

Strategie per la gestione in classe

ADHD E DISTURBI DEL COMPORTAMENTO

Prevenire

STRATEGIE ANTECEDENTI

STRATEGIA 1

Strutturare l'ambiente

Posto vicino alla cattedra, lontano da finestre e distrattori. Materiali organizzati e visibili. È una preconditione, non un intervento: da sola sposta poco.

Es.: banco in prima fila laterale, con solo il materiale necessario sul piano.

STRATEGIA 2

Rendere le routine prevedibili

Agenda visiva della giornata, anticipare i cambiamenti, avvisare prima delle transizioni. La prevedibilità riduce l'ansia e i comportamenti reattivi.

Es.: «Tra 5 minuti finiamo matematica e iniziamo italiano. Preparate il quaderno.»

STRATEGIA 3

Regole chiare e positive

Tre o quattro regole, formulate in positivo (cosa fare, non cosa non fare), visibili in classe, concordate con gli alunni.

Es.: «Alzo la mano per parlare» anziché «Non parlare senza permesso».

STRATEGIA 4

Consegne brevi e segmentate

Una istruzione alla volta. Contatto visivo prima della consegna. Far ripetere. Suddividere i compiti in passi brevi.

Es.: «Apri il libro a pagina 42. Bene. Ora leggi il primo paragrafo.» (non tutto insieme)

STRATEGIA 5

Movimento legittimo

Pause motorie previste, più frequenti con i più piccoli. Compiti che prevedono movimento: distribuire fogli, cancellare la lavagna, portare un messaggio.

Es.: «Marco, puoi portare questo foglio alla maestra Rossi?» (ruolo attivo, non punizione)

Reagire

STRATEGIE CONSEGUENTI

STRATEGIA 1

Rinforzo positivo specifico

Nominare il comportamento desiderato nel momento in cui avviene. Essere specifici, immediati e sinceri.

Es.: «Giulia, hai aspettato il tuo turno per parlare. Ottimo lavoro.» (non solo «brava»)

STRATEGIA 2

Ignorare pianificato

Per i comportamenti che cercano attenzione (non pericolosi): togliere lo sguardo, non commentare, rinforzare il primo comportamento positivo che segue.

Es.: L'alunno batte la penna sul banco. Non reagire. Appena smette: «Vedo che sei pronto a lavorare.»

STRATEGIA 3

Token economy

Sistema di punti/gettoni guadagnati per comportamenti positivi, scambiabili con privilegi concordati. Visuale, concreto, frequente.

Es.: 5 stelle = 10 minuti di attività scelta. Le stelle si guadagnano, non si tolgono.

STRATEGIA 4

Feedback immediato e privato

Correggere il comportamento subito, a bassa voce, vicino all'alunno. Mai davanti a tutta la classe. Descrivere il comportamento e l'alternativa.

Es.: (Avvicinandosi) «Stai parlando con il compagno. Ora è il momento di leggere in silenzio.»

STRATEGIA 5

Conseguenze logiche e coerenti

Collegate al comportamento, proporzionate, prevedibili (stabilite prima). Mai in stato di rabbia. La conseguenza non è una punizione, è un apprendimento. Mai togliere la ricreazione: è il movimento che regola tutta la mattina.

Es.: «Se lanci il materiale, lo raccogli tu. Lo sai, ne abbiamo parlato.»

5 : 1

La regola d'oro del feedback. Non è un numero da rispettare, è una direzione. Quando li si osserva, gli insegnanti risultano sbilanciati verso le interazioni correttive, e con gli alunni che si notano di più lo squilibrio è maggiore. In uno studio su sei insegnanti formati a spostare il rapporto verso il positivo, il tempo di impegno degli alunni è passato dal 57 all'81 per cento (Cook et al., 2017).