

DIPARTIMENTO MATERNO INFANTILE - Direttore Dott. Luigi Besenon
S.C. NEUROPSICHIATRIA INFANTILE - Direttore: Dr. Franco Fioretto
Savigliano-Fossano-Saluzzo
Fossano, Via Ospedale 4 - tel/fax: 0172/699337, e-mail: npi.savigliano@aslcn1.it

LA GESTIONE SCOLASTICA DELL'ALUNNO CON DISTURBO D'ANSIA

Sono diversi i modi in cui la scuola e gli insegnanti possono aiutare un bambino o un adolescente con disturbo d'ansia generalizzata. La flessibilità e un adeguato ambiente di sostegno sono essenziali per permettere allo studente con Disturbo d'Ansia di raggiungere il successo scolastico.

Di seguito sono riportati alcuni consigli utili per le insegnanti:

- **Instaurare una buona collaborazione e comunicazione con la famiglia.** E' fondamentale condividere gli obiettivi e le strategie utilizzate nella gestione del bambino con la famiglia. Questo vi permetterà di lavorare in un'unica direzione e verso un unico obiettivo.
- **Accogliere le preoccupazioni.** Non svalutare le paure e le ansie dei bambini e degli adolescenti li aiuterà a sentirsi compresi e a non giudicarsi negativamente.
- **Esprimere fiducia.** E' importante riporre fiducia nelle capacità dei giovani di gestire e affrontare le loro paure. Questo li aiuterà a sviluppare un maggior senso di padronanza e una positiva immagine di sé.
- **Ridurre le richieste.** Potrebbe essere necessario ridurre le richieste poste ai ragazzi, ridimensionando il carico dei compiti a casa, l'assetto delle interrogazioni e le impostazioni delle verifiche. Ad esempio sarebbe utile prediligere domande a risposta multipla, piuttosto che aperte e predisporre interrogazioni programmate, fornendo indicazioni chiare sulla parte di programma da approfondire.
- **Facilitare la partecipazione.** La paura di fornire una risposta sbagliata o dire qualcosa d'imbarazzante o semplicemente il sentirsi al centro dell'attenzione, porta i giovani a non partecipare alle attività e alle discussioni di classe. Per aiutarli proviamo a porgli delle domande chiuse, in cui devono scegliere tra due alternative o ancora diamogli la possibilità di parlare di argomenti su cui si sentono sicuri.
- **Incoraggiare l'interazione all'interno della classe.** Bambini e ragazzi ansiosi sono facilmente in imbarazzo nelle situazioni sociali e tendono a rimanere in disparte per non attirare l'attenzione degli altri. Cerchiamo di evitare che il disturbo li porti ad allontanarsi dagli amici e li spinga all'isolamento, prevediamo attività da svolgere in piccoli gruppi.
- **Enfatizzare i successi piuttosto che i fallimenti.**
- **Evitare critiche o battute sarcastiche relative alle performance.**
- **Premiare gli sforzi.** Rinforzate ogni sforzo messo in atto dal bambino o dall'adolescente che si avvicina agli obiettivi concordati in precedenza con la famiglia e i professionisti coinvolti nel trattamento.