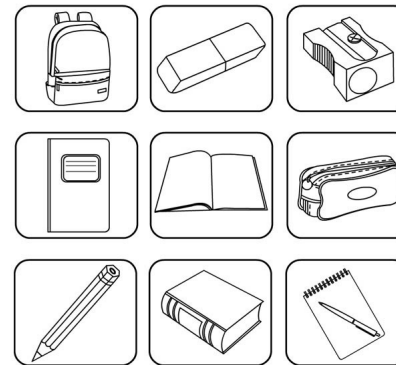
ZAINO  
IN AULA

MATERIALE  
SUL BANCO

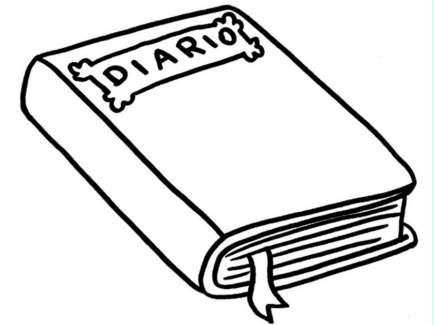
DIARIO  
SUL BANCO



[www.tuttodisegni.com](http://www.tuttodisegni.com)



[www.tuttodisegni.com](http://www.tuttodisegni.com)

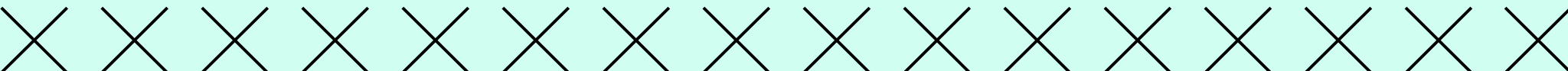


[www.tuttodisegni.com](http://www.tuttodisegni.com)



# A SECONDA DELLE ESIGENZE DEI BAMBINI

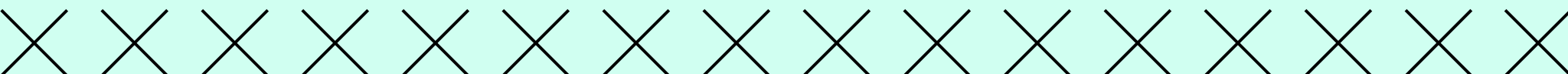
Le attività rappresentate possono riguardare un momento tipicamente critico (noi abbiamo rappresentato l'inizio della giornata, con le azioni da compiere per avviare la giornata a scuola) oppure l'intera giornata.





# MOLTO UTILE

Predisporre degli spazi per la CHECKLIST per l'autocontrollo o, in alternativa, stampare in versione ridotta e posizionare in punti visibili e accessibili al bambino.



# ESEMPIO DI CHECKLIST:

vengono contrassegnati man mano che vengono svolte le azioni

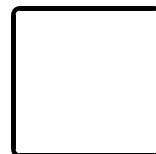
giubbino



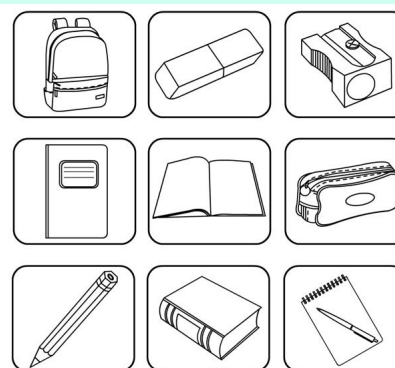
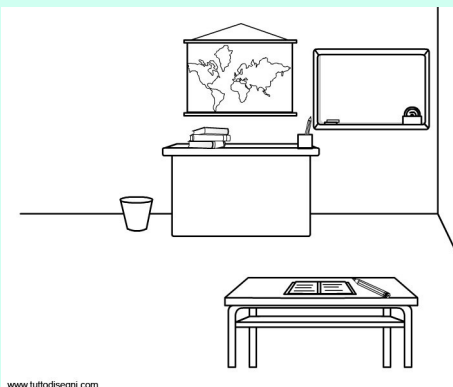
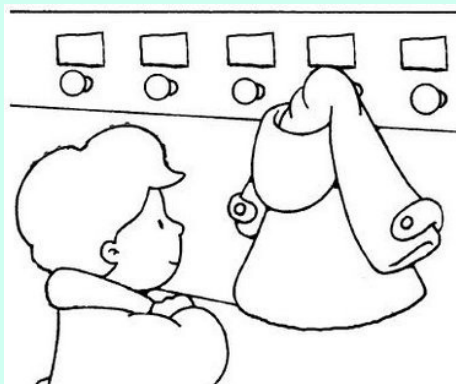
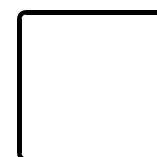
zaino



materiale



diario



Le checklist possono essere incollate al banco, accanto all'appendino dell'allievo, nel diario ecc. Sono stimoli efficaci se VISIBILI.

## 02 POSSIBILI DIFFICOLTÀ

"Il mio alunno non accetta alcuna regola, come posso pensare di chiedergli una routine così rigida?"

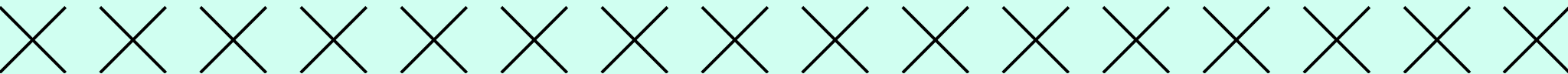
"Rifiuta qualunque convenzione come può controllare da solo?"

Se gli alunni ADHD mettono in atto comportamenti negativi sistematicamente in corrispondenza di alcune situazioni, l'insegnante riesce a gestire meglio quegli eventi **MODIFICANDO** le routine esistenti o **PROPONENDONE** se sono momenti non strutturati.

# PARTIAMO DA UN OBIETTIVO

Diamoci una priorità e facciamo partire da quella la nostra routine.

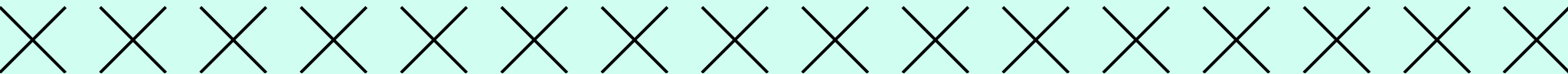
**IN GENERALE** una forte strutturazione attenua l'ansia data dal non sapere "cosa avverrà dopo".  
Avere un rimando visivo di ciò che li aspetta, riduce lo stress nei bambini e li aiuta a contenersi.





# UTILIZZARE CODICI VISIVI

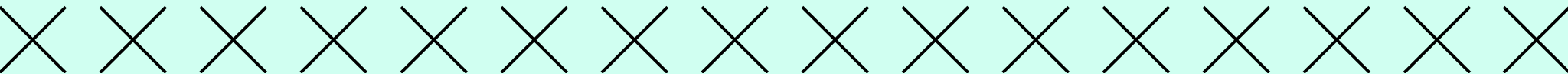
- utilizzare colori diversi per le copertine dei quaderni delle varie materie
- riprendere gli stessi colori nell'orario riportato nel diario personale
- fornire alla famiglia una checklist per il materiale da portare per le discipline (ES: lunedì ho ed.fisica. Controllo la checklist: scarpe, tuta. CHECK. Poi ho geometria: squadra, righello e compasso. CHECK)



# STRATEGIE PER TUTTI

Proporre queste strategie a tutti i compagni, non limitando la proposta agli alunni ADHD.

Il messaggio veicolato sarà maggiormente positivo se gli strumenti organizzativi forniti saranno condivisi con i pari.

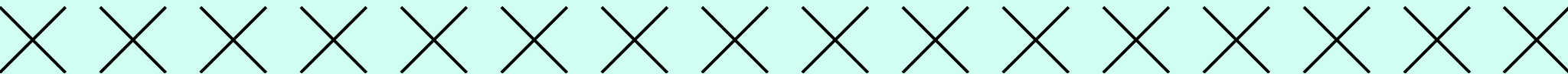


# UNA LINEA COMUNICATIVA

Spesso gli alunni ADHD attivano modalità inadeguate di attirare l'attenzione perchè non riescono più a regolare l'attenzione ed il comportamento.

Fornire un segnale concordato con cui possono richiedere un piccolo break dà generalmente buoni riscontri.

ESEMPIO: concordo con l'alunno che se alza la mano indicando un 3 con le dita, ha bisogno di una pausa. Senza esplicitarlo ai compagni, sarà sufficiente un cenno.



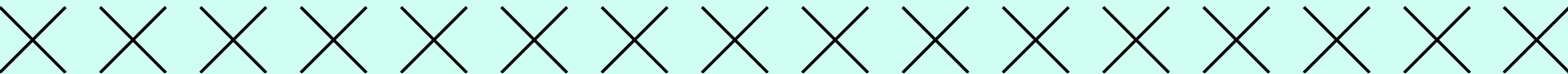
# PREVEDIBILITÀ

Una giornata priva di imprevisti, che si svolge secondo tempi scanditi e in cui l'improvvisazione è minima tende a permettere ai bambini ADHD di regolare maggiormente il comportamento.

EVITARE quindi il più possibile le situazioni non strutturate.

Cercate di concordare in modo chiaro: abbinamento coppie in FILA, rotazione dei TURNI per gli incarichi di classe, CRITERI per la formazione dei gruppi di lavoro, TEMPI e DURATA delle attività.

Aiuta molto avere un REGOLAMENTO di classe scritto e *sottoscritto* dai bambini.

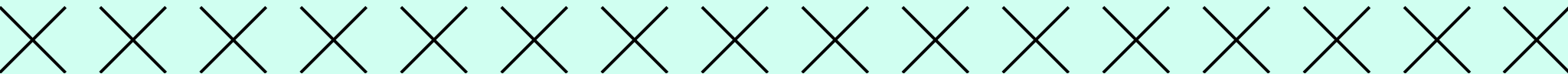


# UN PERCORSO COMUNE

Il percorso acquista efficacia se condiviso con Enti specialistici e famiglia.

Raramente i soggetti educativi (ENTE-SCUOLA-FAMIGLIA) trovano una sintonia immediata ma è fondamentale documentare il percorso scolastico del bambino e riferire ai genitori.

Determinante è inoltre entrare in contatto con gli specialisti di riferimento.



RISORSE & IDEE

*Le vie maestre*

