



Susanna Scartoni Psicologa iscritta alla Scuola di specializzazione in Psicoterapia breve strategica del prof. G. Nardone

Susanna Scartoni

AREZZO - Ore 7 del mattino, la sveglia emette un trillo piuttosto fastidioso mentre fuori dalla finestra un cielo grigio e coperto minaccia pioggia come a preannunciare la fine di un'estate per alcuni rilassante, per altri faticosa per tutti afosa e torbida.

E' il primo giorno di scuola, tutti giù dal letto, si riparte percependo sulla bocca dello stomaco, là dove si manifestano le nostre emozioni, un dolce aggravigliarsi di sensazioni: timore, eccitazione, malinconia, curiosità e lasciando naufragare la testa in un mare di sogni, speranze, preoccupazioni.

Nuove generazioni si inseriscono, vecchie si preparano ad uscire dal mondo dei banchi di scuola ma la scuola rimarrà sempre la stessa, traghettatrice dei nostri ragazzi all'altra sponda del fiume della vita, dalla parte del mondo degli adulti, di coloro che

Problemi tra i banchi Molteplici le situazioni di disagio legate a specifiche fasi di sviluppo

Perché disturbare in classe?

Spesso i comportamenti "vivaci" non vengono placati nei modi opportuni



devono cominciare ad assumersi le proprie responsabilità.

Un compito di certo non proprio scivolo da scogli e difficoltà soprattutto considerati i delicati e progressivi cambiamenti evolutivi insiti nella crescita che interessano ogni sfera della vita dell'alunno.

Le problematiche psicologiche e di comportamento riscontrabili all'interno delle mura scolastiche possono essere molteplici, più o meno gravi a volte legate a specifiche fasi di sviluppo e troppo spesso alimen-

tate e mantenute non tanto da chissà quali cause remote ma semplicemente da tentativi fallimentari di risolvere la situazione.

Volendo riportare un semplice esempio non è raro incontrare, soprattutto alla scuola primaria, in numerose classi, il bambino che continuamente disturba, anche attraverso comportamenti piuttosto eclatanti e a volte distruttivi, per attirare l'attenzione su di sé. In genere gli adulti, genitori o insegnanti, reagiscono a questo tipo di manifestazioni rimprove-

rando e cercando di convincere il piccolo a non farlo, tentate soluzioni che nella pratica sortiscono pochi risultati anche perché, paradossalmente, chiedere di non fare qualcosa fa prendere la voglia di farla ancora di più. Quindi questo modo di risolvere la situazione non solo non funziona ma addirittura incrementa il problema. Considerato che "il bambino oppositivo è tale quando non è al centro dell'attenzione" un intervento strategico potrebbe, allora, consistere nel "creargli un ruolo importante per la classe, del quale dovrà rispondere direttamente al dirigente. Ciò lo farà sentire considerato e per questo non avrà più bisogno di creare problemi" (Curare la scuola - Balbi, Artini). Forme di intervento, elaborate al Centro di Terapia Strategica, che mirino a indirizzare l'aggressività in ruoli socialmente utili, ad esempio chiedendo al ragazzo violento di controllare che non avvengano prepotenze nei confronti dei più deboli, si sono dimostrate efficaci anche nei casi di bullismo alle scuole secondarie.

Il parere dello specialista Il cittadino domanda L'esperto risponde

Gentile dottoressa sono Franca di Arezzo. Da qualche tempo sono ossessionata da un pensiero che mi terrorizza. Inizialmente questo pensiero si presentava alla mia mente di rado poi con il tempo si è fatto sempre più presente sino a perseguitarmi a volte per l'intera giornata. Io cerco sempre di pensare ad altro ma non ci riesco... che fare?

Salve Franca, premesso che occorrerebbe indagare più approfonditamente sulla tua problematica, in base a quello che mi descrivi posso dirti che la tua tentata soluzione di voler a tutti i costi allontanare questo pensiero intrusivo potrebbe essere proprio ciò che non solo mantiene ma addirittura alimenta il tuo problema. Come è stato osservato al Centro di Terapia Strategica su di numero considerevole di pazienti il cercare di non pensare fa pensare ancora di più mentre l'evocare i propri pensieri minacciosi volontariamente e sistematicamente, per esempio a ogni ora del giorno per 5 minuti, fa in modo che essi scompaiano spontaneamente.

Riccardo di Foiano scrive: in Psicoterapia breve strategica si parla spesso di tentata soluzione, può spiegarmi esattamente che cosa si intende?

La tentata soluzione è tutto ciò che è stato messo in atto dall'individuo in prima persona o dalle persone a lui più vicine, per cercare di risolvere una situazione percepita come problematica, ma che non ha funzionato ed, anzi, ha contribuito a peggiorarla. Paradossalmente, nel momento in cui la tentata soluzione non dà risultati, essa viene ripetuta ed attuata ancor più rigidamente sino all'instaurarsi di un circolo vizioso per cui più la soluzione non funziona, più viene applicata, più la problematica si aggrava e viceversa.