

La distrazione è un segnale da approfondire

Daniele Nappo*



In ogni classe esiste perlomeno uno studente che fatica a stare attento. È quello che si distrae frequentemente, che sembra sempre altrove, che dimentica le consegne o che si perde durante le spiegazioni. Spesso viene classificato come svogliato o poco interessato, ma questo commento rischia di essere riduttivo. Dietro la difficoltà di attenzione, infatti, si possono celare motivazioni molto più profonde, che è importante saper riconoscere. Innanzitutto potrebbe essere sopraffatto da pensieri personali, preoccupazioni o ansie che occupano la sua mente. In altri casi la complicazione nasce dal fatto che non comprende ciò che viene spiegato e, sentendosi in difficoltà, finisce per spegnersi. Un altro comportamento significativo è l'irrequietezza. Non sempre è maleducazione, spesso è il segnale di una difficoltà nella gestione dell'attenzione o di una tensione interna che non si riesce a controllare. Ed è importante osservare i cambiamenti. Se uno studente che prima era partecipe diventa improvvisamente distratto, chiuso o irritabile, forse sta vivendo un disagio. Questo può essere allacciato a problemi familiari, relazionali o personali. Esistono poi studenti che appaiono apatici, disinteressati. In queste situazioni la difficoltà di attenzione può nascondere una scarsa fiducia in se stessi. E se l'attenzione è selettiva, in questi casi la didattica gioca un ruolo fondamentale. Confondere queste difficoltà con mancanza di volontà rischia di aumentare il senso di frustrazione dell'adolescente. Lo studente che fatica a stare attento non è quasi mai semplicemente distratto. Ogni comportamento è un segnale che chiede di essere compreso. Il compito della scuola e dei docenti non è solo quello di richiamare l'attenzione, ma di comprenderne le cause. Solo così è possibile trasformare la difficoltà in un'opportunità di crescita.

***Direttore
Scuola Freud Milano**