

PROBLEMI PSICOLOGICI NEI DISTURBI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO

Enrico Ghidoni

Arcispedale S.Maria Nuova, UOC Neurologia, Laboratorio di Neuropsicologia, Reggio Emilia

La situazione psicologica dei bambini e ragazzi con disturbi specifici di apprendimento (in particolare dislessia, ma anche disgrafia, disortografia, discalculia etc) è particolarmente delicata e richiede attenzione da parte della scuola.

Il problema non è semplice e ha una lunga evoluzione, modificandosi con il passare degli anni e del ciclo scolastico. In ogni fase l'atteggiamento dei docenti, dei compagni di classe e della famiglia hanno un grande peso nel determinare evoluzioni positive o negative del vissuto psicologico di questi ragazzi.

La complessità nasce innanzitutto dalla mancanza di chiarezza e di consapevolezza: molti di questi ragazzi non hanno una diagnosi, per questo l'equivoco sulla pigrizia, svogliatezza e mancanza di impegno e di attenzione, si perpetuano nel tempo con i loro effetti negativi. Il fatto che questi ragazzi sono per il resto del tutto normali, rende la situazione meno comprensibile trasformandosi in uno svantaggio ulteriore, paradossalmente, poiché la sofferenza psicologica e il disagio non sono compresi nella loro causa reale e prevale l'idea, anche non detta esplicitamente, della colpa.

La colpa è anche il vissuto che, nella situazione d'incertezza, gli stessi ragazzi si costruiscono: pensano che vanno male a scuola perché è colpa loro, si giudicano inferiori agli altri come intelligenza e capacità. Questi vissuti rischiano di strutturare una personalità condizionata dalla bassa autostima che avrà ricadute persistenti sul futuro personale e professionale.

Che i ragazzi dislessici soffrano di problemi emotivi è noto fin dai primi decenni del secolo scorso, quando uno dei primi studiosi **Samuel Orthon, osservò che i problemi emotivi in questi ragazzi si manifestano dopo l'inizio delle attività scolastiche, non prima; questa osservazione fondamentale, che esclude la genesi psicologica dei disturbi di apprendimento, è stata a lungo dimenticata, e si è continuato per decenni a ritenere la dislessia un problema puramente psicologico, confondendo la causa con l'effetto.**

La dislessia è una disabilità che ha un'evoluzione nel tempo con esiti non facilmente prevedibili. Ogni ragazzo dislessico può presentare un'evoluzione diversa, che dipende dai molteplici fattori concomitanti che possono migliorare o peggiorare l'evoluzione. I principali sono

- 1) la gravità del disturbo dislessico, assai variabile, ha certamente un peso importante
- 2) la presenza di aree di eccellenza e di talenti che possono fornire vie di compensa dal punto di vista psicologico e dal punto di vista funzionale
- 3) l'adeguatezza delle reazioni e degli interventi dell'ambiente (scuola e famiglia) che a sua volta dipende spesso dalla precocità della diagnosi.

La gamma di problemi psicologici che possono presentare i ragazzi con DSA è molto varia e si manifesta già a partire dalla scuola primaria, per poi modificarsi nel tempo. Poiché il disturbo in forme più o meno nascoste e compensate, può persistere per tutta la vita continuando ad essere fonte di stress, le ricadute sul benessere psicologico si possono trovare a qualsiasi età, in forme assai diverse dal punto di vista quantitativo e qualitativo.

Scuola primaria

Il bambino con DSA nella scuola primaria si trova precocemente ad affrontare una situazione di forte disagio: mentre i compagni di classe imparano rapidamente e con facilità a leggere e a scrivere, continua ad avere difficoltà insormontabili,

continua a rifare gli stessi errori banali, è lento; queste difficoltà per lui stesso e per gli adulti non trova ragione, dato che di solito appare come un bambino normale che nel gioco e in altre attività mostra intelligenza e partecipazione.

L'incomprensibilità del fenomeno si presta ad interpretazioni equivocate, gravide di conseguenze negative per il suo futuro.

Quasi inevitabilmente l'insuccesso nell'apprendimento di alcune attività elementari porta a vissuti di sfiducia, al calo dell'autostima, alla convinzione di essere poco intelligenti oppure di essere incapaci, o pigri e svogliati. Sono interpretazioni errate che peggiorano la situazione; gli stessi bambini dislessici, in assenza di una diagnosi e di una corretta spiegazione, tendono ad accettare queste interpretazioni, come riflesso dell'atteggiamento degli adulti. E' chiaro che l'ambiente scolastico (insegnanti e compagni) hanno un ruolo fondamentale nel cristallizzarsi (o nel contrastare) queste interpretazioni sbagliate.

Le manifestazioni psicologiche del disagio assumono aspetti talora opposti: da un lato il bambino può presentare un comportamento ritirato, chiuso in se stesso, di evitamento del confronto, cerca di nascondersi (per es. vuole stare nell'ultimo banco), parla poco: un complesso di reazioni che possiamo definire di tipo depressivo o inibitorio; dall'altro lato può presentare sentimenti di rabbia che portano a comportamenti disturbanti, talora opposizione e aggressività, diventando un problema nella classe. Non è raro che lo stesso ragazzo possa presentare i due diversi tipi di comportamento in momenti diversi.

Bisogna evitare che queste reazioni comportamentali alimentino un circolo vizioso in cui le conseguenze psicologiche del disturbo aggravano la posizione del ragazzo nella classe, determinando sempre maggiore emarginazione. Ricordiamo inoltre che spesso i ragazzi con DSA sono vittime di fenomeni di bullismo, mentre più raramente possono essi stessi assumere comportamenti da bullo come rivalse per le frustrazioni subite.

I disturbi psicologici sono più seri quando la dislessia è di entità grave, e quando si associa ad altri problemi come la discalculia, la disortografia, o la presenza di un disturbo di attenzione con iperattività.

Scuola secondaria di primo grado

Se il ragazzo arriva alla scuola secondaria senza avere una diagnosi, la situazione psicologica tende a peggiorare: infatti, l'aumento delle richieste nel lavoro scolastico, in cui si dà per scontata l'acquisizione e l'automatizzazione degli strumenti di lavoro, pone sempre più il ragazzo in una situazione di differenza e di difficoltà rispetto alla classe, incrementando il vissuto di incapacità e inadeguatezza. Si può assistere pertanto a manifestazioni più acute di disagio psicologico.

Scuola secondaria di secondo grado

Le stesse dinamiche tendono a cronicizzarsi alla scuola superiore e se il ragazzo non ha trovato vie di compenso e sufficienti supporti, possono arrivare ad un punto di rottura che può portare all'abbandono scolastico. La frequenza delle difficoltà di lettura e di comprensione nella scuola superiore è, infatti, risultata molto elevata in recenti ricerche, anche se vi è scarsa consapevolezza di tale fenomeno.

Negli adolescenti il mancato adattamento alle proprie difficoltà e il tentativo di sfuggire alle frustrazioni si può manifestare con atteggiamenti comportamentali complessi, per es. la negazione: la disabilità viene negata, a volte anche in presenza di una diagnosi, e il ragazzo rifiuta ogni aiuto per non apparire diverso dagli altri, nonostante questo comporti evidenti svantaggi.

Alcuni aspetti del modo di reagire dipendono anche dalla diversa personalità: c'è chi patisce e chi tende ad esprimere in maniera evidente il proprio disagio attribuendolo a cause esterne, incolpando la scuola, gli insegnanti, la famiglia per le proprie difficoltà.

Università

Sempre più dislessici arrivano ora all'Università, dove possono presentarsi le stesse difficoltà, anche se i problemi psicologici sono in questa fase in qualche modo compensati o hanno raggiunto un certo livello di stabilizzazione, benché permangano vissuti di ansia e inadeguatezza. **La possibilità di studiare con tempi e modi personali che l'iter universitario permette, rende la situazione più facilmente affrontabile anche dal punto di vista psicologico. La possibilità di ottenere, in molte università, percorsi facilitati e strumenti d'ausilio allo studio, fornisce ai dislessici l'opportunità di completare la propria formazione universitaria quasi in ogni facoltà. Una recente ricerca ha dimostrato che dislessici adulti sono riusciti a laurearsi nelle discipline più diverse, comprese Lettere e Filosofia.**

Ruolo della scuola

La scuola è la sede di tutti gli eventi più importanti, in positivo e in negativo, nel determinare il percorso di un ragazzo dislessico.

La compensazione del disturbo, e l'adeguato atteggiamento verso gli aspetti psicologici associati, sono strettamente collegati. Il mancato riconoscimento del disturbo, l'attribuzione ad altre cause (quasi sempre la "pigrizia, svogliatezza, mancanza di impegno") si traducono in atteggiamenti dei docenti, che si estendono anche agli altri alunni e spesso anche ai genitori, che finiscono col colpevolizzare il ragazzo dislessico, contribuendo ad abbassare la sua autostima e alimentando i suoi problemi psicologici. In questa situazione è evidente come s'instauri un circolo vizioso di conseguenze negative che impedisce di affrontare serenamente e in maniera corretta il disturbo, peggiorandone le manifestazioni.

La scuola dovrebbe avere invece un ruolo fondamentale per affrontare il disturbo in maniera adeguata e per ridurre le conseguenze psicologiche, il disagio e la sofferenza che a loro volta possono peggiorare il disturbo stesso.

Di fondamentale importanza è **il riconoscimento del problema: l'insegnante è in una posizione privilegiata per l'osservazione, dato che trascorre molte ore con gli alunni e può confrontare comportamenti e ritmi d'apprendimento direttamente, rilevando facilmente gli scostamenti nel gruppo classe; è in questa fase che si deve avere la capacità di non lasciarsi sviare da pregiudizi come le categorie della svogliatezza – pigrizia etc. Purtroppo nella scuola italiana vi è sempre stata una scarsa attenzione per i disturbi specifici di apprendimento, e solo da qualche anno termini come dislessia, discalculia, disgrafia sono conosciuti in maniera più estesa e corretta da un numero crescente di insegnanti.**

Tuttora di fronte ad un ragazzo che non apprende si attribuisce facilmente la causa ad una serie di condizioni (fattori sociali e culturali, problemi intercorrenti, immaturità) il cui ruolo eziologico non si può mai né dimostrare né smentire, pertanto oggetto di credenze che potremmo definire "mitologiche". La pigrizia non è una spiegazione del problema, ne è piuttosto un sintomo. Probabilmente nessun ragazzo nasce pigro, poiché la necessità di apprendere è insita nella natura umana, pertanto la

scarsa motivazione ad apprendere deve far ricercare con forza la causa di ciò che sta accadendo.

Se non si sospetta la presenza di un disturbo specifico di apprendimento, non avviene il passo fondamentale di indirizzare la famiglia, nel caso che non abbia provveduto autonomamente, ad un percorso diagnostico per chiarire la situazione.

Naturalmente motivare la famiglia ad intraprendere degli accertamenti specialistici non è sempre un'operazione facile, infatti, bisogna evitare conclusioni affrettate (la diagnosi del disturbo è di competenza dello specialista) che possono far temere alla famiglia la stigmatizzazione del problema, con lo spettro dell'handicap. La decisione deve essere presa dalla famiglia, ma gli insegnanti devono essere ben consapevoli che, per il benessere psicologico e per il futuro del ragazzo, ottenere una diagnosi il più precoce possibile, è un fatto d'enorme importanza.

L'atteggiamento relazionale e didattico

In ogni caso, anche di fronte ad un semplice sospetto (e in maniera più decisa e organica dopo una diagnosi) gli insegnanti dovrebbero fronteggiare il problema cercando di migliorare l'*autostima*.

I ragazzi con DSA hanno già in partenza una **bassa autostima, e nel corso della loro vita scolastica sono esposti continuamente ad insuccessi e frustrazioni che ledono sempre più la loro autostima. Gli insegnanti dovrebbero evitare tutti quegli atteggiamenti** comportamentali, quei commenti, espliciti o impliciti che alimentano negativamente il processo. Bisogna premiare lo sforzo piuttosto che il risultato. Bisogna creare situazioni di apprendimento in cui i ragazzi con DSA possano direttamente sperimentare la propria capacità di riuscire a superare un problema. L'accanimento didattico, motivato dalla convinzione che la ripetizione immediata, con intensificazione dell'impegno e dell'attenzione, dovrebbe migliorare la prestazione, non dà i risultati attesi nei dislessici. Infatti, l'esposizione ripetuta a situazioni in cui il ragazzo vive il fallimento, lo porta a confermare la sua personale inefficacia, a cristallizzare quell'atteggiamento definito di *impotenza appresa* (learned helplessness) che può condizionare negativamente tutto il percorso successivo. Costruire occasioni in cui il ragazzo con DSA sperimenti l'autoefficacia, la propria capacità di apprendere e risolvere problemi, è una grande sfida per la creatività professionale dell'insegnante e si realizza solo con un atteggiamento personalizzato verso il ragazzo con difficoltà, coniugando capacità di relazione e competenze specifiche nell'ambito della didattica (la metodologia metacognitiva a questo proposito fornisce importanti strumenti).

La *relazione comunicativa* con i dislessici dovrebbe attenersi ad alcune regole elementari, basate sull'uso accurato delle parole: poche parole sbagliate possono peggiorare la situazione. E' necessario evitare l'uso d'affermazioni che sono percepite come giudizi: tutte le frasi che iniziano con TU anche sottinteso es. **Com'è che sei sempre l'ultimo a consegnare la verifica? Sbrigati un po'...** Questa frase, anche detta con un tono conciliante, si traduce in una pubblica umiliazione, che abbassa l'autostima e crea un clima negativo, che interrompe la comunicazione.

Diverso è l'effetto se l'insegnante fa un'affermazione che parte da se stesso, usando il termine IO (anche sottinteso) es. **Io sono preoccupato, quando ti vedo sempre in ritardo nella consegna delle verifiche.** In questo modo è messa in primo piano la sensazione dell'insegnante e non il giudizio sul ragazzo; inoltre la specificazione introdotta da '*quando*', indica che la fonte di preoccupazione è solo un determinato comportamento e non il ragazzo in sé. Questo non riduce l'autostima e lascia aperto uno spazio di dialogo.

Nel lavoro di recupero dell'autostima bisogna favorire processi in cui ciò che accade deve essere vissuto come dipendente dalle proprie capacità: i ragazzi con DSA hanno invece

uno *stile attributivo* che li porta ad attribuire sempre a fattori esterni i successi, mentre attribuiscono a se stessi e alla propria incapacità i numerosi fallimenti.

Questo modo di ragionare è un riflesso della bassa autostima e deve essere affrontato per favorirne il superamento.

La depressione, l'ansia, la rabbia, gli atteggiamenti oppositivi o di rifiuto o anche di disturbo, possono essere ridotti solo agendo all'origine, sul benessere psicologico, che dipende dal sentimento di sicurezza e autostima del ragazzo.

Infine è necessario ricordare che la compensazione psicologica è mediata anche dalla scoperta e dalla valorizzazione delle *abilità* che i ragazzi con DSA spesso hanno, dato che hanno una normale intelligenza che permette loro di sviluppare abilità creative e talora geniali in campi disparati, dall'arte alla grafica, alla musica, alle attività pratiche, alla architettura e all'ingegneria.

Enrico Ghidoni