

Applicare un approccio strategico alla consulenza scolastica con adolescenti

Maria Piera Malagola

Psicoterapeuta affiliata al centro di Terapia Strategica (Luino – Varese)

Abstract

La consulenza scolastica agli adolescenti nelle scuole si occupa di un'area non patologica, in cui i ragazzi chiedono aiuti e chiarimenti in merito alle proprie difficoltà. Spesso la loro richiesta sembra assumere toni drammatici: ciò è dovuto principalmente alla rigidità delle loro convinzioni, aspetto tipico di questa fascia d'età (11-15 anni). Attraverso una comunicazione calzante è possibile condurli alla soluzione ancor più velocemente degli adulti, trasformando un momento di crisi in una nuova capacità di agire in modo più funzionale.

Le problematiche comuni e ricorrenti, riscontrate incontrando circa trecento ragazzi, riguardano il non aver voglia di studiare, le preoccupazioni per verifiche scritte e interrogazioni orali, le conflittualità con genitori e insegnanti, le difficoltà di relazione con i pari e quelle legate alla perdita di una persona cara.

Traendo spunto dai protocolli della terapia breve evoluta per gli adulti, è possibile adattarli alle situazioni non patologiche, creando delle linee di trattamento semplificate.

Le prescrizioni si trasformano in piccoli esperimenti bizzarri che, innescando curiosità e sorpresa, portano a un rapido sblocco della difficoltà.

Verrà descritto un tipico colloquio sul problema del “non aver voglia di studiare”

Il problema del non aver voglia di studiare.

Dover studiare come unica possibilità di salvezza per essere promossi è un bel problema se non se ne ha la minima voglia. Questo è ciò che portano in consulenza ragazzi spesso intelligenti ma che non vogliono fare fatica. Troppo pesante, meglio evitare. Percepiscono chiaramente che si devono mettere a studiare ma la reazione è quella della non voglia:

“È inutile che rimango in camera con il libro aperto tanto mi distraigo, penso ad altro, perdo tempo e basta ...”

Questo è, in genere, quello che si dicono. La giustificazione della non voglia è l'alibi perfetto.

Purtroppo, quando arrivano le pagelle, iniziano i problemi a casa.

Che nel primo quadrimestre non sia così importante studiare è una convinzione abbastanza radicata nei ragazzi. Se proprio si devono dare da fare, cercano almeno di protrarre più lontano possibile nel tempo il giorno in cui, in qualche modo, dovranno arrivare preparati per le interrogazioni. I ragazzi seguono istintivamente la logica del principio del “massimo rendimento con il minimo sforzo” dopo averlo riadattato in “minimo rendimento e minimo sforzo”. Quello che segue è il tipico colloquio in cui si lavora su questo tipo di problema.

Psicologa- Qual è il motivo che ti ha fatto mettere il bigliettino?¹

Definizione del

Ragazzo- Mi vanno male le cose a scuola... Non ho voglia di studiare...

problema

P- ...un bel problema !

R- Sono sotto di troppe materie, se vado avanti così mi bocciano e poi sì che sarebbe un bel casino, me li sento già i miei...sempre le solite menate.

Poi anch'io non voglio più essere bocciato, non voglio rimanere qui anche l'anno prossimo... i miei amici se ne vanno.

Ricerca delle eccezioni

P- Non hai voglia di studiare solo una materia o nessuna? (qualche materia in cui i ragazzi se la cavano abbastanza c'è sempre)

*attraverso l'illusione di
alternative*

R- In qualcuna me la cavo, so suonare bene il flauto, mi piace disegnare.

P- E queste materie le studi o non hai voglia di fare nemmeno con quelle?

R- No queste le studio, ma più che studiare devo fare le tavole o suonare il flauto. Queste sono cose divertenti, non mi stanco a farle e poi chi la sente la professoressa di disegno se non portiamo il lavoro fatto.

¹ I ragazzi richiedono un colloquio mettendo la loro richiesta in una cassetta posta nell'atrio della scuola

P- Quindi... se non ho capito male... ma correggimi se sbaglio il tuo problema è che non hai voglia di studiare alcune materie. In alcune stranamente ti appassioni, trovi da una parte divertente lavorare, dall'altra sai che se non lavori gli insegnanti romperebbero troppo e allora ti metti e fai. Dico bene?

Parafrasi ristrutturante

R- Sì è così.

P- Quindi abbiamo già qualcosa che funziona ma è la parte più semplice, adesso la cosa che m'interessa di più è cercare di capire cosa si può fare con questa non voglia di studiare che ti butta così fuori strada nel pezzo per te più difficile.

Tecnica

dell'anticipazione

R- Eh...sì.

P- Senti ma questa non voglia di studiare è di quel tipo che se ti forzi e guardi quello che devi studiare quasi ti viene da vomitare... insomma senti anche proprio un disgusto fisico, un rifiuto evidente per quello che dovrai fare? Poi m'immagino anche che ci saranno materie sicuramente ancor più schifose di altre...

Evocare sensazioni

R- Eh sì, per esempio storia fa proprio schifo! Come si fa a ricordarsi tutte quelle date, non si capisce niente.

P- Certo questa cosa dello schifo è proprio interessante: sai mi viene da pensare che è proprio su questo che sia importante approfondire la nostra conoscenza...

R -In che senso?

Costruzione del

P- Ma sai, avrei bisogno di capire bene bene come funziona il meccanismo... sarebbe anche possibile trovare una soluzione... solo che, se non capisco bene come funziona, ho paura di ingarbugliarmi e mi

contratto terapeutico

sembra che tu abbia anche una certa fretta...

R- Ehm... sì

P- (mi avvicino, il tono si fa più confidenziale) Senti mi sembrerebbe veramente importante cercare di farsi un chiaro quadro della situazione, ci sarebbe un esperimento da fare, quello sì alla fine non mi lascerebbe dubbi sulla natura della tua non voglia di studiare... quando capisco bene, poi è semplice darti indicazioni...

R- Ma in cosa consiste questo esperimento?

P- Guarda, l'esperimento è un po' strano, dovresti prendere una sveglia, carica a suonare una mezz'ora più tardi.

R- Se uso il cellulare va bene

P- (Faccio un'espressione assorta) sì, può andare bene anche il cellulare, prepara tutto come se dovessi studiare, libro aperto davanti e tutto organizzato come se dovessi studiare.

R- (Appena pronuncio la parola studio, il ragazzo mi guarda come pensando... questa mi vuole fregare!) Ma non mi farai per caso studiare?

P- (con espressione quasi indignata) ASSOLUTAMENTE NO! Nella mezz'ora dovrai volontariamente procurarti lo schifo, la non voglia di studiare, addirittura la nausea per lo studio, ma mi raccomando per portarla all'exasperazione fatti aiutare anche da tutte le schifezze che troverai scritte sul libro, aiutati il più possibile con ciò che hai davanti... Anzi la cosa migliore sarebbe cominciare dalle materie più schifose, sarà molto interessante quello che mi racconterai se cercherai volontariamente di incrementare al massimo la non voglia di studiare per mezz'ora al giorno, solo mezz'ora mi raccomando, è chiaro, appena suona il cellulare

*Prescrizione della
mezz'ora della non
voglia di studiare*

metti via tutto: l'esperimento è finito e si riprende solo il giorno dopo alla stessa ora. Ricordati, aiutati con tutto, immagini, parole difficili, pezzi in cui non si capisce niente, penso che tu questo possa farlo senza fatica vero?

R- Beh sì, questo sì, l'importante è non studiare... però domani avrei la verifica di geografia...

P- Penso che un po' ti faccia schifo vero? Puoi cominciare da oggi..., ci vediamo fra quindici giorni.

R- (Mi guarda con un'aria un po' confusa) Va bene. Ciao.

Inutile dire che i ragazzi escono da una parte un po' confusi sul compito, dall'altra completamente soddisfatti, finalmente qualcuno che non fa la solita "menata".

L'effetto della prescrizione è molto carina e in genere è: "Già che ero lì seduto ho letto, strano ho addirittura trovato qualcosa di curioso che mi sono anche ricordato senza fatica".

Tanti, dopo il suono della sveglia, sono andati avanti ancora un po' a leggere perché ne avevano voglia.

Per esperienza ho appreso che questi ragazzi a casa non aprono nemmeno i libri, nella maggior parte dei casi i più lazzaroni sono anche intelligenti, quindi da non aprire un libro a starci davanti mezz'ora al giorno il cambiamento diventa subito abbastanza evidente.

In genere i ragazzi, sapendo qualcosa, iniziano ad alzare la mano in classe, cominciano a fare interventi e a ricevere qualche piccola gratificazione.

Poi la promessa l'hanno fatta, quindi ogni giorno una mezz'oretta fa sì che... da cosa nasca cosa e lo studio inizi a trovare uno spazio nella *routine* quotidiana.

Riepilogo schematico dell'intervento

Definizione del problema

Incapacità da parte del ragazzo di raggiungere risultati scolastici sufficienti nello studio.

Tentate soluzioni del ragazzo

Evito di studiare, tanto mi distraigo, non ci riesco.

Usare l'alibi della non voglia di studiare come giustificazione inoppugnabile.

Manovre e strategie

Dimostrarsi molto interessati al fenomeno della non voglia di studiare.

Dichiarazione di impotenza con posizione complementare.

Prescrizione che utilizza al suo interno sia la logica del paradosso sia quella della profezia che si autoavvera.

Ridefinizione del problema

Si mantiene la mezz'ora come momento di studio che si riesce a concordare come qualcosa di possibile all'interno della giornata.

Rinforzo dei successi ottenuti

Dare il merito del cambiamento al ragazzo attraverso un po' di finzione. Con aria scettica chiedere: "Come sei stato capace?"

Bibliografia

Loriedo C., Nardone G., Watzlawick P., Zeig J. K., (2002), *Strategie e stratagemmi della Psicoterapia*, Franco Angeli, Milano.

Nardone G., (1991), *Suggestione → Ristrutturazione = Cambiamento; l'approccio strategico e costruttivista alla terapia breve*, Giuffré, Milano

Nardone G., (1993), *Paura, Panico, Fobie*, Ponte alle Grazie, Firenze.

Nardone G. , Salvini A., (2004), *Il dialogo strategico*, Ponte alle Grazie, Milano.

Masoni M. V., (1997), *La consultazione psicologica nella scuola*, Giuffr , Milano.

Škorjanec B., (2000), *Il linguaggio della terapia breve. Retorica e logica del cambiamento terapeutico*, Ponte alle Grazie, Milano.

Watzlawick P., Nardone G. (a cura di), (1997), *Terapia breve strategica*, Cortina, Milano.