

COSA FARE E NON FARE CON ALUNNI CON ANSIA

- Accogliere le preoccupazioni dell'alunno.
- Mostrare interesse ed empatia.
- Non banalizzare.
- Spiegare cos'è l'ansia e quali sono i sintomi fisici.
- Far sedere l'alunno vicino al compagno preferito.
- Ridurre le richieste (preferire test a scelta multipla).
- Quando è chiamato a rispondere ad una domanda fornire aiuti discreti.
- Porre inizialmente domande in cui si sente maggiormente sicuro.
- Evitare domande dirette, preferire domande chiuse.
- Preferire attività in piccoli gruppi.
- Supportare l'alunno nelle relazioni sociali.
- Nell'attività del circle-time, non fare domande a tutti, ma lasciare la libertà di intervenire o meno.
- Evitare gli interventi a turno.
- Affidare piccoli incarichi.
- Aumentare le occasioni per elargire rinforzi positivi.
- Rinforzare l'alunno quando mostra di tollerare, anche se per un tempo ridotto, una situazione temuta.
- Programmare insieme agli alunni le attività quotidiane e creare una routine.
- Permettere di portare oggetti familiari custoditi nella cartella.

CASO PARTICOLARE: IL MUTISMO SELETTIVO

- Considerare il comportamento come sintomo di ansia e non di oppositività.
- Concedere inizialmente di utilizzare il linguaggio non verbale.
- Non insistere con l'alunno nel voler sentire la sua voce.
- Permettere al bambino di indicare, di usare lo sguardo, l'alzata di mano o di scrivere su un foglio le risposte.
- Quando l'alunno pronuncia qualche parola non mostrare eccessivo entusiasmo.
- Se l'alunno inizia a parlare con un compagno evitare di dire che avete sentito la sua voce.

CASO PARTICOLARE: ANSIA DA SEPARAZIONE

- Individuare una persona della scuola che vada incontro all'alunno all'arrivo a scuola.
- Prima di iniziare la giornata scolastica dare la possibilità all'alunno di svolgere un'attività piacevole (distribuire compiti, parlare con un compagno).
- Dare la possibilità di inviare dei messaggi (max 30 secondi) ai genitori durante l'intera giornata scolastica.
- Permettere di tenere a scuola alcuni oggetti di casa che rendono l'alunno tranquillo.
- Far portare a casa un oggetto dell'aula che funga da collegamento tra casa e scuola.

