

MAL DI SCUOLA E RIFIUTO SCOLASTICO una forma di disagio in forte espansione

È iniziato un nuovo anno scolastico, un momento importante e di grande intensità nella vita di bambini e ragazzi.

Come tutti i momenti di passaggio, l'avvio dell'anno scolastico deve fare i conti con implicazioni emotive importanti: c'è una parte che riguarda l'approccio a ciò che inizia in termini di aspettative, di preoccupazioni, di timori e di desiderio, e dall'altra vi è il distacco dalla "pausa estiva", una condizione più comoda, meno prestazionale e affettivamente più rassicurante.

I ragazzi e le ragazze, così come i bambini, affrontano questi momenti con i loro strumenti emotivi e con le mappe cognitive che hanno progressivamente sviluppato.

L'intensità di questo passaggio e il modo in cui viene vissuto, incidono tuttavia sulle modalità di funzionamento, sia cognitive, sia relazionali, e quindi condizionano l'approccio all'impegno scolastico ed alle relazioni con gli altri.

L'impatto emotivo della ripresa riguarda in qualche modo anche gli adulti che a scuola lavorano e che devono affrontare l'aspettativa ("non vedo l'ora di ricominciare"), o il senso di fatica e di apatia ("non avrei proprio voglia, non ci voglio pensare"), o l'ansia ("chissà come andrà quest'anno? chissà come sarò accolto? chissà come sarà la classe? chissà come andranno le cose coi colleghi").

Le implicazioni emotive legate alla ripresa dell'anno scolastico riguardano veramente tutto l'ambiente-scuola e le persone che lo vivono, e risuonano ulteriormente nel caos organizzativo che da sempre pervade le prime settimane dell'anno scolastico.

Tutte queste turbolenze rimarcano la rilevanza della sfera affettiva sul funzionamento scolastico, e proprio questi elementi sono alla base di un fenomeno preoccupante e in crescita significativa tra bambini e ragazzi: il rifiuto scolastico.

Il rifiuto scolastico è definito una condizione caratterizzata dalla presenza della resistenza o opposizione ad andare a scuola o restarvi tutto il giorno (Kearney & Silverman 1996).

Il fenomeno, che riguarda la fascia che va dalla scuola primaria, dai 5/6 anni fino ai primi anni della scuola secondaria di secondo grado, si manifesta in modo più significativo intorno ai passaggi da un ordine di scuola all'altro.

Molti studi lo definiscono come una sorta di fobia sociale, che insorge più o meno improvvisamente, con il rifiuto di andare a scuola e con reazioni di crisi ansiose e attacchi di panico qualora li si costringa.

Tale fenomeno è mediaticamente meno impattante della più nota sindrome degli "hikikomori", in quanto non assume quegli atteggiamenti assoluti e non beneficia di una definizione di un'etichetta così roboante, ma in realtà ha una diffusione maggiore e un'incidenza forte sulla qualità della vita e sui funzionamenti scolastici, sia dal punto di vista cognitivo che relazionale.

Riteniamo opportuno accendere i riflettori su questo problema al fine promuoverne un'autentica azione di prevenzione e, laddove si manifesti, interventi di aiuto adeguati e competenti.

Purtroppo il rifiuto scolastico, a causa di un'insorgenza non tumultuosa, si presta ad essere minimizzato da parte dei genitori, che possono vedere la non voglia di andare a scuola come un momento a sé ed a giustificarla con interpretazioni tipo: "si è svegliato male", "è preoccupato per la verifica", "ci sarà qualche compagno che gli ha fatto qualcosa che non va", "ogni tanto un giorno di riposo non fa male".

Il sommarsi di piccoli segnali ne fa una sindrome difficile da riconoscere e che si sviluppa in modo insidioso.

Nel rifiuto scolastico, oltre alla frequenza discontinua fatta di ritardi e di uscite anticipate e all'assenza prolungata da scuola, i ragazzi vivono malesseri improvvisi, lentezza cronica negli approcci al lavoro scolastico e all'interazioni, esplosioni di rabbia, crisi di panico, minacce e tentativi di autolesionismo.

Queste manifestazioni offrono una visione chiara dello stato di angoscia che pervade il minore in difficoltà.

Alcune ricerche hanno evidenziato come questa problematica abbia un'incidenza fra il 3 e 5 %, ovviamente con manifestazioni di diversa intensità da soggetto a soggetto.

Il quesito che sorge naturale è da cosa dipenda questo disagio con una tale crescente rilevanza. Certamente, data la complessità del fenomeno, l'ampia fascia di età dei soggetti colpiti e le diverse manifestazioni, è ovvio che non si possa trattare di una causa unica.

Si possono distinguere cause legate all'ambiente, all'apprendimento, alla relazione familiare.

Gli **elementi ambientali**, ossia legati alla specifica realtà scolastica, incidono maggiormente su bambine e bambini che frequentano la scuola primaria e possono riguardare sia una relazione difficile e timorosa con qualche docente, sia situazioni difficili nella vita di classe, quali forme di bullismo o ambienti eccessivamente conflittuali, che possono sviluppare paure nel permanere a scuola.

Per quanto riguarda le cause legate **all'apprendimento**, in situazioni di difficoltà legate a disturbi specifici o a debolezze cognitive non classificabili, il minore può sviluppare sentimenti di inadeguatezza, di inferiorità o di diversità che gli rendono particolarmente pesante lo stare a scuola.

Un altro elemento che può rendere estremamente gravosa la vita scolastica riguarda le **Aspettative dei genitori** che, quando troppo grandi o vissute in modo esasperato, diventano un macigno che schiaccia e da cui si può solo cercare di sottrarsi.

Un'ulteriore componente riguarda **la difficoltà a separarsi** dall'ambiente rassicurante di casa e dalla presenza dei familiari: la distanza emotiva che inevitabilmente riguarda la vita a scuola, è vissuta come eccessiva e insostenibile e ogni pretesto diventa funzionale per tornare nel guscio protettivo.

Tuttavia l'aspetto che riteniamo più delicato riguarda **il rifiuto scolastico nelle prime fasi dell'adolescenza**, che potremmo indicativamente collocare fra gli ultimi due anni della scuola secondaria di primo grado e il primo o, in casi rari, secondo anno della scuola secondaria di secondo grado.

Il Centro di Psicologia Ulisse, specializzato in problematiche dello sviluppo e in psicologia scolastica, che opera in diverse scuole di Torino e provincia dove gestisce attività di ascolto e consulenza con preadolescenti e adolescenti e di consulenza e

formazione per docenti, ha raccolto in questi ultimi anni una casistica consistente sul fenomeno del rifiuto scolastico degli adolescenti.

La casistica presenta situazioni sia di maschi, sia di femmine, che in modo progressivo passano da qualche giorno di assenza a veri e propri blocchi che portano ad assenze prolungate dalla scuola con il manifestarsi di un quadro sintomatologico complesso.

Si tratta di adolescenti che vengono assaliti da angosce profonde, crisi di panico, paura smisurate per la loro salute e reagiscono alle pressioni ambientali con esplosioni di rabbia, violenza e autolesionismo. Seppur questi casi non si possano definire di "ritiro assoluto", evidenziano un allontanamento dalla vita sociale, un progressivo isolamento e rapporti sempre più conflittuali con i genitori; le uniche relazioni avvengono attraverso socialnetwork e videogiochi, protetti dalla distanza e dal controllo delle interazioni.

Il sentimento dominante risulta essere la vergogna per il sentirsi inadeguati rispetto ad una rappresentazione ideale di sé.

Il malessere di questi ragazzi e ragazze è particolarmente significativo e incide non solo sul loro rendimento scolastico ma anche sulla loro costruzione di personalità e di relazioni sociali, con effetti e conseguenze anche a medio termine.

La costruzione delle necessarie relazioni di aiuto è complessa e richiede la capacità di costruire setting di intervento che tengano conto di quanto per questi ragazzi, a fronte della loro situazione di chiusura, ogni proposta di incontro con figure esterne viene vissuta come costrizione o aggressione e pertanto fortemente contrastata.

Nelle storie di questi ragazzi e ragazze, il ritiro sociale si palesa in quel delicato momento evolutivo, di transizione da un funzionamento di carattere infantile all'adolescenza: è il passaggio da identificazione e appartenenza alla famiglia ed ai suoi schemi, seppur con forti contrasti e oppositività, verso il mondo dei pari, fatto di nuove visioni del mondo e nuovi schemi di funzionamento.

Autorevoli studiosi dell'adolescenza hanno definito questa fase "la seconda nascita o la nascita sociale", una fase fatta di insicurezze, di paure e vergogne perché costituisce un presentarsi al mondo in modo diretto, senza più la pellicola protettiva della famiglia, e proprio la vergogna risulta essere il sentimento dominante nei casi di rifiuto scolastico.

In questa fase evolutiva ragazze e ragazzi attraversano situazioni di grande instabilità emotiva determinata dalle importanti trasformazioni della rappresentazione di sé e delle relazioni con gli "altri".

In genere questo è il momento in cui gli adolescenti sono alla ricerca di rispecchiamenti forti nel gruppo dei pari con cui sono accomunati da interessi, linguaggi, codici comportamentali e visione del mondo. Tale appartenenza fornisce una sorta di identità di servizio, funzionale a sostenere nella fase di discontinuità dalla identità del bambino a quella del ragazzo.

Tuttavia chi ha difficoltà ad immergersi nelle realtà gruppale finisce per vivere in uno stato di profonda solitudine e di grande paura, per cui l'ambiente non protetto al di fuori della famiglia e di casa diventa minaccioso ed eccessivamente richiedente. Il sentimento più forte di questa situazione è appunto la vergogna e la reazione più naturale è quella di nascondersi

L'elemento che accomuna tutte le situazioni incontrate nell'esperienza del Centro di Psicologia Ulisse sia a scuola sia nelle consulenze in sede, riguarda non solo la vergogna, ma anche una disarmonia dello sviluppo tra competenze cognitive e competenze emotive-affettive.

Si tratta infatti spesso di ragazzi e ragazze con una spiccata intelligenza, fatta di ottime capacità di pensiero, di espressione e affermazione di sé e delle proprie esigenze, e di comprensione di tutto ciò che a loro interessa.

Allo stesso tempo vi è un'importante immaturità emotiva caratterizzata da intolleranza verso fatiche, frustrazioni e distanza emotiva dalle figure parentali, e da incapacità a contenere e ad esprimere in modo adeguato le reazioni emotive, elementi che rendono difficile il loro mettersi in gioco nelle situazioni non protette.

Tale quadro clinico presenta come segni precoci, fin dall'inserimento alla scuola dell'infanzia, forme di iperattività, esplosioni di rabbia, rifiuto delle regole e dei limiti e assenza di qualunque forma di riconoscimento e di rispetto dell'adulto come figura guida. Potremmo sintetizzare dicendo che il piccolo sovrano sviluppa un confronto relativo con la realtà ed è deprivato di tutte quelle esperienze emotive che attrezzano per affrontare le relazioni col mondo, cosa che rende difficile assolvere ai compiti di sviluppo insiti nell'adolescenza.

Osservatorio sulle problematiche scolastiche e dello sviluppo
Centro di Psicologia Ulisse

Mauro Martinasso