Pensieri ed emozioni dei bambini con DSA: le potenzialità al di là del limite

Tricase, 26/11/2025

Dott.ssa Francesca Scigliuzzo

PSICOLOGA – PSICOTERAPEUTA

DIAMO LA PAROLA AI BAMBINI CHE DANNO VOCE A PENSIERI ED EMOZIONI …

"non me la cavo bene a scuola, non sono contenta dei miei voti, sono lenta a fare i compiti, vorrei essere come Chiara, la mia amica, che li finisce subito. Per favore dì alle maestre che non voglio leggere ad alta voce"

"a scuola sono una frana, sbaglio sempre nei compiti e mi sento un problema per tutti, chissà che pensano di me, mi viene da piangere"

"mi sento soffocare quando devo parlare o leggere davanti ai compagni, li immagino tutti affollati sopra di me, a volte mi sento tanto agitato e non riesco a stare fermo"

“mi sento un buono a nulla quando sbaglio, non ho molti amici, spesso rompo le penne per il nervoso, la mamma mi sgrida quando prendo voti brutti e non mi dice nulla quando qualche volta prendo un voto bello… non è un pò strano? “

“quando sono rimasto indietro al dettato, ho chiesto alla maestra di ripetere e i compagni hanno detto che lo avevo fatto apposta per perdere tempo”

“ho paura di non riuscire a superare l’anno scolastico, ho paura del futuro (chissà se i miei genitori potranno mantenermi se non riuscirò a combinare nulla), volevo fare un corso di barman, ho cercato diverse sedi su internet e le ho chiamate tutte per chiedere come era l’esame finale… poi mi hanno detto che c’erano domande scritte a cui rispondere e ho lasciato perdere, non potevo spendere così tanti soldi e poi rischiare di non superarlo…

“mi sento molto nervoso già appena mi sveglio, ho mal di pancia e mal di testa prima di andare a scuola, se ho problemi a scuola non riesco a dormire, certe volte invento scuse per non andare, ma la mamma poi mi porta sempre”

“ho provato tante volte ma non riesco…non ci provo più ormai, tanto so già che sbaglio”

“sono triste perché il pomeriggio devo recuperare quello che non ho scritto a scuola, mamma e papà mi chiedono perché non ho lavorato, la scuola non mi piace, le maestre mi rimproverano, mi dicono di sedermi, mi hanno messo solo due voti belli in religione e in recitazione e non mi hanno fatto mai i complimenti in tutto l’anno perché combino monellagini”

Nei disturbi di apprendimento si verifica spesso la comorbilità con difficoltà o disturbi emotivi:

I bambini e i ragazzi con DSA tendono

- a persistere meno in un compito, ad abbandonarlo più precocemente o ad evitarlo
- ad arrabbiarsi facilmente dinanzi a frustrazioni e fallimenti
- a sentirsi meno responsabili del proprio apprendimento
- a sentirsi meno capiti emotivamente e dunque ad avere un calo del tono d'umore
- a sentire maggiore ansia e tristezza
- a sviluppare una bassa autostima (un concetto di sé negativo)

Il circolo vizioso dell' autostima

Bassa autostima
e impotenza appresa

Aspettative di fallimento

Riduzione dell'impegno
o evitamento del compito

Esperienze di insuccesso

Proviamo ad immaginare: come potrebbe sentirsi un bambino che deve leggere ad alta voce davanti ai compagni di classe e sa benissimo di non essere all'altezza di questo compito?

- da un lato il bambino potrebbe presentare un comportamento ritirato, chiuso in se stesso, di evitamento del confronto, cerca di nascondersi (per es. vuole stare nell'ultimo banco), parla poco (reazioni che possiamo definire di tipo depressivo o inibitorio)

- dall'altro lato potrebbe presentare sentimenti di rabbia che portano a comportamenti disturbanti, talora opposizione e aggressività, diventando un problema nella classe

FOBIA SCOLASTICA

È un disturbo caratterizzato da un'ansia eccessiva nei confronti della scuola: il bambino mostra il rifiuto ad andare a scuola o rifiuta di rimanervi per un intera giornata o va a scuola dopo molte lamentele e disturbi psicosomatici (al momento dell'uscita da casa o all'ingresso a scuola: il bambino piange, supplica, grida, scappa, avverte nausea o vomito, promette ai genitori che andrà a scuola il giorno dopo)

Il bambino anticipa eventi temuti che potrebbero accadere a scuola

ANSIA DA PRESTAZIONE

L'ansia da prestazione si manifesta dinanzi alla richiesta di una prestazione che il bambino percepisce come eccessivamente difficile rispetto alle proprie capacità. E' collegata alla paura del giudizio dei compagni e/o dell'insegnante e/o dei genitori

DEPRESSIONE

Comporta: prevalente sentimento di tristezza, umore irritabile, anedonia, autovalutazioni negative, senso di colpa, disperazione, difficoltà di concentrazione, chiusura sociale con tendenza all'isolamento, diminuzione del rendimento scolastico, affaticamento, problemi comportamentali, dolori e malesseri, disturbi del sonno, agitazione psicomotoria.

RABBIA ESTERNALIZZATA E DISTURBO OPPOSITIVO PROVOCATORIO

Quando un bambino si costruisce un'idea di sé stesso negativa, si convince che anche le persone con cui interagisce abbiano un'idea negativa di lui, pertanto sfida l'adulto, mostrando il peggio di sé, per verificare le sue reazioni e quindi la veridicità della sua credenza di inadeguatezza.

Inoltre il bambino sfida l'adulto, per valutare la propria amabilità, ossia capire se è amato e accettato, indipendentemente da tutto, indipendentemente dai suoi limiti.

COSA FARE IN CLASSE?

FAVORIRE LA CORRETTA CONOSCENZA…

L’accettazione del limite

Il circo della farfalla

Erste Bank Believe in Christmas

Bebe Vio

Nick Vujicic

BREVE SPIEGAZIONE TEORICA PER I DSA

correggere eventuali credenze errate dovute alla non conoscenza

- dislessicifamosi.wmv – youtube
- Dislessia: cos'è? Come si manifesta? Cosa non è?
- DSA cosa sono come riconoscerli e come aiutare
- Guarda la dislessia con occhi diversi! Versione italiana di "see dyslexia differently"
- I 10 punti di forza dei DSA (tratti da www.dislessiaioticonosco.it)
- Interviste del cantante Mika o dell'attrice Andrea Delogu, entrambi dislessici
- Visione del film "Stelle sulla terra"

Una metafora per i più piccoli:

L'apprendimento "avviene" nel cervello… Tutte le informazioni, quando le ascoltiamo, le guardiamo, le leggiamo, le scriviamo, "entrano" nel nostro cervello e si muovono come delle macchinine lungo dei percorsi simili alle autostrade. Quando si ha un DSA, solo sulle autostrade della lettura, della scrittura o del calcolo, le macchinine camminano un po' più lentamente, perché c'è un po' di traffico. E' una seccatura e spesso ci fa stare male o arrabbiare. Ma bisogna pensare che anche se un po' più lentamente, SI ARRIVA COMUNQUE ALLA META. E se si usano delle scorciatoie diventa tutto più facile

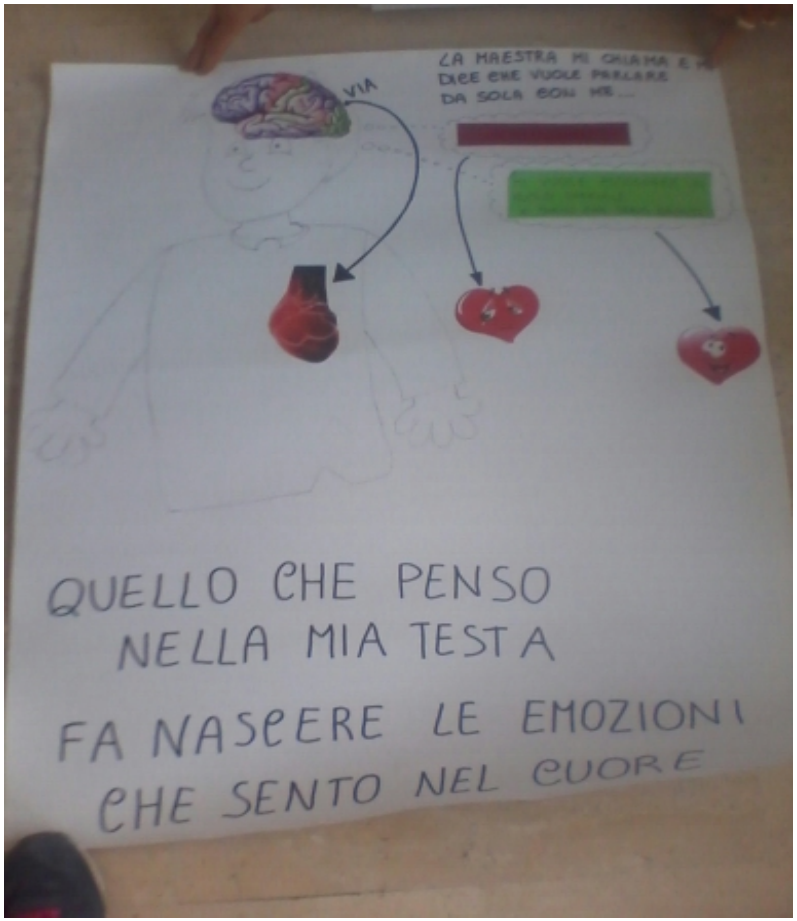
STRATEGIE PER LA SCUOLA

- **Approcciarsi al bambino con atteggiamento di fiducia ed entusiasmo, mostrando di credere nelle sue capacità** (spesso si cercano le strategie ma dobbiamo diventare noi stessi strategia, diventando operatori motivanti che riescono ad entusiasmare, che mostrano di crederci, che sono incoraggianti, che danno fiducia e rispetto, che valorizzano e gratificano)

- **Favorire l'espressione delle emozioni** (riservando dei momenti della giornata al dialogo e all'ascolto empatico dei bambini, incoraggiandoli ad esprimere paure e preoccupazioni) e fornire supporto emotivo e comprensione (abbassare il voto ad un bambino che usa le mappe sarebbe come abbassare il voto ad un bambino miope che usa gli occhiali)

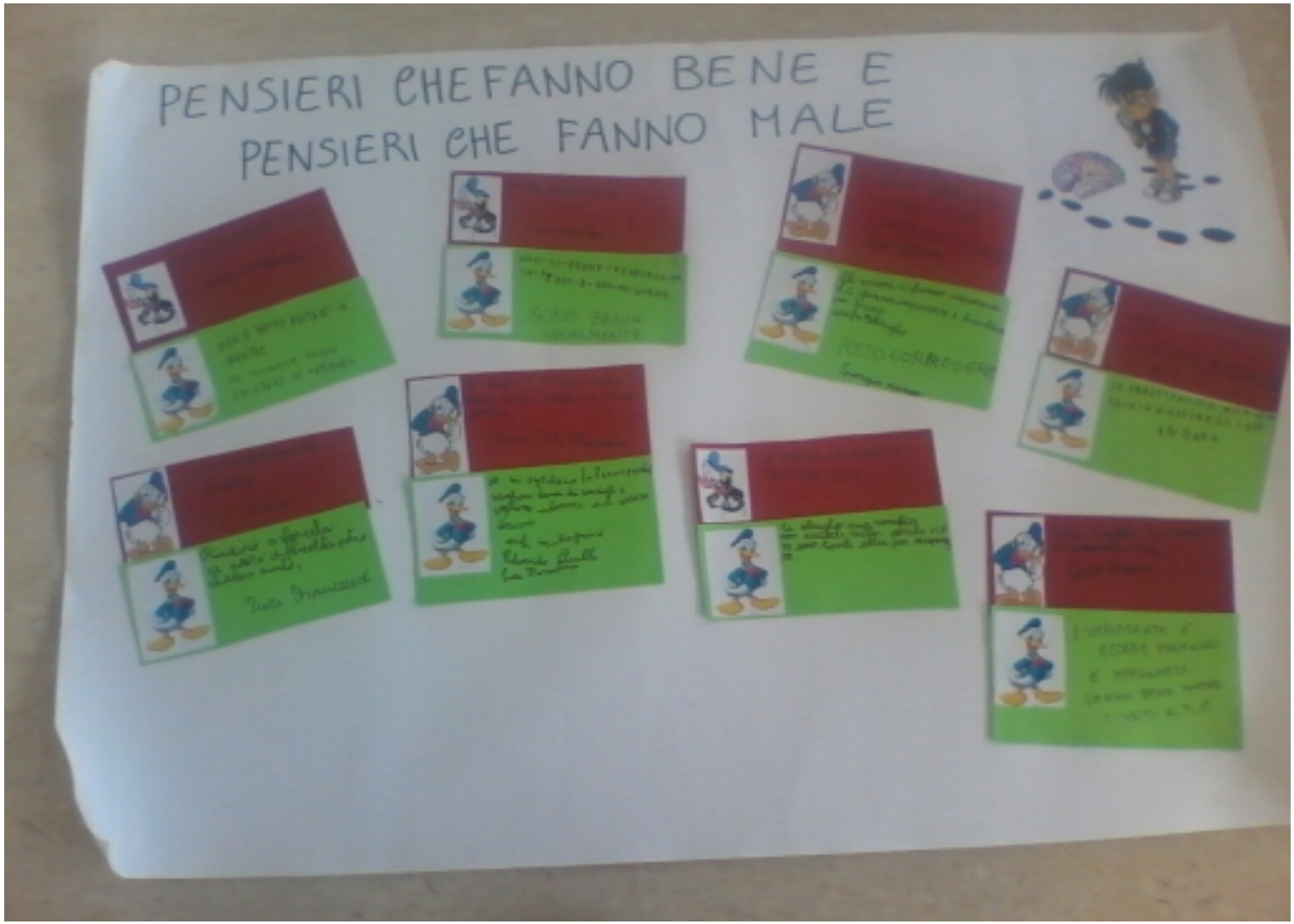
- **Usare gli strumenti compensativi con cautela** (spiegare al bambino che potrà usarli quando ne sentirà il bisogno) e considerare che sono dei BISOGNI e non dei privilegi, imparare ad usarli insieme a loro, dare la possibilità di condividerli con i compagni e di insegnarne l'utilizzo ad altri bambini che ne hanno bisogno

- Quando il bambino appare isolato e assorto nei suoi pensieri, si consiglia di chiedergli: a cosa stai pensando, cosa ti preoccupa? Dunque **aiutare il bambino a sostituire modi di pensare negativi o catastrofizzanti con pensieri positivi e razionali**. Ad esempio se il problema è la paura di sbagliare, il bambino potrà dire a sé stesso: “non è detto che sbaglierò ma sbagliare è normale e può succedere a tutti, quindi anche se sbaglierò, non succederà nulla di grave”.



SITUAZIONE	PENSIERO	EMOZIONE
SCRITTURA	1. RESTERÒ INDIETRO AL DETTATO 2. FARÒ DEGLI ERRORI 3. SE SBAGLIERÒ, DOVRÒ RIFARE TUTTO 4. DOVRÒ PRENDERE 10 5. NON RIUSCIRÒ A FARE IL DETTATO 6. SE SBAGLIO, LA MAESTRA E I GENITORI MI SGRIDERANNO	**SINTOMI:** IL CUORE BATTE FORTE CI FA MALE LA PANCIA CI VIENE DA VOMITARE SUDIAMO CI VIENE LA TOSSE CI SENTIAMO MALE

RICORDA IL SEGRETO DELL'AUTOCORREZION


PENSIERI CHE FANNO BENE E
PENSIERI CHE FANNO MALE

- **Allenare i bambini a modificare il punto di vista dinanzi ai rimproveri e agli errori**: i rimproveri sono preziosi consigli, gli errori sono preziose lezioni, dai limiti e dagli errori possono nascere cose belle

"Tutti commettono errori. È per questo che c'è una gomma per ogni matita"

"Gli errori sono necessari, utili come il pane e spesso anche belli: per esempio, la torre di Pisa" (Gianni Rodari)

"Un esperto è colui che ha fatto tutti gli errori possibili nel suo campo" (Niels Bohr)

"Impariamo a camminare cadendo. Se non siamo mai caduti a faccia in giù, non saremo mai in piedi" (Robert T. Kiyosaki)

"Solo chi non fa nulla non sbaglia anche se in realtà sta commettendo l'errore della sua vita" (Abbé Pierre)

"Ho imparato un sacco di cose dai miei molti errori. L'unica cosa che non ho mai imparato è quello di smettere di farli" (Anonimo)

"Chi non ha mai commesso un errore non ha mai sperimentato nulla di nuovo" (Einstein)

- **Aiutare i bambini a modificare il punto di vista rispetto ai voti** (si riferiscono a quel compito ma non riguardano la persona: quel compito vale 6, non sei TU che vali 6) e quando possibile sostituirli con commenti qualitativi

- **Dare maggiore importanza agli aspetti positivi** (gratificando e rinforzando anche con lodi verbali ogni piccolo successo del bambino e ogni piccolo comportamento adeguato) e non a quelli negativi (cercando di ridurre punizioni e rimproveri) Regola delle 3 P: rinforzare i Piccoli Passi Possibili, premiare ciò che il bambino riesce a dare in quel momento e fissare un obiettivo per volta

- **Gratificare e premiare i bambini, che pur avendo sbagliato, saranno in grado di individuare ed auto correggere i propri errori** e che non si abbatteranno davanti alle difficoltà, ma cercheranno di superarle con coraggio

- **Creare nel contesto classe occasioni che favoriscano la cooperazione**,

  (creare dei gruppetti di lavoro, **assegnando a ciascun bambino un ruolo adatto alle proprie caratteristiche e funzionale al resto del gruppo**). I bambini di ogni gruppo dovranno sentire che sono tutti sulla stessa barca (interdipendenza di materiale, di scopo e di risultato). Se il lavoro sarà ben fatto, tutti saranno premiati: o si perde tutti insieme o si vince tutti insieme

- **Fare leva sulle abilità e sulle doti del bambino per creare in classe occasioni di gratificazione**. Tali gratificazioni, elargite oralmente, non dovranno limitarsi a giudizi positivi (es: “sei stato bravissimo”) ma dovranno descrivere il comportamento positivo per il quale è stata ottenuta la gratificazione. Usare la virgola positiva (Molto bravo Giovanni, ma ricorda che…)

- **Allenare i bambini ad avvicinarsi gradualmente a ciò che temono e che evitano** (es: leggo con la maestra fuori la classe, leggo con la maestra e alcuni compagni scelti da me fuori la classe, leggo in classe mentre i compagni fanno il lavoro di gruppo, leggo davanti ai compagni) e proporre tecniche e giochi di rilassamento (es: "Giochiamo a rilassarci")

- **Assegnare un posto che gli permetta di stare accanto ad un compagno di cui si fida**, magari nelle prime file, in modo da poterne richiamare l'attenzione (attraverso un segnale da concordare, in segreto, con il bambino)

- **Nei casi di impotenza appresa, proporre delle attività effettivamente fattibili e motivanti**, perché il bambino possa sentirsi capace e poi gradualmente accompagnarlo verso le attività più complesse e impegnative. Ricordare che l'autostima si abbassa quando le prestazioni sono basse, ma anche quando le aspettative sono troppo alte

- **Motivare agganciandosi ai bisogni** ("questa cosa ti servirà per migliorare queste tue competenze che potrai utilizzare in questo campo…") e mostrare sempre i vantaggi che ne conseguono oppure utilizzare delle motivazioni esterne

L'AGENDA DEI TRAGUARDI

Di settimana in settimana, Antonio si impegnerà su un obiettivo, che sarà scelto da lui, con la guida dei docenti.

Ogni giorno, in ciascuna ora di lezione, se Antonio riuscirà a raggiungere l'obiettivo, vincerà una firma del docente sull'agenda.

Al termine delle 5 ore, se Antonio sarà riuscito a totalizzare almeno 4/5 firme riceverà dal docente dell' ultima ora un TIMBRO OK

che porterà a casa e consegnerà ai genitori.

I genitori provvederanno a premiare Antonio, ogni 6 timbri, con il premio precedentemente concordato.

Si consiglia di modificare l'obiettivo, solo quando sarà sufficientemente acquisito.

E altre forme di “Token Economy” realizzate a scuola