

Riconoscere e gestire la dislessia

1. Come riconoscere la dislessia

La dislessia è un Disturbo Specifico dell'Apprendimento (DSA) che si manifesta con difficoltà nella lettura, nella scrittura e nel riconoscimento rapido delle parole. Non è causata da un deficit di intelligenza né da mancanza di impegno, ma riguarda il modo in cui il cervello elabora il linguaggio scritto. Riconoscere precocemente la dislessia è fondamentale per attivare strategie didattiche efficaci e prevenire situazioni di disagio scolastico.

Alcuni segnali indicativi possono includere:

- Lettura lenta, esitante o con errori frequenti (soprattutto in lingue opache come l'inglese).
- Difficoltà a comprendere ciò che si legge.
- Errori ortografici ricorrenti, anche su parole semplici.
- Scrittura disordinata, testi scarsi e poca coerenza nel linguaggio scritto.
- Fatica a ricordare termini specifici o a prendere appunti.
- Evitamento dei compiti scritti e scarsa autostima scolastica.

Questi segnali non bastano da soli a formulare una diagnosi, ma sono indicatori importanti che meritano attenzione e approfondimento.

2. Caso: Lorenzo

Lorenzo frequenta la seconda classe della scuola secondaria di secondo grado e ha recentemente ricevuto una diagnosi di dislessia. In ambito scolastico, presenta diverse difficoltà che incidono sul suo rendimento e sul benessere emotivo. In classe fatica a rimanere seduto e chiede spesso di uscire, mostrando una certa irrequietezza. Durante le lezioni, ha difficoltà a prendere appunti e vive con ansia il confronto con i compagni, temendo di non essere all'altezza. Spesso non riesce a

seguire le spiegazioni e manifesta insofferenza soprattutto nelle attività di gruppo. Il timore di essere rimandato in più materie a fine anno è per lui una fonte di grande preoccupazione. Inoltre, Lorenzo incontra ostacoli nel recupero dei termini specifici delle discipline e sembra sopraffatto dal carico cognitivo, soprattutto quando il compito richiede concentrazione prolungata o rielaborazione dei contenuti. Le sue strategie di studio risultano inefficaci: fatica a organizzare il tempo, tende a procrastinare e si distrae con facilità, compromettendo così la qualità del suo lavoro.

Perché fa così?

Linguaggio: Ha difficoltà di attenzione sostenuta e organizzazione delle idee, oltre a problemi nell'accesso e manipolazione del linguaggio.

Rinuncia: Tende a rinunciare quando i compiti sono nuovi o complessi, per evitare frustrazione e senso di inadeguatezza.

Scrittura e ortografia: I testi sono scarsi e pieni di errori. Non monitora ciò che scrive e non ha un'immagine stabile delle parole.

Organizzazione dei materiali: Tende a fare tutto all'ultimo minuto. Non ha routine e dimentica spesso i materiali.

Insofferenza in aula: Si distrae facilmente e fa domande incalzanti per anticipare l'attività e sentirsi più sicuro.

Polemizza: Risponde impulsivamente, senza modulare tono e contenuto in modo adeguato al contesto.

3. Caso: Federica

Federica frequenta la scuola secondaria di primo grado e ha una diagnosi di dislessia. In particolare, manifesta forti difficoltà nella lettura, soprattutto in inglese, lingua che trova particolarmente ostica a causa della sua opacità. Legge lentamente e fatica a riconoscere le parole nuove, compromettendo così la comprensione dei testi e la capacità di fare inferenze. Durante le attività scolastiche, Federica ha difficoltà nel ricordare termini specifici della disciplina.

Nella lettura e nella scrittura tende a saltare apostrofi e accenti, oppure li colloca in modo errato. L'automatizzazione della lettura e della scrittura è incompleta, rendendo ogni parola un ostacolo che richiede uno sforzo consapevole di decodifica.

Non prende appunti: le manca la capacità di ascoltare, comprendere, sintetizzare e scrivere contemporaneamente. Inoltre, non riesce a discriminare tra concetti principali e secondari, mostrando una difficoltà nella gerarchia dei contenuti. Anche la gestione del tempo risulta problematica: fatica a pianificare un compito, stabilendo cosa fare prima, durante e dopo. Le sue funzioni esecutive sono poco automatizzate, e ciò la porta ad avere difficoltà nell'organizzare il lavoro per fasi e rispettare le scadenze. Emotivamente, Federica appare demotivata e ansiosa. La paura di sbagliare e di fallire la porta a ritirarsi o a non esporsi, soprattutto se percepisce di non essere all'altezza del compito.

Perché fa così?

Lettura lenta: L'inglese, lingua opaca, rende difficile la decodifica; necessita di più tempo per riconoscere parole non familiari.

Comprensione: La fatica a tenere a mente le parole durante la lettura compromette l'elaborazione globale del testo.

Scrittura: Salta apostrofi e accenti; l'automatizzazione è incompleta, ogni parola richiede attenzione.

Termini specifici: Non ricorda il linguaggio tecnico delle discipline.

Appunti: Non riesce a gestire contemporaneamente più processi cognitivi (ascoltare, sintetizzare, scrivere).

Organizzazione: Difficoltà a pianificare, suddividere il compito e gestire il tempo.

Gerarchia concetti: Non distingue facilmente i contenuti rilevanti da quelli secondari.

Emotività: Appare demotivata e ansiosa, si ritira per timore del fallimento e del giudizio.

4. Caso: Nicola

Nicola ha 13 anni e frequenta la seconda classe della scuola secondaria di primo grado. È un ragazzo intelligente e abbastanza benvoluto dai compagni, ma i suoi insegnanti riportano che spesso “sembra cadere dalle nuvole”, come se visse in un mondo tutto suo.

A scuola fatica molto a mantenere l’attenzione: si distrae facilmente guardando fuori dalla finestra o perendosi nei propri pensieri. Altre volte cerca stimoli esterni osservando i compagni o cercando di interagire con loro.

Nicola tende a dimenticare frequentemente i materiali scolastici. Durante le attività, capita che interrompa il lavoro per motivi futili (ad esempio far cadere un oggetto, cercarne un altro, o alzarsi per andare al cestino), e spesso impiega più tempo degli altri per completare le consegne, fornendo giustificazioni poco convincenti.

Anche quando porta il diario, raramente lo usa correttamente. Deve essere continuamente sollecitato a scrivere i compiti e mostra difficoltà nell’organizzare il proprio tempo, i pensieri e le attività scolastiche. I compiti che svolge appaiono caotici e disordinati. Nonostante ciò, Nicola è un ragazzo curioso e motivato, ma spesso le sue domande sono fuori tema o non pertinenti rispetto alla lezione.

Perché fa così?

Attenzione: È facilmente distraibile, alterna momenti di disinteresse interno (pensieri propri) a ricerca di stimoli esterni.

Organizzazione: Ha difficoltà nella gestione dei materiali e nel seguire una routine scolastica stabile.

Esecuzione del compito: Si perde in passaggi collaterali, interrompe il flusso di lavoro e impiega più tempo degli altri.

Uso del diario: Non lo utilizza come strumento di supporto e ha bisogno di guida continua per pianificare.

Comunicazione: Mostra curiosità, ma le sue domande denotano difficoltà nel mantenere il focus sull'attività.

Pensiero disorganizzato: I suoi elaborati risultano confusi, con scarsa coerenza tra idee.

5. La dislessia e le comorbilità

In alcuni casi, alla dislessia si possono associare altri disturbi che ne complicano ulteriormente la gestione e il riconoscimento, tra cui l'ADHD (Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività) e il DOP (Disturbo Oppositivo Provocatorio). Questa condizione di comorbilità comporta un aggravamento delle difficoltà scolastiche, emotive e comportamentali.

L'ADHD si manifesta con:

- **Disattenzione:**

Il bambino/adolescente fatica a inibire gli stimoli irrilevanti e a mantenere l'attenzione su ciò che è rilevante nel momento specifico.

Conseguenze: alta distraibilità, frustrazione e senso di fallimento.

Strategie a scuola: ridurre il sovraccarico cognitivo, frammentare i compiti in unità più semplici e gestibili.

- **Iperattività:**

Si manifesta con bisogno di movimento, difficoltà a restare fermi e concentrati per lunghi periodi.

Strategie a scuola:

- Concordare pause regolari.
- Evitare imposizioni rigide o rimproveri.
- Permettere attività compensatorie (es. oggetti antistress, disegno, musica in cuffia).

- **Impulsività:**

Comporta difficoltà a inibire comportamenti verbali e fisici.

Conseguenze: linguaggio inappropriato, interventi fuori luogo, provocazioni.

Strategie a scuola:

- Non reagire sul piano personale.
- Fornire strumenti per la gestione dell'impulsività, come sistemi di rinforzo (es. Token Economy).

- **DOP (Disturbo Oppositivo Provocatorio):**

Può associarsi all'ADHD e si caratterizza per:

- Incremento dei comportamenti problematici.
- Maggiore reattività e difficoltà di autoregolazione.
- Rischio aumentato di sviluppare un disturbo della condotta.