

SCHEDA 1

Una “cassetta degli attrezzi”

Parlando di educazione e di relazioni non esistono ricette infallibili, né scorciatoie o formule magiche per trasformare immediatamente le situazioni. Esistono però degli strumenti utili di cui possiamo dotarci.

Qui di seguito presentiamo alcuni consigli/indicazioni/strumenti utili, una sorta di “cassetta

degli attrezzi” che gli adulti dovrebbero conoscere e usare/dosare con consapevolezza a seconda delle situazioni, per supportare al meglio lo sviluppo del bambino ad alto potenziale (AP) e la possibilità di gestire la straordinarietà (e complessità) del dono che ha ricevuto.

UNA CASSETTA DEGLI ATTREZZI

1 Negoziazione

La negoziazione è il cacciavite della cassetta degli attrezzi del genitore. Deve essere utilizzato sia con il bambino sia a scuola con insegnanti e dirigenti.

2 Gestire il perfezionismo

Aiutare il bambino a gestire il suo perfezionismo dicendogli che «Ogni cosa che vale la pena di fare, vale la pena di farla bene», distogliendolo dal suo pensiero «Tutto ciò che penso di dover fare devo farlo perfettamente», insegnandoli a valutare compiti e attività modulando accuratamente i tempi, l'attenzione e la pazienza.

3 Gestire la noia

Riempire tempi e spazi noiosi con attività anche molto semplici che gli permettano però di organizzare il flusso dei suoi pensieri attraverso diari del pensiero, delle emozioni, spazi di riflessione, utilizzo di mappe concettuali.

4 Rispetto di tempi e regole

Aiutarli a gestire i tempi, scansioni temporale (per esempio l'uso del cronometro aiuta anche a gestire l'ansia), pianificazione.

5 Consapevolezza

La consapevolezza è la pratica di essere pienamente presenti nel momento senza giudizio (*Mindfulness*). La consapevolezza consente anche di innalzare e focalizzare l'attenzione riducendo la noia, che si presenta spesso come l'incapacità di prestare attenzione e di rimanere sintonizzati sul compito.

6 Sviluppo delle abilità delle funzioni esecutive

Spesso il bambino si mostra disordinato, caotico o pigro. Le funzioni esecutive rappresentano la capacità del cervello di autogestirsi; insegnargli pertanto ad adottare strategie di autoregolazione e controllo metacognitivo.

7 Strategie di studio

Paradossalmente, i bambini e ragazzi ad alto potenziale hanno difficoltà nel metodo di studio, non sanno prendere note e appunti. Chiedete loro, pertanto, una valutazione di quanto avete proposto e fate fare un riepilogo di ciò che è stato proposto. Ciò li costringe a pensare veramente a ciò che hanno ascoltato.