

## Genitori e Scuola: riflessioni

Giulio Lenardon  
AIFA onlus Friuli Venezia Giulia

Per usare una similitudine io dico che il dentista, quando va a dormire si scorda del mal di denti dei suoi pazienti mentre a chi il dente duole... la notte non dorme e pensa al suo mal di denti.

Scusate questo giro di parole ma noi, che viviamo in prima persona le nostre passioni, le nostre emozioni, i nostri affetti e la crescita dei nostri figli, la notte pensiamo, vegliamo, riflettiamo.

"...e il disturbo non è quello arrecato a me e alle maestre, ma il disturbo è nell'angoscia di un bambino che non riesce a trovare requie, che si sente sempre fuori luogo e a disagio perché non sa comportarsi come gli altri, che è intelligente e si rende conto che il suo comportamento è inadeguato, ma non riesce a fermarsi"

"E' stato appena sospeso e non so se questo sia servito a qualcosa... E' sempre in castigo perché infastidisce i compagni, si comporta in modo negativo pur di attirare l'attenzione"

Per approfondire questo aspetto ci affidiamo alle parole di Barkley nella sua Guida ai genitori, parole che ormai da tempo i ricercatori e clinici di tutto il mondo vanno confermando :

"Un bambino ADHD non è questione di tempo e tutto passerà ,ma questi atomi di comportamento vanno a formare molecole di vita giornaliera e queste molecole giornalieri più grandi composti di esistenza sociale settimanale e mensile e questi composti sociali strutture e passi di una vita da giocare su più anni. Il risultato è che l'ADHD non è la distraibilità del momento o l'incapacità a svolgere il lavoro da fare quotidianamente ma un relativo scadimento nel modo in cui il comportamento si organizza e si dirige verso il futuro della vita" .

E' questa profondissima realtà che ci fa capire che i bambini, gli adolescenti e gli adulti affetti dal disturbo soffrono per l'incapacità di adattarsi alle domande della vita sociale e perché in molti casi non riescono a raggiungere gli obiettivi che si erano proposti : l'emarginazione è la naturale conseguenza di tutto ciò.

La sperimentazione. Essere "scientifici" significa, infine "sperimentare", essere in un continuo processo di sperimentazione verso una determinata strategia o terapia e nella sua continua revisione, senza scoraggiarsi quando un esperimento dovesse fallire e sapendo utilizzare quanto si è imparato fino a quel momento per provare a risolvere il problema in un altro modo, attraverso strade diverse. Un invito molto deciso a "rimboccarsi le maniche" in una prospettiva quindi radicalmente opposta a quella "colpevolista" e pertanto passiva e nichilista purtroppo ancora troppo diffusa. Barkley afferma: "Tu sei il manager della vita di tuo figlio" ... "In primo luogo è mia opinione che per ottenere validi risultati nella terapia cognitivo-comportamentale si deve pensare ai principali operatori (genitori, insegnanti,etc.) di questi bambini che su base giornaliera, in una miriade di contesti e relazioni sociali, affrontano e gestiscono il comportamento impulsivo, disinibito, disattento e scarsamente regolato per il quale i bambini ADHD sono famosi. Sono questi adulti che devono divenire i terapisti di questi bambini, ponendo il clinico in un ruolo che sia di consigliere- allenatore di questi adulti" .

Gli autori del libro nella loro introduzione al libro affermano " Quanto più aumenta la nostra esperienza ed il lavoro con i ragazzi più disturbati, tanto più ci convinciamo profondamente che i genitori ed altri adulti significativi nella vita del bambino (compresi i fratelli ed insegnanti ) devono essere inclusi nel processo di trattamento se vogliamo che ci sia una speranza di mantenimento e generalizzazione dei cambiamenti positivi.

### **Come comportarsi con un bambino ADHD.**

Scuola e apprendimento: un incubo?

Perché la scuola è così "difficile"?

- La struttura scolastica e la didattica non vanno incontro alle esigenze dei bambini con ADHD -per questo i problemi nascono fin dall'inizio.

- Già nei primi anni, la scuola pone molte richieste per quanto riguarda l'organizzazione delle proprie cose, i modi ogni volta diversi di formulare i concerti, le spiegazioni troppo lunghe, i contenuti presentati in modo poco sistematico.

Il problema della disciplina

Le misure disciplinari interne alla scuola colpiscono i bambini e gli adolescenti con ADHD proprio nel loro punti deboli:

? Alle minacce di punizione essi rispondono opponendosi oppure si offendono e si chiudono in se stessi.

? A causa delle difficoltà nell'applicazione grafo-motoria, i compiti eseguiti per punizione hanno come risultato un rifiuto sempre maggiore nei confronti della scrittura.

? Note e rimproveri che non vengano motivati con esattezza (frequenti nella prassi scolastica) rafforzano la sensazione di essere in continuazione il capro espiatorio.

? Un'eventuale espulsione non viene avvertita dal ragazzo come qualcosa di negativo perché tanto andare a scuola non è piacevole.

## **Il problema dell'apprendimento**

Oltre a tutti questi problemi legati alla disciplina si aggiunge anche la necessità di dover lavorare a casa su quei contenuti che non si sono capiti a scuola perché si era "stanchi" o si faceva e si pensava a qualcos'altro.

Quando il rendimento scolastico è insufficiente, a ciò si sommano anche le pressioni dei genitori, i loro ammonimenti, i provvedimenti punitivi e via di seguito, compreso il loro "perdere le staffe".

Una punizione che dovrebbe far riflettere

I ragazzi con ADHD sono a conoscenza del loro problema - ma ciò non basta a risolverlo. Non sono i solo responsabili dei loro problemi. Sono i cosiddetti "bambini ADHD". ADHD significa disturbo da deficit attentivo. E' una cosa che si eredita e della quale non ci si libera più. Alcuni di questi bambini non sono solo distratti e terribilmente lenti, ma sono anche iperattivi.

Alcuni hanno anche capacità migliori di altri e di conseguenza anche vantaggi. Oggi sappiamo anche che certi personaggi famosi hanno e avevano un ADD (Albert Einstein, Cher, il principe Carlo, Nostradamus, Picasso e tanti, tanti altri).

## **Il problema della motivazione**

E' "chiaro" che il ragazzo ogni anno si ripromette d'impegnarsi a scuola, - ma questo anno scolastico ormai è andato, perché sforzarsi tanto...

Il fatto è che per un adolescente ADHD la motivazione è possibile solo in relazione al contesto. Se un insegnante è imprevedibile o ingiusto oppure spiega male, mette l'alunno in ridicolo o gli fa fare una figuraccia e altre cose di questo tipo, non solo lui ma anche la sua materia acquisisce una connotazione negativa.

Se in una materia si succedono più insegnanti ostici, il rendimento insufficiente si fa cronico. Nel ragazzo nasce la sensazione di non essere affatto portato per quella materia. Ai criteri imposti per un' "intelligenza che conduca al successo" l'adolescente e il giovane adulto con ADHD non potrà adeguarsi ancora per lungo tempo nella vita: così non è motivato "intrinsecamente", cioè non può lavorare mantenendo la disponibilità all'impegno. Nella sua finestra temporale sul qui e l'ora, già dopo pochi giorni ha dimenticato il voto che ha preso in un compito. Alla fine dell'anno scolastico non ha una visione d'insieme della sua situazione e per questo non riesce a valutare se verrà promosso o bocciato - a meno che non si sia scritto coscienziosamente tutti i suoi voti (cosa che però molti ragazzi con ADHD non fanno).

- L'adolescente con ADHD è cosciente dei suoi obiettivi, è rivolto ad ottenere un risultato ed è anche attivo, ma non lavora mai con determinazione. Non riesce a differenziare ciò che è importante da ciò che non lo è e non riconosce il livello di difficoltà di un compito. Non dispone di tolleranza nei confronti né della frustrazione né degli sbagli e ha poca resistenza nello sforzo intellettuale costante. Purtroppo l'insuccesso è già preventivato...

I metodi didattici

Si commettono errori didattici e metodologici che rendono più difficile la vita di un ragazzo con ADHD. Le lettere dell'alfabeto non vengono automatizzate a sufficienza, l'ortografia e la grammatica non vengono sufficientemente esercitate, le tabelline non si studiano più sull'asse dei numeri, bensì come serie (3, 6, 9, 12, 15, ..., invece che  $3 \times 5 = 5 \times 3 = 15$ ). Com'è possibile poi nel calcolo con le frazioni riconoscere con sicurezza quali sono i fattori contenuti ad es. nel numero 27?

Esercitare la convivenza sociale ha la precedenza rispetto all'acquisizione di tecniche culturali: è di norma tra le altre cose cambiare posto in continuazione. Il bambino e l'adolescente con ADHD però ha bisogno di strutture fisse e di condizioni chiare e prevedibili.

Particolari problemi di apprendimento

- il bambino, anche l'adolescente e il giovane adulto hanno ancora uno stile percettivo superficiale, saltellante, che rende, ad esempio, complicata la lettura. Con quel metodo da "avvoltoio che si getta in volo", si riesce ad afferrare solo in un determinato punto: una parola, l'inizio di una frase - il resto si cerca di metterlo insieme indovinando. Il senso di solito non viene compreso. Anche per questo motivo molti ragazzi con ADHD sono restii a leggere. I problemi dovuti a questa comprensione localizzata possono emergere allo stesso modo nella matematica - il ragazzo allora inverte i numeri, dimentica uno zero (20 invece di 200), non riesce ad aggiungere in modo corretto e soprattutto gli resta difficile comprendere il testo dei problemi.

L'insicurezza dei genitori

Di fronte a tutti questi problemi, spesso i genitori non sanno come fare ad aiutare i loro figli. Dalla scuola giunge il messaggio di far lavorare i bambini del tutto autonomamente il prima possibile. Dall'altra parte si scontrano col fatto che il bambino o il ragazzo non vuole e non accetta di essere corretto. Allo stesso tempo i genitori si rendono conto che il ragazzo ha assolutamente bisogno di un sostegno perché spesso i voti non sono affatto buoni.

Nessun adolescente (ma già nessun bambino) con ADHD vuole che gli si facciano domande quando torna da scuola.

Non si ricorda più di niente, a parte alcuni dettagli interessanti che hanno catturato la sua attenzione e non riesce a richiamare alla memoria a comando. La situazione a pranzo viene avvertita non di rado come una vera e propria inquisizione e si crea un vero e proprio clima di ostilità.

## **Cosa possono fare i genitori per motivare i figli a studiare?**

ADHD è la sindrome degli estremi: la motivazione c'è oppure non c'è affatto!

"Ma non lo deve capire prima o poi che sta lavorando per se stesso e non per me e che ne va della sua vita?"

Nuovamente la risposta è: no, non lo capisce.

Spontaneamente il ragazzo studia per una materia che lo appassiona o per un insegnante carino (che parla chiaramente, è spiritoso, spiega in modo vivace). Ciò vale almeno fino ai sedici anni compiuti, di solito anche fino all'esame di maturità o al diploma. In tal caso si fanno volontariamente attività di rinforzo - nelle materie che non piacciono o con insegnanti che non piacciono si fa, quando va bene, il minimo indispensabile. In queste materie si cerca di imbrogliare, di scopiazzare.

Ciò non avviene intenzionalmente, con una riflessione conscia, bensì solo per necessità, perché è oltremodo faticoso motivarsi con la volontà.

L'adolescente - come del resto già il bambino - può essere motivato solo se gli si prospettano delle ricompense.

Se è disponibile a breve termine un incentivo abbastanza forte, il ragazzo si mette al lavoro per ottenerlo. Un forte incentivo ancora assai lontano (il padre promette al figlio una mountain-bike se in pagella riuscirà ad avere "distinto" in tedesco) non serve a niente (a meno che non sia un "incentivo favoloso"). Lunghe spiegazioni sull'importanza di fare un buon esame conclusivo non sortiscono alcun effetto positivo: il ragazzo è a conoscenza di tali considerazioni, solo che a metterle in pratica "ci si stanca e si perde la voglia" così in fretta...

### **Cosa possono fare i genitori per aiutare i figli a studiare?**

• Per prima cosa\_dobbiamo individuare esattamente i problemi. Poi possiamo intraprendere il cammino verso possibili soluzioni.

A questo proposito dobbiamo fare tra l'altro il seguente sondaggio:

Mio figlio voleva andare a scuola?

? Ha imparato a leggere con facilità o gli è costato fatica?

? Scrivere è stato difficile per lui fin dall'inizio oppure ha cominciato a provare avversione nei confronti della scrittura e a fare molti errori solo quando si doveva scrivere sempre più velocemente e sempre più cose?

• Non ha avuto problemi col calcolo e ha avuto difficoltà solo nella risoluzione dei problemi oppure il bambino ha avuto difficoltà fin dall'inizio a capire la funzione delle operazioni e a memorizzare le tabelline?

? Quali sono le materie preferite di mio figlio?

? Quali materie sono "bestie nere" per mio figlio?

? Alle elementari mio figlio aveva mal di testa o mal di pancia in relazione alla scuola?

• Da quanto tempo i compiti sono diventati un dramma?

• Che comportamento ho avuto quando cercava di rimandarli, di scappare via o quando se ne dimenticava?

• Le difficoltà erano già emerse alla scuola elementare o sono subentrate solo nel proseguimento degli studi?

• Che tipo di diploma vorrei che mio figlio conseguisse?

• Quante volte al giorno parliamo di scuola?

• Quante volte durante le vacanze parliamo di scuola e di rendimento scolastico?

### **La lista potrebbe continuare ma non dovrebbe essere troppo lunga.**

? Su una scala da 1 a 10 dovremmo individuare qual è il problema maggiore e cosa viene poi in ordine.

? Anche il ragazzo però dovrebbe poter fornire una valutazione del comportamento dei genitori: quale comportamento avverte come particolarmente pesante? Cosa dovrebbero evitare di fare i genitori? Assisterlo nei compiti

• E' importante che l'assistenza durante i compiti sia pacata, ma decisa e coerente.

Molti adolescenti con ADHD non saranno nelle condizioni di eseguire correttamente da soli i compiti per casa. Sarà necessario esercitare un controllo.

Se però nelle questioni scolastiche il rapporto tra il ragazzo e i genitori si è totalmente inceppato è opportuno ricorrere ad un'altra persona che li assista durante i compiti. E' più indicata una figura che sappia spiegare in modo pacato, gentile e rilassato ma anche deciso ciò che esattamente il ragazzo deve eseguire. Sarebbe auspicabile una persona che quando occorre sappia prestare pazientemente un aiuto, ma non pensare "al posto suo"( cosa che naturalmente gli farebbe molto piacere ). Tale compito può essere svolto da uno studente più grande ma anche da un pensionato.

I bambini e gli adolescenti con ADHD hanno bisogno di istruzioni chiare, che non si prestino ad equivoci, ed anche di elogi - tutti gli alunni ne traggono profitto.

I contrasti tra i genitori e gli insegnanti non risolvono niente, così come non porta a niente, nell'individuazione dei problemi, un atteggiamento aggressivo.

Ha più senso parlare spesso con gli insegnanti, ascoltare, eventualmente confermare i problemi noti e magari accennare a certi accorgimenti che i genitori stessi hanno trovato. Tutto ciò non dovrebbe mai degenerare in una "giustificazione", altrimenti si finisce subito per dare l'impressione di voler distribuire le responsabilità.

### **Come dovrebbero procedere i genitori**

Dal lavoro svolto per anni insieme agli insegnanti, ai genitori e ai bambini e adolescenti con ADHD, la seguente "pianificazione dell'aiuto" ha dimostrato di ottenere ottimi risultati:

Accettare il fatto che la scuola necessita di un aiuto

Informare su cos'è l'ADHD

Un insegnante che ha problemi e difficoltà col ragazzo va preso sul serio

Tutte le esigenze educative devono essere ben formulate

Ogni strategia necessaria deve essere attuata

In linea di principio l'adolescente con ADHD non è insofferente nei confronti della scuola, lo diventa tuttavia a poco a poco nel circolo vizioso di reciproci malintesi e interpretazioni errate.

Compito dei genitori è interrompere questo circolo vizioso, mostrando comprensione ma anche fermezza.

Per questo motivo i genitori devono andare all'attacco e affrontare direttamente l'argomento ADHD. Di fronte a insegnanti che ritengono questa diagnosi una "sciocchezza" oppure una "scusa", i genitori non dovrebbero tacere e battere in ritirata bensì darsi da fare per fornire ulteriori informazioni. Dovrebbero per esempio informarsi sulla normativa regionale in materia scolastica. Una circolare del provveditorato di Stoccarda prevede ad esempio che tutte le scuole debbano tenere in seria considerazione una diagnosi di ADHD.

Ogni mansione che al ragazzo appaia sensata è più utile di qualsiasi punizione.

In un colloquio diretto con gli insegnanti ed eventualmente col preside si dovrebbe sempre cercare, con spirito di cooperazione, una soluzione ai problemi, sia in relazione al rendimento scolastico che al comportamento. Un'analisi collegiale non solo delle fragilità ma anche dei punti di forza, ad esempio l'interesse per determinati ambiti, è in grado con ogni probabilità di migliorare la motivazione complessiva del ragazzo. Ci sono delle cose che gli riescono particolarmente bene? E riesce in quelle ad impegnarsi? Se ci sono da svolgere lavoretti nella scuola, nel gruppo di teatro, nei laboratori, spesso sa essere molto produttivo. Ritardatari matricolati riescono a essere puntualissimi se viene dato loro il permesso di prendere nota dei nominativi di tutti coloro che arrivano tardi. Se tuttavia la scuola reagisce rifiutando ed escludendo ogni tentativo di dialogo da parte dei genitori, non resta altra strada che quella di rivolgersi ad istanze che svolgano una funzione di consulenza e in ultima analisi avviare un procedimento legale.

A volte, per poter portare a termine la carriera scolastica con esiti positivi, occorrono più tentativi e anche cambiamenti di scuola.

Nonostante le risorse e gli aspetti positivi l'ADHD costituisce un ostacolo all'integrazione scolastica, in casi gravi anche all'integrazione sociale, senza alcun aspetto positivo, quanto meno nella scuola. I genitori non devono mai scordarselo quando sottopongono il figlio a tutte le loro richieste.

Per i nostri figli affetti da ADHD la situazione purtroppo si fa sempre più precaria. Il quadro clinico non è ancora "riconosciuto ufficialmente" come invece accade negli Stati Uniti. Sempre più spesso i ragazzi trovano che le reazioni da parte degli educatori, tutte quelle spiegazioni, le etichettature, il continuo ribadire gli aspetti negativi siano una cosa ben peggiore rispetto alle difficoltà che crea lo stile percettivo stesso. Di fronte ai continui appelli "Non lo fare..." "Smetti di..." i bambini finiscono per imparare una serie di trucchi per sottrarsi a tutto ciò.

Ma per potersela cavare in qualche modo bambini e ragazzi hanno bisogno di amore, accettazione, rispetto ed empatia, anche se hanno l'ADHD.

Altrimenti si arriva ad affermazioni come quella di un ragazzo di dodici anni: "Vorrei essere mio padre, perché lui mi vuole bene" - intende dire: nessun altro mi vuole bene (citato da S. Goldstein, 1998).

Un cambiamento di scuola troppo affrettato, magari in una scuola di livello più basso, può eventualmente portare ad una forma di rassegnazione da parte del ragazzo - che può anche portare un calo del livello di sviluppo intellettuale.

### **L'importanza di un insegnante comprensivo**

Il rendimento scolastico dell'adolescente dipende sostanzialmente dal rapporto che ha con gli insegnanti.

La situazione ottimale si ha quando il ragazzo viene capito e accettato nel suo modo di essere e l'insegnante lo sostiene e lo aiuta. Un'attività efficace di coaching funziona bene anche a scuola, soprattutto là dove si instaura una stretta collaborazione con i genitori - e gli obiettivi vengano perseguiti con tenacia. Si dimentica troppo spesso che, anche se l'adolescente con ADHD è più maturo, non riesce normalmente a imparare in base ai dati dell'esperienza. Bisogna che gli giunga il seguente messaggio: "Lo so, la scuola per te non è certamente il massimo della vita, ma che ci vuoi fare, bisogna arrivare in fondo".

In questo modo l'adolescente si sente capito ed è maggiormente disposto ad eseguire i propri compiti. Anche in caso di infrazioni, questo tipo di coaching si rivela molto più sensato delle punizioni di tipo convenzionale o di un lavoro sociale supplementare non sostenuto da una conoscenza specifica del quadro clinico.

Genitori e insegnanti dovrebbero mantenersi in continuo contatto. I genitori dovrebbero essere informati o informarsi loro stessi ad esempio sulle date dei compiti in classe e gli insegnanti vistare sui quaderni i compiti assegnati per casa.

Quando va tutto storto

Può accadere che per qualche adolescente con ADHD le cose a scuola non funzionino proprio più. Soprattutto nella fascia di età fra i 14 e i 17 anni possono esserci fasi in cui ogni intervento appare vano. Spesso il ragazzo si ritrova a subire l'influsso negativo di altri coetanei. In casi del genere una via d'uscita può essere costituita da un nuovo ambiente scolastico, da un'altra scuola, un altro tipo di istituto.

Il collegio rappresenta una soluzione soltanto là dove sussista apertura e comprensione nei confronti dell'ADHD, nonché una vera disponibilità ad andare incontro alle esigenze del ragazzo.

Ricky, 16 anni è passato direttamente dalla seconda alla quarta classe. Arriva poi ad un liceo francese dove, grazie alla terapia e ai farmaci, ottiene buoni risultati, nonostante il lungo percorso e lo stress causato da un grave incidente stradale accaduto alla madre. È estremamente dotato, ma ancora indietro nello sviluppo psichico. Durante la pubertà, a

partire da 15 anni e mezzo, cade in una crisi profonda in cui perde ogni motivazione. Nel bel mezzo della lezione si mette a urlare contro una mosca che lo infastidisce. Non combina più niente e in breve tempo ha un crollo totale. I genitori sono alla ricerca di un collegio. In Inghilterra trova una scuola a tempo pieno dove la giornata è ben strutturata per tutti gli alunni e anche per questa classe esiste un servizio di assistenza guidata. Il ragazzo si riprende velocemente, anche perché in quella scuola si dispone di una sana mentalità e soprattutto perché si accolgono i suoi punti di forza.

### **Tante strade conducono verso il futuro**

I genitori di un ragazzo affetto da ADHD devono essere pazienti anche riguardo alla scuola e alla formazione professionale. Niente infatti è più importante della capacità dei genitori di tener duro, anche nel caso di un cambio di scuola o dell'interruzione degli studi.

Gli adolescenti con ADHD arrivano spesso "a scoppio ritardato" e non di rado conseguono un diploma solo dopo aver cambiato il corso di studi.

Attività mirate alla formazione professionale, anni di apprendistato, esperienze di tirocinio possono essere impiegati in modo intelligente e inseriti al momento giusto - il ragazzo e il giovane adulto con ADHD non dovrebbero mai stare senza far niente. In considerazione dell'importanza di avere persone di riferimento e dell'ipersensibilità nei confronti delle critiche, i genitori dovrebbero riuscire sempre a trovare ascolto, per quanto è ancora possibile, nelle persone con le quali il ragazzo ha a che fare nel suo ambiente.

- Una scuola per bambini e adolescenti affetti da ADHD non esiste!
- ✍ Non ci sarà mai, ed è giusto che non ci sia.
- Questi ragazzi devono imparare a stare con gli altri e ad adattarsi, oggi giorno sempre più spesso con l'aiuto di una terapia farmacologica.
- ✍ Ricorrere a scuole speciali ha senso solo nei casi molto gravi o in presenza di comorbilità.

(Tratto da " Gli adolescenti iperattivi e i loro problemi - Diventare adulti con ADHD - Cosa possono fare i genitori" di Cordula Neuhaus Traduzione italiana a cura di Silvia Juliani, ALFA Icg)