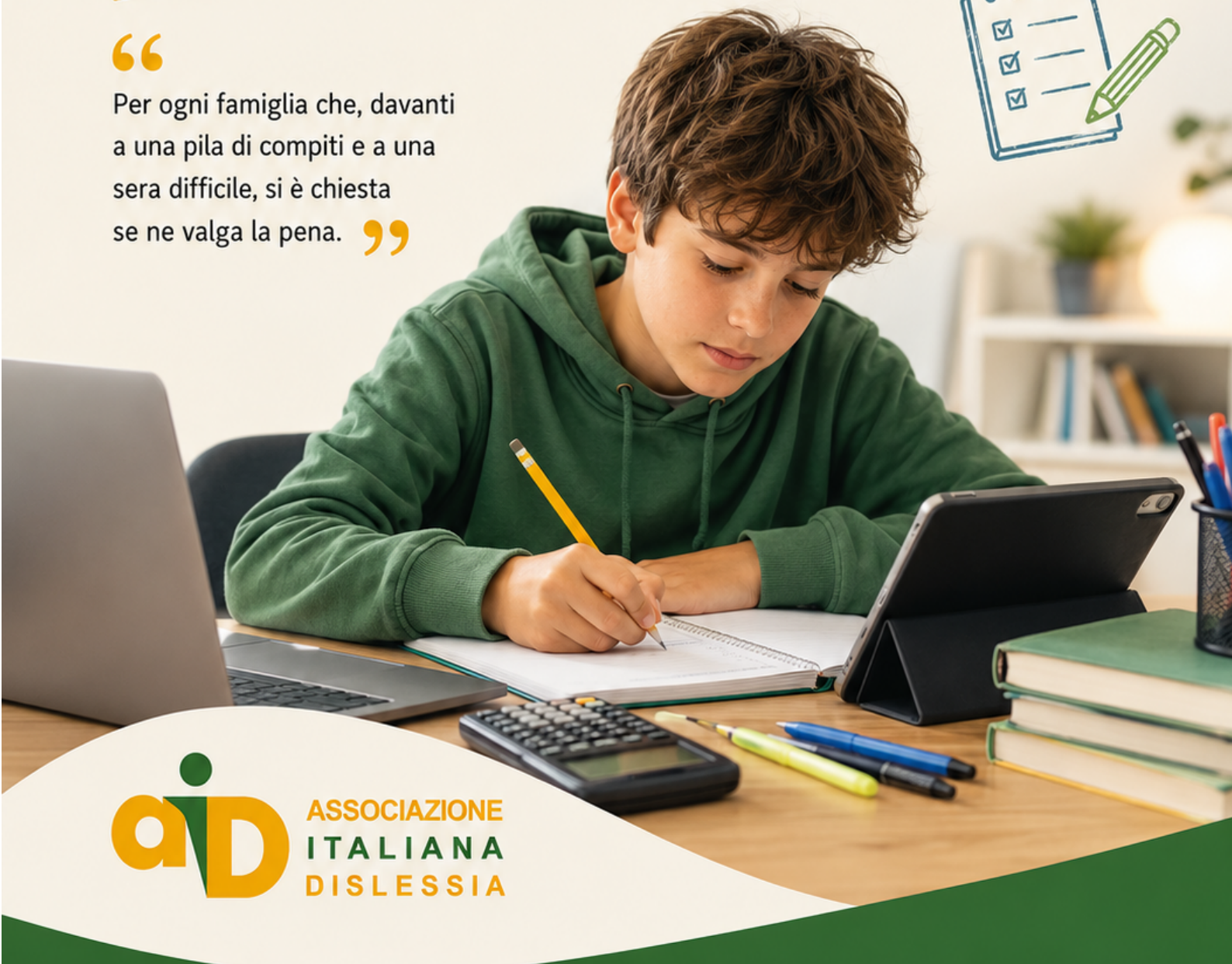
GUIDA RAPIDA — FAMIGLIE

I COMPITI A CASA

una piccola guida per le famiglie che vivono i DSA

Cosa funziona, cosa no, cosa puoi fare tu.

> “Per ogni famiglia che, davanti a una pila di compiti e a una sera difficile, si è chiesta se ne valga la pena.”



ASSOCIAZIONE ITALIANA DISLESSIA

Questa Guida è realizzata dall'Associazione Italiana Dislessia (AID) che accompagna famiglie, studenti e docenti che vivono i DSA dal 1997, in tutta Italia, attraverso una rete di sezioni territoriali, servizi di consulenza e iniziative di formazione e sensibilizzazione. AID è ente accreditato al MIM per la formazione di docenti.
Buona lettura.

Quattro cose da sapere

1. Tuo figlio o tua figlia è molto di più dei suoi Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DSA).

I Disturbi Specifici dell'Apprendimento riguardano alcune prestazioni precise: la lettura, la scrittura, il calcolo. Sono cadute reali, e questa guida non vuole minimizzarle. Ma il quadro completo è più ampio. Tuo figlio o tua figlia è intelligente — la diagnosi di DSA lo certifica esplicitamente, perché si pone solo in presenza di un'intelligenza nella norma. Ha capacità di ragionamento che spesso lavorano per vie diverse da quelle dei compagni: pensa per immagini, coglie nessi che altri non vedono, legge le situazioni e le persone con una sensibilità che può sorprendere. Molti studenti e studentesse con DSA, soprattutto dislessici, hanno un pensiero visuospaziale particolarmente sviluppato; molti hanno una sensibilità relazionale che li rende attenti a ciò che gli altri sentono.

Il compito di un genitore non è ridurre tuo figlio o tua figlia alle sue cadute, è aiutarlo a non farsi schiacciare dalle cadute mentre valorizza i suoi punti di forza. Le sue qualità — intelligenza, intuito, sensibilità — sono preziose per la scuola, lo diventeranno ancora di più per la vita adulta. Una guida sui compiti, come questa, parla necessariamente delle cadute: ma tu non devi mai dimenticare il resto. È la prima cosa.

2. La fatica di tuo figlio o tua figlia è reale.

Non è pigrizia, non è disattenzione, non è mancanza di volontà. Studiare con un DSA può richiedere una quantità di energia cognitiva significativamente maggiore rispetto ai compagni senza DSA. Quello che vedi alla fine di un pomeriggio di compiti — la stanchezza, l'irritabilità, le lacrime, il rifiuto — è il segno di uno sforzo invisibile che gli altri non devono affrontare.

3. Non sei solo.

In Italia ci sono oltre trecentomila studenti con DSA certificati nelle scuole. Migliaia di famiglie stanno vivendo questa sera ciò che stai vivendo tu. AID accompagna le famiglie da quasi trent'anni, e mette a disposizione di tutti — soci e non soci — una linea di ascolto gratuita (l'HelpLine AID), cui puoi rivolgerti in qualsiasi momento. Tutti i contatti nelle ultime pagine di questa guida.

4. Ci sono cose concrete che puoi fare.

Questa guida le riassume in poche pagine. Non è un manuale, è un primo orientamento; nelle pagine che seguono troverai indicazioni operative, situazioni tipiche e strumenti utili. Quando avrai un po' di tempo in più, vale la pena leggere anche la Guida metodologica *"I compiti a casa per studenti con DSA"* (da cui questo fascicolo è derivato) e la Guida AID *"Mappe e altri mediatori didattici"*.

SE LA DIAGNOSI È APPENA ARRIVATA

Se tu o la tua famiglia avete ricevuto da poco la diagnosi di DSA — magari nei giorni scorsi, magari poche settimane fa — è normale provare un misto di emozioni: sollievo per aver finalmente un nome a quello che si vedeva da tempo, ma anche disorientamento, preoccupazione, talvolta senso di solitudine. Questa guida è pensata anche per te.

Il primo passo non è leggere tutto subito. Concediti il tempo di metabolizzare la diagnosi: è un'informazione che cambia il modo di guardare tuo figlio o tua figlia, ed è giusto che richieda qualche giorno per essere accolta. Ricevere una diagnosi DSA può portare sollievo, ma anche dubbi, rabbia, stanchezza o senso di colpa. Sono reazioni frequenti e comprensibili. Non serve essere genitori perfetti per accompagnare bene un figlio o una figlia con DSA: serve informarsi, chiedere aiuto quando necessario e concedersi il tempo di imparare. Prendersi cura di sé non significa togliere energie ai figli, ma avere più risorse per sostenerli nel tempo. Quando ti sentirai pronto, il primo contatto utile è con l'HelpLine AID (linea di ascolto gratuita): puoi raccontare la tua situazione e ricevere indicazioni operative concrete. È un servizio aperto a tutti, anche a chi non è ancora socio.

Nel frattempo: la diagnosi DSA non cambia chi è tuo figlio o tua figlia. Cambia il modo in cui voi adulti potete accompagnarlo o accompagnarla. E cambia il quadro dei diritti scolastici, che dalla diagnosi in poi sono garantiti per legge. La scuola di tuo figlio o tua figlia ha l'obbligo di redigere un Piano Didattico Personalizzato (PDP): le pagine che seguono ti aiutano a capire cosa contiene, come usarlo, come dialogarci.

I compiti a casa non sempre sono utili.

Ecco quando lo sono davvero.

Una verità che la scuola raramente dice apertamente alle famiglie: i compiti a casa non sono automaticamente utili. La ricerca internazionale è chiara su questo punto, e vale la pena conoscerla.

Nella scuola primaria, la maggior parte delle ricerche mostra che i compiti hanno un effetto limitato sul rendimento scolastico. Gli studiosi parlano spesso di un impatto molto modesto, soprattutto se confrontato con il tempo e le energie che possono richiedere. I compiti a quest'età hanno valore soprattutto come costruzione di abitudini, non come strumento di apprendimento. Se a casa il pomeriggio si trasforma in un campo di battaglia, stai pagando un prezzo molto alto per un beneficio modesto.

Quanto appena detto riguarda i *compiti scolastici*. Diversi sono i ***percorsi di potenziamento*** (o di riabilitazione), prescritti dal clinico — neuropsichiatra, logopedista, psicologo dell'apprendimento — spesso proprio nella scuola primaria. Sono cicli brevi e intensivi, di solito di tre-quattro mesi, che lavorano in modo mirato su una singola abilità di base, e che includono di solito pochi minuti al giorno di esercizi a casa. Sono efficaci proprio grazie a quella regolarità: vanno tenuti distinti dai

compiti scolastici, e quando il pomeriggio è troppo carico la priorità va data a loro. È un dialogo da fare apertamente con la scuola e con il clinico, che lavorano per la stessa squadra.

Nella scuola secondaria di primo grado, le medie, l'efficacia aumenta moderatamente, ma resta lontana dal valore che la pratica scolastica abituale suggerisce. Ed è proprio in questa fase che, per moltissime famiglie con figli DSA, le difficoltà esplodono. Lo studente passa da un solo insegnante di riferimento a otto-dieci docenti con il proprio metodo, il volume di studio aumenta in modo netto, e il moltiplicatore di fatica — che alla primaria era ancora gestibile — si fa sentire pienamente. Aggiungiamo che i ragazzi a undici-dodici anni cominciano ad avere le parole per dire 'non ce la faccio', mentre prima si limitavano a piangere o a rifiutarsi: la conflittualità in famiglia diventa visibile, e questo spesso allarma ancora di più. In questa fase, ricalibrare il carico non è un favore allo studente, è la condizione perché continui a credere nello studio. Le pagine che seguono ti danno gli strumenti per farlo, ma il messaggio centrale è questo: se i pomeriggi delle medie sono diventati una battaglia, non è perché tuo figlio o tua figlia sia diventato improvvisamente svogliato. È perché il sistema sta chiedendo più di quanto, oggi, sia sostenibile per lui o per lei. E le richieste si possono riformulare.

Nella scuola secondaria di secondo grado i compiti diventano effettivamente utili, ma solo a tre condizioni. Primo, che siano brevi: studi recenti mostrano che oltre una soglia (sessanta-novanta minuti al giorno per le medie, novanta-centocinquanta per le superiori) il tempo extra non produce apprendimento aggiuntivo. Secondo, che siano ben progettati: un compito che chiede di rivedere ciò che è stato spiegato in classe funziona; un compito che chiede di scoprire da soli concetti nuovi spesso non funziona. Terzo, che siano svolti dallo studente: un compito eseguito da un adulto al posto dello studente non insegna nulla a chi dovrebbe imparare.

Per uno studente con DSA, queste regole valgono ancora di più. Ogni minuto di compiti è amplificato dal moltiplicatore di fatica: quello che a un compagno costa un'ora, a tuo figlio o tua figlia costa tre o quattro. La conseguenza pratica è che la soglia di sostenibilità si raggiunge molto prima. Oltre quella soglia, il compito non insegna: erode fiducia, energia, e la relazione con la scuola.

UNA CONSEGUENZA IMPORTANTE

Questo non significa che i compiti vadano boicottati. Significa che, come famiglia, hai diritto di chiederti se il compito che tuo figlio o tua figlia sta affrontando sta effettivamente insegnando qualcosa, o se invece sta semplicemente consumando il pomeriggio. Le pagine successive ti danno gli strumenti per capirlo.

Una premessa, e quattro cose che puoi fare tu

Prima di tutto, un criterio.

I genitori si chiedono spesso se il modo in cui il loro ragazzo o ragazza fa i compiti sia quello giusto. È la domanda sbagliata. La domanda giusta è un'altra: alla fine della settimana, mio figlio o mia figlia sa di più, sa fare di più, è più sicuro o sicura di prima?

Se sì, qualunque metodo abbia usato (calcolatrice, mappe, sintesi vocale, IA come tutor, persino l'aver risolto certi esercizi ripetitivi con l'aiuto dell'IA per poi ricopiarli a mano) sta funzionando. Se no, il metodo va cambiato, anche se è il più tradizionale (ore di rilettura passiva sono spesso il metodo che funziona meno).

l giudizio si fa sull'apprendimento, non sull'apparenza dello sforzo. Questo principio cambia molte cose. Le quattro indicazioni che seguono diventano applicazioni concrete di questo principio.

1. Accompagna senza sostituirti.

La ricerca recente (Hattie, Visible Learning, 2023) ha misurato un dato che vale la pena conoscere: la sorveglianza diretta dei genitori sui compiti — controllo costante, presenza fisica continua durante i compiti, intervento puntuale a ogni errore — spesso ha un effetto negativo sul rendimento. Al contrario, il sostegno che si esercita nel sostenere l'autonomia — organizzazione del tempo, ambiente protetto, riconoscimento dello sforzo — ha un effetto positivo. Non è una questione di amore, è una questione di modalità. Quando ti chini sul compito per controllare ogni passaggio, stai facendo, senza saperlo, l'opposto di ciò che serve.

2. Allestisci l'ambiente, non il contenuto.

Quello che effettivamente puoi fare è creare le condizioni perché tuo figlio o tua figlia possa concentrarsi: un tavolo sgombro, una luce adeguata, il telefono lontano, un orario prevedibile. Questo è il tuo compito, e fa più differenza di quanto pensi. Il contenuto del compito appartiene a chi lo svolge e alla scuola: tu sei il regista delle condizioni, non l'esecutore.

3. Riconosci la fatica, non la combattere.

Quando tuo figlio o tua figlia dice "non ce la faccio più", la risposta giusta non è "sforzati ancora un po'", ma "fermiamoci, vediamo dove sei arrivato". Una pausa concordata di quindici-trenta minuti è didatticamente più utile della pressione a continuare. Per uno studente con DSA, la fatica oltre la soglia non produce apprendimento: produce solo associazione tra studio e dolore.

4. Comunica con la scuola, ma in modo strategico.

Se il carico dei compiti è regolarmente sopra le soglie del PDP, non è un'opinione tua: è un dato che il docente coordinatore deve conoscere. Una breve segnalazione via registro elettronico — fattuale, non polemica — è la via più efficace. Per esempio: "Marco oggi ha lavorato un'ora e quaranta sui compiti di matematica e non ha completato la pagina assegnata. Volevo che lo sapeste, perché possa essere considerato nella ricalibrazione." Questo tipo di comunicazione costruisce alleanza, non conflitto.

Ricorda: scuola e famiglia hanno lo stesso obiettivo: il benessere e l'apprendimento dello studente. Anche quando emergono difficoltà nell'applicazione del PDP o nella gestione del carico di lavoro, è utile partire dal presupposto che docenti e genitori stiano cercando la stessa soluzione da prospettive diverse. Una comunicazione collaborativa è spesso il modo più efficace per ottenere cambiamenti concreti.

Quando le cose si complicano

Tre situazioni tipiche e tre risposte

"Mio figlio piange tutti i pomeriggi sui compiti."

Non è una crisi isolata, è un segnale di sistema. Il carico è probabilmente sopra la soglia di sostenibilità. La risposta non è chiedere a tuo figlio di "fare uno sforzo": è ricalibrare. Documenta per una settimana quanto tempo effettivo passa sui compiti (timer alla mano), e porta questi dati al colloquio con il docente coordinatore. La differenza tra "non riesce a fare i compiti" e "passa tre ore al giorno sui compiti che dovrebbero richiederne una" è enorme: il secondo è un dato, ed è verificabile.

"Il docente di matematica continua a non rispettare il PDP."

È un tuo diritto chiedere il rispetto del Piano Didattico Personalizzato (PDP), che è un documento ufficiale con valore legale firmato dal dirigente. Tre passaggi progressivi: prima un'e-mail cortese al docente in questione, motivata e documentata; se non funziona, una comunicazione al coordinatore di classe; se ancora non basta, una richiesta scritta al dirigente. Non è "fare i difficili": è esercitare un diritto del figlio o della figlia. Non sei tu che devi adeguarti al docente: è il docente che deve adeguarsi al PDP.

"Mia suocera dice che ai suoi tempi non era così difficile e che lo viziamo."

Le famiglie estese spesso non hanno informazioni aggiornate sulla condizione DSA, e gli interventi non richiesti possono essere dolorosi proprio perché vengono da persone amate. Una via possibile è offrire un materiale che permetta a chi vuole capire di farlo: questa guida può essere data a leggere a un nonno, a uno zio, a un'amica di famiglia. Spesso il problema non è la cattiva intenzione, è l'ignoranza informata di chi è cresciuto in un'epoca in cui i DSA semplicemente non venivano riconosciuti.

Una possibilità in più

Tutor specializzati e doposcuola dedicati

Per alcune famiglie, l'accompagnamento di un tutor specializzato sui DSA o la frequenza di un doposcuola dedicato è una risorsa che cambia significativamente la qualità del pomeriggio. Non è una scelta necessaria, ed è importante dirlo subito: si può supportare benissimo uno studente con DSA anche senza queste figure. Ma quando il tutor è di qualità, e quando le condizioni economiche e organizzative lo consentono, può fare una differenza reale.

La differenza tra un aiuto-compiti e un tutor specializzato

La differenza di fondo, quando il servizio è di qualità, è che il tutor specializzato non è un aiuto-compiti: è un professionista che lavora sul metodo di studio di tuo figlio o tua figlia, usando i compiti come occasione formativa. Il fine non è far completare gli esercizi, è far emergere un modo personale di affrontare lo studio: organizzare il tempo, usare gli strumenti compensativi, trasformare un testo in mappa, prepararsi alle verifiche. Quando il tutor lavora bene, la sua presenza si riduce nel tempo invece di crescere — perché lo studente diventa progressivamente più autonomo, non più dipendente.

Tre raccomandazioni pratiche se valuti questa strada

Verifica la formazione del tutor: chi lavora sui DSA dovrebbe avere alle spalle una formazione universitaria pertinente (pedagogia, psicologia, scienze della formazione) e una specifica preparazione sui DSA. Molti tutor di qualità sono formati direttamente dalle sezioni AID o da enti accreditati.

Chiedi di vedere come lavora: un tutor che fa i compiti al posto dello studente, o che gli detta le risposte, non sta lavorando sul metodo; sta facendo i compiti.

Valuta l’interazione con la scuola: un tutor di qualità è disponibile a un dialogo con i docenti, conosce il PDP di tuo figlio o tua figlia, e i suoi interventi sono coerenti con quanto la scuola propone.

SE NON È ALLA TUA PORTATA

Il tutor specializzato e il doposcuola dedicato hanno un costo, e non sono accessibili a tutte le famiglie. Se per ragioni economiche, organizzative o geografiche non sono una possibilità per te, non sentirti in difetto: stai già facendo la cosa più importante, che è informarti e accompagnare tuo figlio o tua figlia con consapevolezza. Le sezioni territoriali AID, in molte città, organizzano percorsi di accompagnamento a prezzi calmierati o gratuiti per i soci: vale la pena verificare se nella tua zona esista un'opzione di questo tipo.

Strumenti che cambiano la vita

Cinque che vale la pena conoscere

Per uno studente con DSA, alcuni strumenti compensativi possono trasformare la fatica quotidiana. Non sono "aiuti per fare meno": sono il modo in cui tuo figlio o tua figlia può accedere agli stessi contenuti dei compagni, pagando un prezzo cognitivo proporzionato. Sono previsti dalla normativa (Legge 170/2010), devono essere indicati nel PDP, e devono essere disponibili sia a scuola che a casa.

Sintesi vocale

Il computer (o il tablet) legge a voce alta i testi scritti grazie alla sintesi vocale o TTS. Per chi fa fatica a decodificare, è la differenza tra leggere e capire. La maggior parte dei sistemi operativi (Windows, Mac, iPad, Android) la include gratuitamente.

Audiolibri e libri digitali accessibili

Il libro di testo non è un oggetto sacro: esiste, per i soci AID, il servizio LibroAID che mette a disposizione gratuitamente i libri scolastici in formato PDF aperto (grazie alla disponibilità degli editori scolastici e all'Associazione Italiana Editori – AIE). Per molti studenti con dislessia, ricevere il manuale in formato digitale è il singolo intervento che cambia di più la propria esperienza scolastica.

Mappe concettuali

Strumenti come CmapTools (gratuito), SuperMappe o MindMeister consentono di organizzare visivamente i contenuti. Per molti studenti con DSA, il pensiero visuospaziale è un punto di forza: una mappa funziona spesso meglio di tre pagine di appunti scritti.

Calcolatrice

Anche alle medie. Anche alle superiori. La memorizzazione delle tabelline non è la matematica, è una sotto-competenza che lo studente con discalculia paga al moltiplicatore di fatica. La calcolatrice libera la mente per il ragionamento.

Intelligenza Artificiale, usata bene

ChatGPT, Claude e simili sono potenti strumenti compensativi se usati come tutor virtuali: per spiegare un concetto in modo diverso, generare la struttura di una mappa, dare feedback su un riassunto. Sono invece controproducenti se usati come sostituti, per scrivere il tema o risolvere il problema al posto dello studente. La differenza la fa la regola d'uso, che vale la pena concordare con i docenti e mettere nel PDP.

E i compiti delle vacanze?

I mesi estivi pongono ai genitori di studenti con DSA una domanda doppia, e spesso senza una risposta facile. Da un lato, la preoccupazione che durante le vacanze tuo figlio o tua figlia 'perda quanto guadagnato' durante l'anno scolastico — un fenomeno che gli studiosi chiamano summer learning loss, perdita estiva di apprendimento. Dall'altro, la consapevolezza che dopo nove mesi di scuola ha bisogno di tempo per recuperare le energie, e che imporre un altro inverno di compiti in pieno luglio è spesso controproducente.

Cosa dice la ricerca.

Il summer learning loss esiste, ma il suo impatto è più moderato di quanto si tenda a credere, e riguarda soprattutto alcune competenze (lettura, calcolo) e non altre. Per uno studente con DSA, però, l'effetto può essere più pronunciato, soprattutto se le pratiche di lettura quotidiana, anche solo a livello strumentale, vengono interrotte completamente per tre mesi.

Le ricerche disponibili suggeriscono che i compiti delle vacanze nella loro forma tradizionale producono benefici limitati rispetto all'impegno richiesto, soprattutto quando consistono in lunghi pacchetti di esercizi assegnati in modo uniforme a tutti gli studenti. Per gli studenti senza DSA hanno un effetto modesto, per quelli con DSA spesso producono solo frustrazione, conflitti familiari, e una percezione di rovina dell'estate. Il rapporto costo-beneficio è quasi sempre negativo.

Cosa funziona davvero in estate.

Tre principi semplici, che valgono per qualunque studente ma che per i DSA sono particolarmente importanti.

Brevità assoluta. Quindici-venti minuti al giorno, non di più. La maratona di compiti che alcune famiglie organizzano nelle ultime due settimane di agosto è il modo peggiore di affrontare l'estate: comprime tutto lo sforzo nei giorni in cui chi studia è più stanco, e produce un'associazione negativa con il rientro a scuola.

Quotidianità leggera invece di sessione lunga. Un quarto d'ora di lettura ad alta voce ogni giorno — anche di un libro scelto da tuo figlio o tua figlia, anche di un fumetto, anche di un articolo — mantiene attiva la decodifica senza il peso della sessione di studio. Per la matematica vale lo stesso: piccoli giochi numerici, calcoli durante la spesa, una pagina di problemi una volta a settimana sono molto più efficaci del pacchetto di esercizi da completare in agosto.

Esperienze attive. L'estate è uno dei pochi momenti dell'anno in cui tuo figlio o tua figlia può imparare attraverso esperienze invece che attraverso libri. Un viaggio, una visita a un museo, un campo estivo, un'attività sportiva, una settimana in campagna sono occasioni in cui le competenze cognitive si esercitano in modi che la scuola non permette. Per uno studente con DSA, in cui il pensiero visuospaziale e l'apprendimento esperienziale sono spesso punti di forza, queste settimane possono essere formativamente più ricche di un mese di compiti.

Come parlare con la scuola dei compiti delle vacanze.

Se la scuola assegna un pacchetto consistente di compiti per l'estate, e tuo figlio o tua figlia fa fatica a sostenerlo, hai diritto di chiedere una ricalibrazione. Il PDP vale anche per i compiti delle vacanze, e le stesse logiche di sostenibilità del periodo scolastico si applicano in estate, con la specificità che il riposo, in questa stagione, ha un peso ancora maggiore. Una richiesta cortese al docente coordinatore a fine anno scolastico, o al rientro a settembre, è spesso ascoltata. Una scuola attenta sa che le vacanze servono ai ragazzi tanto quanto il periodo scolastico.

Quattro cose da non fare

Anche se ti viene istintivo

1. Non fare paragoni con i compagni o con i fratelli senza DSA.

Il "vedi che gli altri ci riescono" è un coltello. Ogni cervello ha la sua configurazione; il moltiplicatore di fatica è invisibile ma è reale. La comparazione, in questo terreno, non motiva: ferisce e basta.

2. Non dettare il compito al posto suo.

È la cosa che ogni genitore stanco prima o poi fa. Lo capiamo. Ma il compito dettato dal genitore non riflette ciò che tuo figlio o tua figlia sa, e il docente — credendolo autonomo — prosegue il programma su una base falsa. Meglio un compito incompleto vero che un compito completo falso.

3. Non trasformare il pomeriggio in maratona.

Sessioni brevi, venti-trenta minuti, intervallate da pause. Il cervello non funziona come un motore che si scalda: dopo una certa soglia, la fatica produce solo errori e frustrazione. E questo vale per i compagni a sviluppo tipico; per uno studente con DSA la soglia arriva ancora prima.

4. Non rinunciare alla vita di famiglia per i compiti.

Una passeggiata, una cena insieme, un film, una partita di pallone valgono più, formativamente, di un'ora di esercizi sotto pressione. Lo dice la ricerca sul sonno, sulla memoria, sull'apprendimento. Soprattutto, lo dice il buon senso di chi conosce i bambini. Una giornata senza compiti non è una giornata sprecata: è una giornata in cui le cose che tuo figlio o tua figlia ha imparato si sistemano da sole, e in cui le energie tornano.

UNA COSA CHE VALE LA PENA RICORDARE

Se ti ritrovi a fare regolarmente una di queste quattro cose, non è un segno di cattiva genitorialità: è un segnale che il sistema attorno a tuo figlio o tua figlia (carico scolastico, PDP, supporto in classe) non sta funzionando come dovrebbe. La risposta non è chiederti più sforzo a casa, è ricalibrare ciò che accade a scuola. Le pagine precedenti ti dicono come.

Cinque cose da provare nei prossimi giorni

Se hai letto la guida e ti chiedi da dove cominciare, ecco cinque azioni concrete. Non sono un compito da svolgere tutto subito: sono proposte, da scegliere in base a ciò che senti più urgente per te e per la tua famiglia. Anche una sola di queste, fatta con costanza, può cambiare qualcosa.

1. Cronometra i compiti per cinque giorni.

Senza dire nulla a tuo figlio o tua figlia, prendi nota di quanto tempo effettivo passa sui compiti ogni pomeriggio per una settimana. Se il dato che ottieni è significativamente sopra le soglie indicate alla pagina 4, hai in mano un'informazione preziosa da portare al coordinatore di classe.

2. Attiva la sintesi vocale sul tablet o sul computer di casa.

Se ancora non è in uso, esplora le impostazioni di accessibilità del dispositivo che tuo figlio o tua figlia usa per studiare. Su Windows, Mac, iPad e Android la sintesi vocale è disponibile gratuitamente: cerca "lettura ad alta voce" nelle impostazioni. È spesso il singolo intervento che cambia di più la qualità del pomeriggio.

3. Scrivi una nota al coordinatore di classe.

Se nel PDP ci sono indicazioni che non vengono applicate, oppure se il carico dei compiti è regolarmente sopra le soglie, una breve e-mail fattuale (non polemica) al coordinatore è la via più efficace. La pagina 5 di questa guida ti dà la traccia.

4. Contatta l'HelpLine AID o cerca la sezione AID più vicina a te.

Anche solo per fare una domanda, per raccontare la tua situazione, per capire se ci sono iniziative o gruppi di genitori nella tua zona. È gratuito e non ti impegna a nulla. Tutti i contatti sull'ultima pagina di questa guida.

5. Per una settimana, non sederti accanto a tuo figlio o tua figlia durante i compiti.

Se sei abituato a stare lì a controllare ogni passaggio, prova a cambiare abitudine per una settimana. Allestisci lo spazio (vedi pagina 4) e poi resta disponibile, ma in un'altra stanza. È un esperimento, non un cambiamento definitivo: alla fine della settimana, valuta come è andata.

AID al tuo fianco

Una comunità che accompagna

Questa guida non è soltanto un documento da leggere. È espressione di una comunità — **l'Associazione Italiana Dislessia** — che da quasi trent'anni accompagna famiglie, studenti e docenti nel costruire percorsi educativi che funzionano. Sapere che esiste questa rete, e che è accessibile, è la prima informazione operativa che puoi portare via.

HelpLine AID, gratuita

Quando hai un dubbio, una domanda, una preoccupazione, non rimanere solo. L'HelpLine AID — la linea di ascolto gratuita dell'associazione — è un servizio di consulenza accessibile a tutti, soci e non soci. Risponde personale formato. Per molti genitori, è la prima telefonata che cambia l'esperienza dei DSA.

La sezione AID più vicina a te

Sul sito **www.aiditalia.org** trovi una mappa delle sezioni territoriali. Sono gestite da volontari, spesso genitori che hanno vissuto quello che stai vivendo tu. Organizzano incontri, gruppi di sostegno, eventi formativi, momenti informali. Non costa nulla parteciparvi.

I servizi per i soci

Se decidi di iscriverti, hai accesso a LibroAID (i libri scolastici di tuo figlio o tua figlia in formato digitale accessibile, gratuitamente), ad AID Academy (la piattaforma formativa dell'associazione, con corsi e webinar su DSA, IA, didattica accessibile), e a BenefitHub (sconti e convenzioni). L'iscrizione, oltre a darti questi servizi, sostiene il lavoro che AID fa in tutta Italia.

Vuoi approfondire?

Questa è una guida rapida. Se in qualche momento sentirai il desiderio di andare più in profondità — magari per capire la ricerca scientifica che sta dietro a queste pagine, o per orientarti nel quadro normativo, o per parlare con maggiore consapevolezza con i docenti di tuo figlio o tua figlia — sul sito AID trovi due Guide metodologiche più estese, scaricabili gratuitamente: "I compiti a casa per studenti con DSA", di cui questo fascicolo è la versione breve, e "Mappe e altri mediatori didattici". Entrambe sono pensate anche per i docenti, e averle a portata di mano è un modo per costruire un linguaggio comune con la scuola.

Tuo figlio o tua figlia è molto di più dei suoi DSA.

Se ogni pomeriggio affronti i compiti a casa con tuo figlio o tua figlia, questa breve guida è per te. Ti aiuta a capire cosa funziona davvero, cosa no, e cosa puoi fare. Non è un manuale, è una conversazione: con la voce di un'associazione che da quasi trent'anni accompagna le famiglie in tutta Italia.

I compiti a casa sono solo una piccola parte del percorso. La parte più grande è quella che tuo figlio o tua figlia costruirà negli anni, anche grazie alla cura con cui oggi state attraversando insieme questi pomeriggi.

Non sei solo. AID cammina con te.



ASSOCIAZIONE ITALIANA DISLESSIA

© Associazione Italiana Dislessia 2026
Derivata dalla Guida metodologica "I compiti a casa per studenti con DSA" 1° Ed. Giugno 2026 - www.aiditalia.org