



ISTITUTO COMPRENSIVO
"ADOLFO CROSARA"
CORNEDE VICENTINO

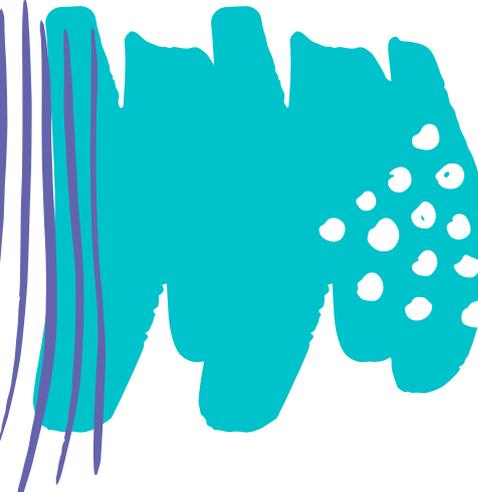
SPAZIO DSA

PARLARE DI DSA CON IL PROPRIO FIGLIO

Strategie di comunicazione
consapevole ed efficace

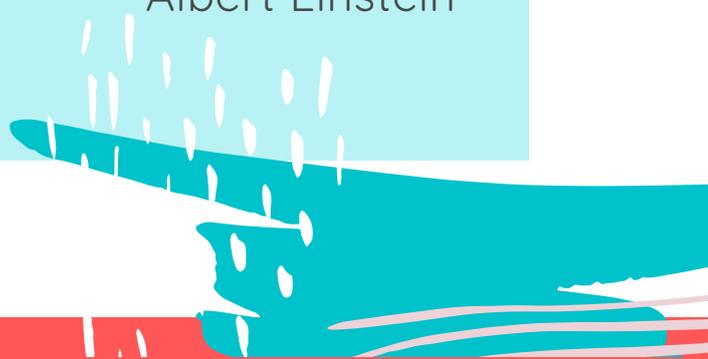
A CURA DELLA PROF.SSA
PATRIZIA NINFA SATARIANO
REFERENTE DSA



- 
- 1 INTRODUZIONE
 - 2 I "CAMPANELLI D'ALLARME"
 - 3 A CHI RIVOLGERSI
 - 3 COSA FARE DOPO LA DIAGNOSI
 - 4 COME GESTIRE L'ANSIA E LA PREOCCUPAZIONE
 - 4 PARLARE CON I FIGLI DI DSA
 - 13 LE FRASI CHE NON DOVRESTI DIRE MAI
 - 18 SPIEGARE I DSA CON I LIBRI
 - 24 CONCLUSIONI

Ognuno è un genio. Ma se si giudica un pesce dalla sua abilità di arrampicarsi sugli alberi lui passerà tutta la sua vita a credersi stupido.

Albert Einstein



INTRODUZIONE

Saper comunicare efficacemente è di fondamentale importanza per riuscire a gestire al meglio il rapporto con i nostri figli, sia per quanto riguarda le normali e piacevoli interazioni quotidiane sia per quanto concerne l'ambito educativo e la gestione dei conflitti.

A partire dai primi “campanelli d'allarme”, quando il proprio figlio mostra delle difficoltà ad apprendere a scuola, ogni genitore, in primo luogo, avrà bisogno di capire cosa fare e di sentirsi supportato e orientato. In seguito, sentirà la necessità di acquisire delle **strategie di comunicazione consapevole ed efficace** per poter dialogare con il proprio figlio prima e dopo la diagnosi e durante tutto il suo percorso scolastico.

In questa guida, con un linguaggio semplice e pratico, evitando il più possibile termini tecnici e specialistici, troverete delle semplici **strategie per una comunicazione più efficace con i propri figli con DSA** da sperimentare e verificare, senza attendersi risultati “perfetti”.

I CAMPANELLI D'ALLARME PER RICONOSCERE UN DISTURBO SPECIFICO DELL' APPRENDIMENTO

A SCUOLA GLI INSEGNATI DICONO CHE MIO FIGLIO

- È intelligente ma svogliato, è sempre distratto, non s'impegna abbastanza, è troppo frettoloso o lento; i suoi risultati scolastici sono incostanti.
- Si rifiuta di leggere ad alta voce o di scrivere; quando lo fa, fa un sacco di errori.
- Evita o fatica copiare alla lavagna.
- Dice, spesso, di essere stanco oppure di avere mal di pancia o mal di testa.
- Ha bisogno di continui incoraggiamenti ed incitamenti.

OSSERVO MIO FIGLIO

- È un bambino sveglio, vivace, pieno di energie e creativo, ma da quando ha iniziato ad andare a scuola non lo riconosco più.
- I suoi risultati a scuola sono mediocri o altalenanti (c'è una discrepanza tra la sua intelligenza generale e le più semplici abilità scolastiche, come quelle di leggere, scrivere a far di conto).
- Quando sta svolgendo i compiti a casa si stanca velocemente e si arrende facilmente.
- Si sente in ansia e si agita quando deve affrontare i compiti scritti.
- È disorganizzato e confusionario nelle sue attività, ad esempio: dimentica di portare il materiale necessario a scuola, confonde gli impegni di un giorno per quello di un altro.
- Si muove in continuazione, non sta mai fermo.
- È facilmente distraibile, presta attenzione contemporaneamente a vari stimoli e ha scarse capacità di concentrazione.
- Ha poca fiducia in sé stesso, è insicuro ed è demoralizzato per i suoi scarsi risultati scolastici. Prova vergogna e sensi di colpa, ma anche talvolta rabbia per i suoi scadenti risultati scolastici.

Potrebbe trattarsi di DSA? Come si fa a capirlo? Non tutti i bambini che manifestano disagio a scuola oppure scarso rendimento scolastico hanno un Disturbo Specifico dell'Apprendimento.

A CHI RIVOLGERSI

Gli insegnanti mi hanno fatto notare alcuni punti critici ed anch'io come genitore li sto notando, ma come e cosa posso fare per aiutare il mio bambino? Per prima cosa potrei rivolgermi al mio pediatra o medico di base, lui di sicuro mi può aiutare e darmi dei consigli. Probabilmente mi indicherà la possibilità di consultare il Servizio dell'Età Evolutiva. Lì un'equipe esperta di professionisti (Neuropsichiatra Infantile, Psicologo, Logopedista) mi aiuterà a comprendere questa problematica, tramite colloqui con i genitori e la somministrazione di prove standardizzate al bambino.

Il disturbo può essere diagnosticato a partire dalla fine della classe seconda della scuola primaria, per quanto concerne le abilità della lettura e della scrittura e dalla fine della terza per il calcolo, ma è importante intervenire precocemente appena ci accorgiamo che il bambino è in una situazione di difficoltà in modo da ridurre al minimo l'impatto e le conseguenze di queste problematiche.

COSA FARE DOPO LA DIAGNOSI

Bambini e ragazzi hanno il diritto di sapere ciò che li riguarda.

È importante che i bambini sappiano del proprio disturbo specifico dell'apprendimento e capiscano di cosa si tratta. Infatti, si accorgono presto di avere delle difficoltà rispetto agli altri compagni; osservano che, nonostante tutto il loro impegno, non riescono a imparare come dovrebbero.

Non capiscono perché questo accada e, con il passare del tempo, cominciano a dubitare delle proprie capacità globali ("sono forse stupido?").

Se tali difficoltà non sono giustificate, non hanno un nome, i bambini possono iniziare a pensare erroneamente di essere meno intelligenti degli altri. Per questo motivo, per molti bambini e ragazzi la diagnosi di DSA è motivo di sollievo, significa trovare la "tessera mancante del puzzle" e poter riacquistare fiducia nelle proprie capacità ("allora non sono stupido!").

È importante non nascondere loro la verità. È fondamentale che i bambini capiscano di non avere nulla di sbagliato, che si sentano al sicuro e che vivano serenamente la scoperta di questa loro caratteristica senza che venga loro nascosta credendo di proteggerli¹.

¹Ci sono anche diverse risorse per parlare di dislessia ai bambini, come il libro "il mago delle formiche giganti" di Andrea Biancardi o il film "Stelle sulla terra" di Aamir Khan.

PARLARE CON I FIGLI DI DSA

Saper gestire serenamente le conversazioni sui DSA è, quindi, molto importante per l'**equilibrio emotivo** di bambini e ragazzi.

Dai voi assorbiranno l'atteggiamento da avere nei confronti delle proprie difficoltà: preoccupato e angosciato oppure consapevole e grintoso.

La **comunicazione della diagnosi** è una tappa importante nel viaggio di vita di vostro figlio, diventa un punto di ri-partenza per un futuro da costruire insieme.

Fate, quindi, vostro il messaggio che state cercando di passare a vostro figlio. Assimilatelo e abituatevi a pensare a lui e a parlare di lui sempre in termini positivi. È un persona in gamba con i suoi punti deboli, come tutti, ma anche con i suoi punti forti. Concentratevi su questi!

COME GESTIRE L'ANSIA E LA PREOCCUPAZIONE PROVATA AL MOMENTO DELLA DIAGNOSI E COME EVITARE DI TRASMETTERLA AI FIGLI

In questa guida, non troverete ricette, ma consigli da sperimentare e verificare, senza attendersi risultati "perfetti".



PRIMO PASSO - RASSERENATEVI E INFORMATEVI

Quando il successo scolastico non arride ai nostri figli, in un mondo in cui la scuola ha un ruolo di rilievo, andiamo in crisi, cerchiamo un "colpevole" e la mente si affolla di domande:

- "Sarà colpa di mio figlio? È sicuramente un fannullone...non vuole fare nulla!"
- "Sarà colpa dei professori? Non sono abbastanza bravi...forse non sanno spiegare?"
- "Sarà colpa nostra? Forse non gli abbiamo trasmesso l'amore per lo studio...dovrei dedicare più tempo a mio figlio..."



Ci sentiamo inadeguati come genitori, siamo preoccupati per il loro futuro, siamo delusi e addolorati per i sogni sfumati e per le nostre aspettative infrante.

Per un genitore **confrontarsi con le difficoltà del proprio figlio non è semplice**; non è semplice capire che il proprio bambino - che in tante situazioni familiari e sociali è sveglio, intelligente, vivace e brillante - non riesce come gli altri a fare un'operazione abbastanza automatica come, ad esempio, leggere. Così come non è semplice capire che, per affrontare questo disturbo, **il bambino ha bisogno di un intervento specifico e individualizzato**.

Per trasmettere ai vostri figli informazioni rassicuranti, dobbiamo sentirci noi per primi tranquilli e aver cominciato a “digerire” la prima reazione al sospetto di DSA e poi alla diagnosi.

? **COME POSSIAMO AFFRONTARE QUESTO GROVIGLIO DI EMOZIONI?**

DATE UN NOME ALLE VOSTRE EMOZIONI

Sicuramente non fingendo di non provarle, ma dando un nome dentro di sé a quello che si sta provando, possibilmente condividendolo con chi ci sta vicino lontano dalle orecchie attente dei nostri figli.

ACQUISITE INFORMAZIONI SULLA NATURA DEL PROBLEMA

Teniamo poi presente che buona parte di questo groviglio emotivo è anche condizionato da quanto si conosce il problema con cui si ha a che fare. Acquisire informazioni sulla natura del problema rappresenta un passaggio fondamentale per affrontare le nostre angosce².



²Vi consigliamo, innanzitutto, la Guida della *Associazione Italiana Dislessia per i genitori*. Si tratta di una guida che potete scaricare gratuitamente dal sito dell'AID o in “Spazio DSA” presente nel sito del nostro Istituto.

? QUANDO POSSIAMO GIUDICARE DI AVER DIGERITO A SUFFICIENZA LE NOSTRE EMOZIONI E DI ESSERE PRONTI A PARLARE CON NOSTRO FIGLIO?

Manifestazioni importanti di scarsa elaborazione delle emozioni sono la **negazione** e la **rabbia**: se ci viene la tentazione di pensare “macché DSA, è solo pigro/svogliato/non si impegna abbastanza”, significa che stiamo negando il problema e scaricando il peso delle nostre emozioni su nostro figlio.



Se, viceversa, sentiamo in noi il desiderio di capire come aiutare nostro figlio ad affrontare i problemi (magari incanalando la rabbia nel tutelare i suoi diritti e nel cercare soluzioni), siamo pronti a parlare con lui.



SECONDO PASSO - RIFLETTETE

Prima di parlare con i nostri figli, è molto importante riflettere non tanto sulle parole che useremo, quanto sulle **convinzioni che vogliamo trasmettere**. È, infatti, molto importante che i ragazzi possano utilizzare ciò che diremo loro per riorganizzare la propria identità.

L'identità di una persona non deve essere definita dalle difficoltà, dai suoi punti deboli che comunque inglobare attribuendo loro un ruolo.

Essere un bambino che ha difficoltà a imparare a leggere o scrivere o manipolare i numeri non deve diventare la principale definizione che il bambino dà di sé: “io sono quello che non riesce a fare quello che gli altri fanno con facilità”.

È, invece, opportuno che il bambino possa **definirsi con altri attributi positivi**: “io sono quello che... (è generoso, affettuoso, capace di fare bellissime costruzioni, riparare oggetti, cantare, ecc.) ma, siccome nessuno è bravo in tutto, sono anche quello che deve imparare a leggere/scrivere/calcolare con strategie diverse dai miei compagni”.

QUALI CONVINZIONI E IDEE FONDAMENTALI DOVRESTE RIUSCIRE A TRASMETTERE ATTRAVERSO LE CONVERSAZIONI CON VOSTRO FIGLIO?

- Le mie difficoltà di lettura/scrittura/calcolo non sono colpa mia, non dipendono da pigrizia o scarso impegno.
- I DSA non sono una malattia.
- I DSA sono presenti solo nelle persone intelligenti e dipendono da alcune caratteristiche con le quali nasciamo, non diversamente dal fatto che alcuni hanno gli occhi chiari, altri gli occhi scuri, alcuni hanno le lentiggini, altri no, alcuni sono bassi, altri alti.
- I DSA sono dovuti ad alcune caratteristiche particolari del cervello: non per questo il cervello è difettoso o mancante di qualche pezzo.
- Ognuno è diverso dagli altri e ognuno ha un cervello diverso. Per questo motivo ciascuno ha punti forti e punti deboli.
- È normale non essere bravi in tutto, perché nessuno può fare bene tutto.
- Avere un DSA è una scocciatura, perché richiede sforzi in più, per leggere/scrivere/fare operazioni.
- Raggiungere i traguardi che mi proporrò non sarà impossibile, ma molto più faticoso.
- I DSA non sono un problema raro: molte persone li hanno e sicuramente ce ne sono anche nella mia classe.

- Mamma e papà sono dalla mia parte, per aiutarmi ad affrontare questo ostacolo; insieme agli insegnanti, mi aiuteranno a scoprire le strategie per imparare e mi daranno gli aiuti che mi servono.



TERZO PASSO - PARLATE

Compiere i primi passi- cioè rasserenarsi, informarsi e riflettere- non è semplice. Il terreno da percorrere è spesso accidentato ed è facile che si perda la giusta direzione e che si torni indietro ai vecchi schemi. Per i genitori, è spesso complicato rielaborare velocemente il problema. Nonostante ciò, il momento di parlare con il proprio figlio si presenterà presto e sarà necessario affrontarlo nel miglior modo possibile.



QUALE MOMENTO SCEGLIERE PER PARLARE?

Se vostro figlio vi pone una domanda importante mentre siete impegnati a fare altre cose, interrompete per un attimo ciò che state facendo. Comunicategli che la sua domanda è per voi molto importante e che volete dargli tutta la vostra attenzione.

Perciò affronterete il discorso non appena avrete concluso le cose urgenti che avete per le mani. Naturalmente, poi... fatelo!

Se, invece, potete programmare voi quando avviare il discorso, scegliete un momento in cui state facendo qualcosa di piacevole e rilassante insieme. È opportuno che siate rilassati e che vostro figlio non vi percepisca in ansia, altrimenti si spaventerà e otterrete l'effetto opposto rispetto a quello sperato.



COME COMINCIARE?

PRIMA DELLA VALUTAZIONE CLINICA

È importante che, prima della valutazione, abbiate dato al bambino una spiegazione onesta sui motivi per cui è stato visitato e ha fatto tutti quei test.

Potete partire da quello che avete osservato e dalle decisioni che ne sono scaturite.

Ad esempio:

“Ci siamo accorti che a scuola impari molto in fretta... (segnalate le attività o semplicemente le qualità che il bambino può percepire come punti forti) e invece fai un po' di fatica a... (ad esempio, leggere, oppure scrivere).”

Abbiamo parlato con la maestra e abbiamo deciso di chiedere consiglio a dei dottori che sono esperti di questo. Per aiutarci a capire come aiutarvi e quali sistemi ci sono per faticare di meno, i dottori ci hanno chiesto di potervi conoscere e fare dei test."

Se avete fatto un discorso simile prima della valutazione, è facile riprendere il discorso e spiegare al bambino che le persone che lo hanno incontrato hanno elaborato una spiegazione per questa sua difficoltà e una serie di strategie per aiutarlo.

DOPO LA VALUTAZIONE CLINICA

Se il bambino ha ricevuto spiegazioni esaurienti dai sanitari

Potrebbe essere necessario riprendere il discorso per verificare che il bambino abbia veramente capito e soprattutto si sia fatto l'idea giusta della natura delle sue difficoltà.

In questo caso, naturalmente, come in qualsiasi altra situazione in cui vogliamo che nostro figlio parli davvero con noi fate attenzione:

- a non porre **domande chiuse** (quelle cui si può rispondere con un semplice "sì" o "no", ad esempio "Hai capito tutto?") potrebbero bloccare la comunicazione con molti bambini.
- a porre **domande aperte**, come ad esempio: "Secondo te che cosa voleva dire il dottore quando ha detto che...?".

Se il bambino non ha ricevuto alcuna comunicazione dai sanitari

Potreste partire dai risultati che vi sono stati consegnati.

Tenete a mente che:

- non pretendete di toccare tutti i punti in una volta, soprattutto con un bambino delle elementari! All'inizio meglio fornire poche informazioni in modo semplice e lasciando al bambino tempo per assimilare quello che gli raccontiamo e, soprattutto, spazio per farci domande;
- saranno necessarie più conversazioni che saranno spesso sollecitate dalle domande di vostro figlio;
- prendete spunto da avvenimenti scolastici;
- cercate di capire quanto dire volta per volta, badando alle sue reazioni. Ad esempio, se il bambino chiede "Adesso posso andare a giocare?" mentre stiamo spiegando qualcosa, vuol dire che si è stancato di ascoltare o che gli abbiamo dato un'informazione che lo ha messo a disagio. Prestiamo

attenzione allo sguardo di nostro figlio, alle posture, ai movimenti che fa, per capire se è il caso o meno di proseguire la nostra conversazione. Ogni tanto chiediamogli che ne pensa di quello che gli stiamo raccontando;

- Cercate di non fare monologhi o, peggio, prediche che probabilmente lo indurranno a prendere le distanze da quello che stiamo raccontando.

? COME PROCEDERE CON IL DIALOGO?

Iniziate aiutando vostro figlio ad individuare i propri **“punti forti”** per sostenere la consapevolezza del suo valore (*autostima*).

Ricordate che non è necessario iniziare ogni conversazione evidenziando i suoi punti forti, soprattutto se sembrano un “contentino” da dargli prima di parlare dei suoi punti deboli. Ma cerchiamo di tenere sempre bene a mente che questi devono essere valorizzati ogni volta che se ne ha l'occasione.



Riflettete con vostro figlio sulle sue **difficoltà** facendo notare che vi siete accorti della sua fatica e siete dalla sua parte.

Se, per caso, avete usato in precedenza nei suoi confronti parole come "pigro", "svogliato", o frasi come "non ti impegni abbastanza", è il caso ora di fare ammenda. Potreste dirgli:

"In passato ho pensato che forse non ti impegnavi abbastanza, che eri un po' pigro. Ora ho capito che mi sono sbagliato".

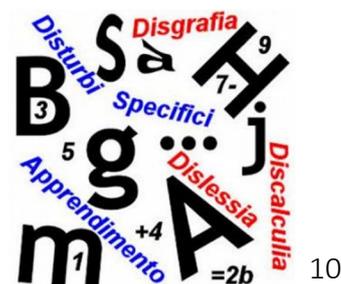
Non abbiate timore di perdere autorevolezza, anzi.



Introducete il significato del termine DSA.

Vi consigliamo di esordire nel seguente modo:

"I dottori che hai incontrato ci hanno spiegato che queste difficoltà che hai a... (leggere o scrivere o calcolare) si

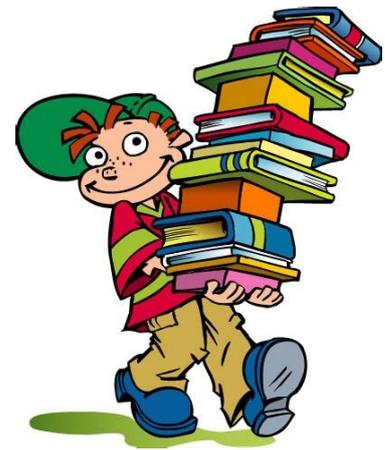


chiamano... (usare il termine tecnico preciso): si tratta di una parolona che spiega perché alcuni bambini e anche alcuni adulti fanno fatica ad imparare a leggere, oppure a scrivere".

Usare termini tecnici precisi rende il problema più definito e aiuta i bambini a sentirsi coinvolti quando gli adulti usano questa parola riferita al loro problema. Così quando sentiranno parlare di DSA (o altri termini tecnici) riferito a se stessi non si sentiranno smarriti ed esclusi da qualcosa che li riguarda, come se non meritassero di esserne messi a parte.

Rassicurate il bambino circa l'assenza di malattia e la normalità intellettiva:

"La... (dite il termine tecnico) non è una malattia e averla non significa essere meno intelligente, anzi, i test che hai fatto hanno dimostrato che sei molto intelligente, sei in gamba proprio come gli altri bambini e la... (ripetete il termine tecnico) non ti impedisce di essere molto bravo in tante altre cose (se non avete parlato prima dei suoi punti forti, questa può essere l'occasione per ripercorrerli insieme)".



Aggiungete che tanti bambini e adulti hanno questa sua stessa difficoltà e, anzi, è probabile che ci siano altri bambini come lui in classe.

Spiegate che cosa sono i DSA.

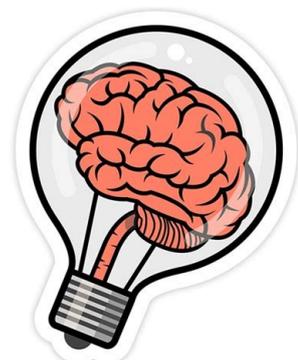
A questo punto potreste spiegare che cos'è il DSA, cioè una caratteristica neurobiologica:

"Le difficoltà che incontri nel...dipendono dal fatto che il tuo cervello elabora le informazioni in modo molto più complicato rispetto ad altre persone. Si tratta di una caratteristica che fa parte di te, come il colore dei tuoi occhi, dei tuoi capelli e tante altre cose che ti rendono

unico e speciale, diverso da tutti gli altri".

Potreste a questo punto usare una metafora per aiutare il bambino a capire meglio:

"Puoi immaginarti quello che succede nella tua mente quando leggi (o, con le opportune varianti, quando scrivi o lavori con i numeri) in questo modo: i tuoi occhi vedono le lettere e devono trasmettere le informazioni ad alcune zone del cervello che le trasformano in parole delle quali conosci il significato. Molte persone riescono a fare questa operazione in modo veloce e automatico, perché le informazioni arrivano al loro cervello come se passassero per un'autostrada dritta. Invece, il tuo cervello, come quello di altri tuoi compagni che hanno anche loro un DSA, è un po' più complicato e le informazioni devono percorrere una strada molto difficile, piena di curve, una specie di strada di montagna. E, come ricorderai da quella volta che siamo andati a... (indicate un luogo di montagna dove siete stati oppure adattate la metafora), se non si vuole finire fuori strada bisogna andare piano con tutte quelle curve! Ecco, succede così anche con le informazioni che dai tuoi occhi vanno al cervello: percorrono una strada piena di curve e sono costrette ad andare più lentamente".



Concluderete infine rassicurando il bambino:

"Questo naturalmente non significa che il tuo cervello abbia qualcosa che non va. Solo che apprende in modo diverso e più complicato."

Precisate che il bambino sarà supportato a scuola:

"Questa tua caratteristica, questo tuo modo di essere complica la vita a scuola. Come sai bene, a scuola non si può evitare di leggere/scrivere/contare. Per te queste attività sono più faticose, richiedono tanto sforzo in più. Ora che sappiamo come stanno le cose, ne parleremo con i tuoi insegnanti e tutti insieme cercheremo il modo di aiutarti in classe e nei compiti a casa".



LE FRASI CHE NON DOVRESTE DIRE MAI

Per crescere bambini felici, sicuri di sé stessi, autonomi e indipendenti dobbiamo fare attenzione a come li educiamo e quindi anche al **linguaggio** e alle parole che utilizziamo. A volte anche semplici **frasi banali** possono invece aprire nella mente del bambino dei grossi punti interrogativi o peggio farli restare molto male, ferendoli o facendoli arrabbiare moltissimo. Nello specifico, con bambini e ragazzi con DSA, bisogna fare molta attenzione a scegliere le frasi che non ledano l'autostima.

Per farlo, proviamo a metterci nei loro panni e immaginiamo la loro quotidianità. Passano la maggior parte della giornata in un contesto in cui viene loro richiesto di svolgere dei compiti: a scuola e fuori (compiti a casa).

Nella scuola vengono proposte attività che **vivono come troppo complesse e astratte** rispetto alle loro possibilità, e osservano che, invece, la maggior parte dei compagni **sembra inserirsi bene o con poche difficoltà** nelle attività proposte ottenendo buoni risultati. Sono esposti spesso a delle continue sollecitazioni da parte degli adulti di riferimento (insegnanti, parenti...) che esprimono frasi come: *“stai più attento”, “impegnati di più”, “hai bisogno di esercitarti molto”, “non ti applichi abbastanza, non c'è altra spiegazione”, “non hai voglia”...*

Scopriamo quali sono le **frasi tabù** che dovremmo evitare di pronunciare e quelle con cui possiamo sostituirle.



“Se t'impegni di più, leggerai (oppure scriverai/ calcolerai) meglio”.

Questo tipo di richiamo, di solito, è **controproducente** perché con questa frase s'invitano i bambini e i ragazzi a impegnarsi di più in modo generico a scuola e a casa.

I bambini con DSA s'impegnano già moltissimo.

Sollecitare un maggior impegno non è di stimolo al bambino, ma lo fa sentire incompreso e rischia di sortire il risultato opposto (il bambino decide di gettare la spugna e smette d'impegnarsi, tanto quello che fa delude sempre le aspettative altrui). Sentirete, da parte sua, frasi come: «Ho studiato tutto il pomeriggio, ma ho preso un brutto voto. È inutile che studi!»



“Mi rendo conto di quanto sia pesante dover faticare tanto per leggere (scrivere/calcolare). Che cosa posso fare per renderti questa attività meno frustrante in questo momento?”

Con una frase del genere, il bambino/ragazzo si sentirà compreso e supportato.



“Meglio non dire ai tuoi compagni/alla zia/ al nonno del tuo DSA”.

Il DSA è una parte importante dell'identità di tuo figlio, fa parte di lui, così come il colore degli occhi o la sua generosità. Incoraggiarlo a nascondere una parte di sé agli altri equivale a dirgli che è qualcosa di cui si deve vergognare e demolirà la stima che ha di sé.

Vale lo stesso discorso anche se si dimostra concretamente al bambino che il suo DSA è un segreto, visto che non ne parlate mai con nessuno.



“Sta a te decidere se e quando parlare di DSA con le persone e, se non ti senti a proprio agio nell'affrontare il discorso in modo approfondito, puoi semplicemente dire che non è che non puoi imparare a leggere/scrivere/fare operazioni. Semplicemente hai bisogno di imparare a farlo in un modo molto diverso”.

In tal modo, riconoscete a vostro figlio la libertà di esprimere la propria identità nei tempi e nei modi che ritiene più opportuni. Frasi del genere, faranno sentire vostro figlio rispettato nella sua natura e riconosciuto dai propri genitori.



“Se non impari a leggere, sarai un fallito per tutta la tua vita. Leggere è troppo importante”.

Prospettare al proprio figlio un futuro costellato da fallimenti potrebbe portare, nella maggior parte dei casi, a una forte demotivazione e determinare in modo negativo il percorso scolastico e minare la propria autostima.

Non sono mai esistiti genitori in possesso di una palla magica di cristallo per prevedere il futuro!



“Ci sono molti modi di leggere. Alcune persone leggono con gli occhi; molte persone ipovedenti usano il "Braille" e leggono con le dita. Tu potresti leggere con le orecchie, ascoltando audiolibri per esempio. Vedrai, troveremo un sistema di lettura che assecondi i tuoi punti forti”.

In tal modo, vostro figlio si proietterà in un futuro caratterizzato da possibilità e da soluzioni da cercare insieme.



“Se usi la calcolatrice non imparerai mai a fare le operazioni; non va bene usare il computer per scrivere, finirai con il disimparare e non saprai più neppure fare la tua firma; se usi le tabelle, le mappe, gli schemi durante le interrogazioni, l'insegnante si potrebbe arrabbiare ecc.”

Potreste dire voi queste frasi, ma potrebbero dirle altri adulti, inclusi alcuni insegnanti. Soprattutto alle scuole superiori, molti ragazzi con DSA non sanno mai se a scuola potranno usare le mappe, le tabelle e gli schemi che sono loro necessari e che preparano con tanta fatica. Inutile dire che questo crea molta ansia, che si potrebbe tranquillamente evitare... Del resto, diremmo a una persona con un problema motorio che se usa la sedia a rotelle non imparerà mai a camminare? Ovviamente no! Però, la sedia a rotelle non è diversa dallo strumento compensativo che si usa con i DSA: entrambi mettono le persone in grado di fare le stesse cose che fanno gli altri, sia pure arrivandoci in modo diverso. Gli strumenti compensativi possono aiutare le persone a realizzare al massimo il loro potenziale.



“Molte persone usano la tecnologia per imparare meglio. Alcuni usano gli occhiali, altri le protesi acustiche, altri il computer. Ti insegneremo ad usare vari strumenti per aiutarti a diventare più indipendente”.

La chiave del successo per una persona con DSA (come per tutti noi, del resto) sta nel comprendere i propri punti forti e deboli e nell'essere a proprio agio nel parlarne, senza cercare di nascondere chi e come si è agli occhi del mondo.



“I dislessici sono tutti geni, come Einstein, Leonardo da Vinci, Steven Spielberg, Walt Disney”.

Prospettare al bambino la dislessia come un dono, un insieme magico di talenti, la strada verso la genialità, additandogli l'esempio dei dislessici famosi, può rivelarsi un vero boomerang. I dislessici famosi andrebbero presentati solo come indicazione che la dislessia o gli altri DSA non impediscono di imparare, andare all'università e magari fare cose speciali. Ma diventano una palla al piede, se si illude il bambino che tutte le persone con DSA diventano famosi inventori, artisti, ecc. Che succederà se poi questo a lui non capiterà? Meglio non cercare di abbellire le difficoltà che dovrà affrontare in un mondo concepito per chi legge con gli occhi. Le persone con DSA non sono stupide, ma neppure dotate di superpoteri. Non illudiamoci di cancellare la vergogna che i bambini possono provare perché non riescono a fare alcune cose come i compagni, con l'illusione di avere superpoteri che li rendono migliori di loro.



“Tutti siamo diversi gli uni dagli altri, e uguali, in quanto accomunati da tante caratteristiche. Coltiva le tue qualità e, passo dopo passo, raggiungerai i tuoi obiettivi”.



“Non capisci niente.”

Vera e propria **frase killer**, sicuramente efficace per demolire l'autostima e la motivazione allo studio. La difficoltà di certe situazioni e l'attrito che si crea tra genitori e figli possono portare a dimenticare per un attimo che le parole possono mortificare un bambino. Nel tempo lui si farà l'idea di essere davvero un incapace. Quando un bambino è umiliato a causa della scuola, arriva presto ad odiarla. Risolvere esagerando in complimenti o in giudizi troppo celebrativi non porta comunque buoni frutti: si rischia piuttosto di vedere l'effetto boomerang nell'ansia del bambino che non vuole mai deludere i genitori.



“Vediamo insieme come trovare una soluzione per comprendere meglio l'argomento. Cosa trovi poco chiaro? Come posso aiutarti?”

In tal modo, vostro figlio si sentirà compreso, accolto e supportato dai genitori.



“Visto che hai preso un brutto voto, non andrai a calcio/danza...”

Punire il bambino per i brutti voti, in particolare togliendogli le attività che gli piacciono e in cui magari eccelle, non lo stimolerà a studiare di più.

Le attività extrascolastiche sono il contraltare di un'esperienza scolastica non sempre felice e possono mantenerlo mentalmente sano!

Aiutatelo anzi a coltivare attività extrascolastiche in cui possa sperimentarsi competente. Fatelo il prima possibile. Non importa che cosa il bambino fa, purché si tratti di qualcosa in cui si può sentire abile, in gamba, e non quello che resta sempre indietro e fa fatica a tenere il passo. In altre parole, fate in modo che siano i suoi punti forti a definirlo come persona e non i suoi punti deboli.



“Il voto della maestra è sul compito che hai fatto. Non su di te come persona.”

“La maestra non ha detto quanto vali tu, ma quanto vale il tuo compito. E stavolta valeva meno perché non ti è riuscito, non avevi studiato abbastanza, non ti sei impegnato o magari eri molto stanco e non ti sei concentrato. Ma tu non cambi di valore, sei sempre tu, meraviglioso”.

“Capita di sbagliare sai? Tante volte io prendevo 5 in matematica, ma non è che valessi 5. È che il mio imparare la matematica non era sufficiente”.

E poi continuiamo a parlarne con loro per cercare di migliorare il modo in cui studiano, capire dove sbagliano, parliamo con le insegnanti e progettiamo insieme! Se i nostri figli vivono 8 ore di giudizio continuo, ogni giorno, è normale che si sentano sovrastati, a volte scoraggiati, specie se non sono i primi della classe.



“Se prendi un buon voto ti compro un regalo.”

È un esempio delle frasi dette sperando di dare un obiettivo più interessante dello studio stesso.

Concedere libertà o premi come per esempio il motorino o il cellulare nuovo per risultati ottenuti nello studio, ha efficacia ma solo a breve termine. È importante trovare il giusto equilibrio, che permetta ai figli di comprendere l'importanza di studiare *in primis* per se stessi e non per altri

nonostante le difficoltà.

Meglio allora investire su umore e atmosfera che non in acquisti finali.



“Hai preso un brutto voto. Come ti senti? Proviamo a capire insieme cosa è successo?”

SPIEGARE I DSA CON I LIBRI PER BAMBINI E RAGAZZI

Come si possono spiegare i DSA ai bambini/ ragazzi? È un argomento delicato che ha un duplice approccio: spiegare a un bambino con DSA quali sono le sue difficoltà e far capire agli altri cosa vuol dire avere un Disturbo specifico dell'apprendimento.

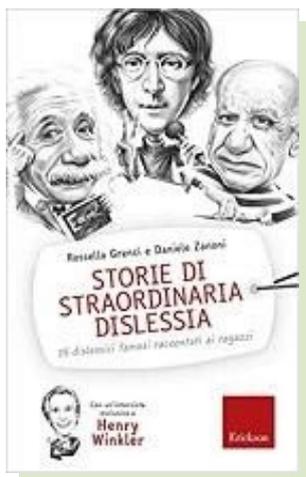
Possiamo provare a usare le storie. In questa breve lista trovate libri per bambini e ragazzi sui DSA.

Allora non scrivo più! di Annalisa Strada



Margherita ha i capelli rossi, gli occhi grandissimi e le lentiggini. Ma ha anche un'altra caratteristica, un po' più nascosta: quando la maestra le detta una parola, lei non riesce a scriverla bene e tutti la prendono in giro. È una bambina disgrafica. Per fortuna c'è Paolo, che le regala le caramelle e sa benissimo come tirarla su di morale. Età di lettura: da **7 anni**.

Storie di straordinaria dislessia di Rossella Grenci



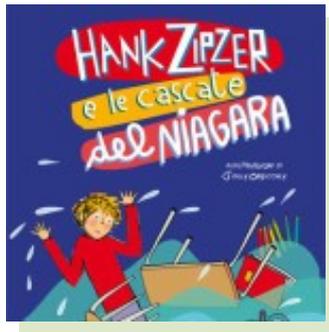
Cosa hanno in comune Leonardo da Vinci, Tom Cruise, Albert Einstein, Magic Johnson, Pablo Picasso e John Lennon? Senza dubbio il fatto di aver raggiunto il massimo successo nei rispettivi campi, dimostrando abilità eccezionali che hanno fatto di loro dei miti inarrivabili. Un'altra caratteristica però li avvicina: sono tutti dislessici. Nonostante ciò, sono riusciti a conseguire dei traguardi straordinari. Hanno compreso la propria particolarità e superato gli ostacoli, riuscendo così a esprimere il proprio genio e a entrare nella storia. Leggendo i racconti delle loro vite raccolti in questo libro, scoprirai che essere dislessici non significa non poter fare le cose che ti piacciono o non poter diventare quello che desideri. Età di lettura: da **7 anni**.

Un pesce sull'albero di Lynda Mullaly Hunt



Ally è così intelligente da riuscire a ingannare tantissime persone intelligenti. Ogni volta che arriva in una nuova scuola, riesce a nascondere la sua incapacità a leggere con stratagemmi ingegnosi e fuorvianti. È stanca di essere definita “lenta” e “sfigata”, ma ha paura di chiedere aiuto. Dopo tutto, pensa, come si fa a curare la stupidità? Però il signor Daniels, il nuovo insegnante di Ally, riesce a vedere la ragazza geniale e creativa che si nasconde in lei. Nel frattempo, Ally conosce due nuovi amici e con loro formerà un trio invincibile, in grado di contrastare e battere tutti quelli che li trattano male. All'ideale di essere accettata dagli altri, Ally comincia a sostituire quello di lottare ostinatamente per raggiungere quello che vuole: perché le grandi menti non pensano mai allo stesso modo. Età di lettura: da **9 anni**.

Hank Zipzer di Winkler



È il primo titolo della serie “Hank Zipzer il superdisastro: diciassette libri in tutto, scritti da Winkler insieme alla scrittrice Lin Oliver, che nei paesi anglosassoni hanno venduto oltre tre milioni di copie e che nel 2010 hanno valso a Winkler la nomina a baronetto del Regno Unito, conferitagli dalla regina Elisabetta II.

“*Hank Zipzer e le cascate del Niagara*” è il primo titolo pubblicato da *Uovonero*, illustrato da Giulia Orecchia, cui seguirà, entro la fine del 2013, “*Hank Zipzer e la pagella nel tritacarne*”. La fortunata serie di libri per ragazzi nasce dall’esigenza di Winkler, che ha scoperto solo in età adulta di essere dislessico, di trovare un modo di raccontare ai più giovani la dislessia. Così è nato Hank Zipzer, alter ego dell’autore: un ragazzino con difficoltà a scuola ma ironico, divertente, geniale, creativo e sempre pieno di risorse. Età di lettura: dai **10 anni**.

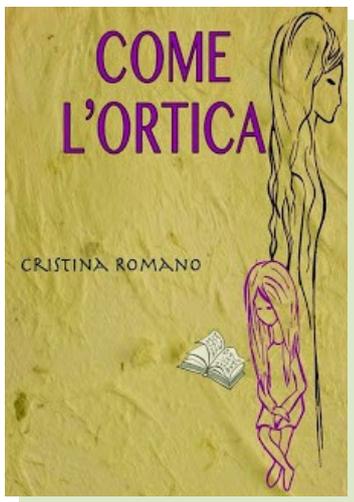
Le parole giuste di Silvia Vecchini



Emma è in seconda media. Da un po’ di tempo pare che intorno a lei si sia creato il deserto. Sulla “lista dei segreti spacciati”, che ogni tanto viene misteriosamente trovata nell’armadio di classe, è apparsa la scritta: “Emma della seconda E finirà nel gruppo RPS”. Recupero, potenziamento, sostegno: è di questo che ha bisogno, Emma? “Sono diventata stupida” pensa. Ma non vero: le sue difficoltà hanno origine, molto semplicemente, da un disturbo comune a tantissimi ragazzi, la dislessia. Però, pensa Emma, non è il caso di parlarne in famiglia. Papà è malato, molto malato. I suoi problemi li affronterà da sola. Ma non è facile, quando si vive la scuola come un campo minato, dove i concetti sembrano sfuggire come anguille e le

parole si intrecciano e si confondono, come un gomitolo di suoni incepati. Età di lettura: da **10 anni**.

Come l'ortica di *Cristina Romano*



Come l'Ortica parla delle difficoltà che affronta a scuola Benedetta, una bambina di terza elementare. La famiglia la giudica dis-attenta e dis-tratta, ma in realtà Benedetta è DIS-lessica. E lo scoprirà grazie a un'insegnante, pian piano riuscendo a riappropriarsi del proprio posto in classe e nel suo mondo.

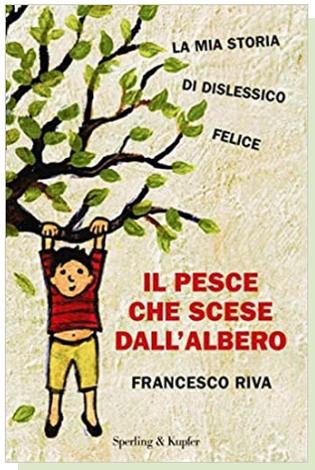
Età: dagli **8 anni**.

Mio figlio non sa leggere di *Ugo Pirro*



Un bellissimo libro sulla Dislessia scritto da un papà circa 30 anni fa quando ancora di Dislessia non si parlava.

- **Il pesce che scese dall'albero** di *Francesco Riva*



«Se si giudica un pesce dalla sua abilità di arrampicarsi sugli alberi, lui passerà tutta la vita a credersi stupido»

Albert Einstein

L'ora di matematica - la sua bestia nera - la passa a disegnare, relegato in fondo all'aula. Finché arriva la maestra Diana, che capisce tutto: quel bambino non è pigro né stupido, ma dislessico e discalcolico. Non studierà sui libri, ma ascoltando e, per esercitare la memoria, recitando. E così Francesco finisce il liceo, impara tre lingue e scopre la passione per il teatro. Nel suo primo spettacolo - e ora in questo libro - ha raccontato la storia di un bambino che affrontando la dislessia ha realizzato i suoi sogni.

- **Dove finiscono le parole** di *Andrea Delogu*



Che cosa significa non riuscire a leggere qualcosa di scritto, anche la frase più semplice e comune? Come ci si sente quando le parole sembrano soltanto segni indecifrabili e oscuri? E cosa si prova a restare sempre indietro rispetto agli altri? Questo libro è insieme testimonianza e terapia, è la storia di un percorso e di tutte le tappe che lo hanno contrassegnato. Andrea Delogu racconta con vivace intelligenza e profonda sincerità la sua vita di dislessica in un Paese dove questo disturbo è ancora sconosciuto a molti. Le maestre non sempre comprensive, la preoccupazione di una mamma che prova a capirla, l'approccio a Internet e alle sue risposte.

Il bambino che disegnava le parole di *Francesca Magni*



Teo è un bambino intelligente, bello, dalla personalità spiccata, bravissimo a scuola. Tutto sembra procedere nel più luminoso dei modi fino a che, con il passaggio alle scuole medie, qualcosa sembra spezzarsi e Teo entra in una crisi profonda, incomprensibile. Quando i genitori, spiazzati da quella che sembra essere una precoce adolescenza, chiedono aiuto, gli specialisti sono unanimi nel loro verdetto: semplicemente, Teo è dislessico. Da sempre. Fino a 12 anni è riuscito a nascondere utilizzando tutte le "strategie compensative" a disposizione della sua mente vivace; adesso - di fronte alla crescente complessità dello studio e delle sue grandi ambizioni - non riesce più a farlo, e la sensazione di inadeguatezza covata a lungo genera un panico cupo, distruttivo. Inizia per lui, per i genitori, per sua sorella Ludovica, per la famiglia intera un viaggio. Innanzitutto nel proprio stesso passato, per leggere a ritroso i segni di un "problema" che forse non riguarda solo Teo, ma che in lui per la prima volta si esprime con la perentorietà di un'urgenza. E poi fuori, nel mondo degli psicologi, dei neurologi, della scuola: che è la prima linea, il confine cruciale dove una difficoltà individuale può imboccare la via buia del disagio o trasformarsi in una straordinaria risorsa per tutti. Con il lume incerto che ogni madre regge tra le mani, sempre a rischio di oscurarsi quando il vento del cuore soffia troppo forte ma ancor più capace di ravvivarsi miracolosamente per generare luce e speranza, Francesca Magni racconta l'avventura di una famiglia e al tempo stesso, con sapienza e tenacia, traccia una mappa preziosissima per tutti noi: per non perderci, per non permettere che i nostri ragazzi si perdano per strada, per scoprire nuove insospettabili meraviglie della mente umana. Perché è dimostrato che i dislessici usano il cervello in modo diverso, che li porta a un pensiero laterale e a speciali capacità creative e di analisi e sintesi. I dislessici possono indurci a guardare alle neurovarietà umane con occhi nuovi.

CONCLUSIONI

Nonostante la cura posta nello scrivere questa breve guida, è importante che, se ne avete la possibilità, chiediate aiuto ai clinici che si sono occupati della valutazione. Infatti, conoscendo vostro figlio, potranno suggerirvi come comunicare con lui in un modo più aderente alla sua personalità, rispetto a quello che può fare una guida scritta.

È fondamentale che il bambino o l'adolescente con DSA abbia fiducia in se stesso e nelle proprie capacità. L'aiuto dello psicologo può migliorare la qualità di vita del bambino/adolescente prima di tutto e, di conseguenza, della famiglia intera. Il professionista dovrebbe poter intervenire quanto prima possibile e con un percorso individualizzato. Egli aiuta il bambino/adolescente nella gestione delle difficoltà emotive e comportamentali che il disturbo specifico dell'apprendimento comporta.

Lavora, 'sul' e 'con' il bambino o il nucleo familiare – a seconda della difficoltà mostrata – per trovare insieme o riscoprire strategie necessarie al benessere psicologico.