

Lab.D.A.
Laboratorio sui Disturbi dell'Apprendimento
Galleria Berchet, 3 Padova
Via Cavour, 24 Rovigo
Direttore: Prof. Cesare Cornoldi



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

COMPITI PER CASA
LA PROMOZIONE DELL'AUTONOMIA

Tratto da «L'ora dei compiti» di Moè e Friso ed. Erickson

Dr. Thomas Rivetti

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

**STILE CONTROLLANTE VS STILE
SUPPORTIVO DELL'AUTONOMIA**

- Facendo pressione
- Dando comandi
- Controllando e intromettendosi
- Inducendo paure e minacce
- Sgridando, inducendo paura e colpa

- Ascoltando
- Fare leva su motivazioni esistenti
- Accettando le emozioni del ragazzo
- Fornendo spiegazioni
- Rispettando i tempi del ragazzo

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

- **Lo stile controllante produce demotivazione, disimpegno, insoddisfazione, ritiro, ansia e rabbia**
- **Lo stile supportivo invece sostiene la motivazione, l'impegno, l'autostima, l'apprendimento e il benessere.**

Si diventa controllanti perché

- 1) Si teme che il figlio non faccia
- 2) Si guardano i risultati più che i progressi
- 3) Paura di essere permissivi

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

In realtà...

- 1) Se lo obbligo il figlio fa, ma non viene motivato e appena lasciato solo smette di fare
- 2) Se guardo i risultati più che i progressi, diminuiscono motivazione e autostima
- 3) Sono permissivo solo se non do un'alta struttura

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

Modalità	Alta struttura: obiettivi chiari, mezzi e tempi definiti	Bassa struttura: incertezza su obiettivi e modalità
Controllante	Comanda cosa fare Frena le emozioni Favorisce colpa e vergogna	Fa pressioni Non dà strategie Genera paura
Supportiva	Propone modalità e tempi Sostiene gli sforzi Accoglie l'emotività negativa Dà feedback	Invita a cercare strategie ma non le propone Dà feedback senza proporre indicazioni

p.62

Per sostenere l'autonomia

- 1) Nutrire le motivazioni intrinseche
- 2) Spiegare obiettivi e valori dell'attività
- 3) Usare un linguaggio informativo e incoraggiante, non valutativo
- 4) Rispettare i tempi e sostenere sforzi e progressi
- 5) Accettare le emozioni negative: rabbia, ansia, noia...

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

Alcune accortezze

- 1) Programmare una routine quotidiana né troppo rigida né troppo elastica
- 2) Provare ad individuare una fascia fissa dei compiti abbastanza larga
- 3) Suddividere i compiti in tempi ragionevoli alternati da pause prefissate
- 4) Lontani da fonti di distrazione
- 5) Evitare critiche
- 6) Responsabilizzare i figli e fare un controllo discreto

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

Per favorire l'organizzazione

- 1) Preparare tutto il materiale alla sera
- 2) Scrivere nel diario anche gli impegni extra-scolastici
- 3) Ricontrollare che ci sia tutto
- 4) Aiutarlo a creare la tabella di marcia
- 5) Non farlo sentire abbandonato
- 6) Esaminare assieme il da farsi ed iniziare dai compiti più impegnativi

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

LA GESTIONE DI SPAZI E MATERIALI

Gli spazi

- Meglio evitare di fare i compiti in soggiorno o luoghi di passaggio: l'ideale è la propria camera
- Limitare le fonti di distrazione (cellulare, pc, tv...) nel luogo dei compiti
- La scrivania deve essere ordinata
- Assicurarsi che vi sia una buona fonte di luce

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

LA GESTIONE DI SPAZI E MATERIALI

I materiali

- Tenere fuori solo e tutto il materiale necessario per la materia che si sta per fare
- Se ci serve la matita, assicurarsi che sia ben temperata ed avere sempre a portata di mano temperino e cestino
- Durante lo studio, oltre al libro, tenere sempre a disposizione un foglio ed una penna per eventuali appunti, schemi e via dicendo


www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766



LA GESTIONE DEI TEMPI

ESEMPIO COMPITI ALLA SERA TARDI E ALL'ULTIMO MINUTO
p.80


www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766



LA GESTIONE DEI TEMPI

Il genitore svolge un ruolo fondamentale nella gestione dei tempi dei compiti.

Quando si controlla ogni singolo istante che il figlio lavori, lo si critica con prediche spesso colpevolizzanti si induce in lui un comportamento di fuga ed evitamento.



Meglio *aiutare ad organizzare meglio il tempo* e capire l'importanza del compito a casa

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

I GENITORI POSSONO FACILITARE L'ORGANIZZAZIONE

- Aiutando il figlio a dividere i compiti complessi in più step
- Suggerendo strategie di studio
- Incoraggiando ad individuare modalità per meglio fissare i contenuti
- Abituando i ragazzi a darsi il giusto tempo per esporre
- Premiare sempre l'impegno anche se non dà ottimi risultati

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

Descrizione	Inizio	Fine	Tempo

1. Cosa devi fare oggi pomeriggio (scolastico e non)

	Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab
Materie						
Tempo di studio						
Pause e riposo						

2. Le tue ore settimanali di studio

Se un ragazzo sa organizzarsi, pianificare e
valutare la propria giornata, lo farà
sempre più in maniera automatica e si
sentirà sicuro di sé perché in grado di fare
e di correggere eventuali errori di
pianificazione

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766

Grazie per l'attenzione!!!

www.labda-spinoff.it 0498209059/3284366766