



perché crescere si fa insieme

Mio figlio **NON** **HA VOGLIA** di **studiare**



**FRANCESCO
ROVETTO**

 **GIUNTI EDU**



SEZIONE 1 **CONOSCERE COME GESTIRE IL RAPPORTO CON TUO FIGLIO**

CAPITOLO 1 • Il difficile mestiere di genitore	10
1.1 Il genitore alla ricerca di un'identità	10
1.2 Stili educativi dei genitori e conseguenze sui bambini	11
1.3 Di fronte ai capricci	15
1.4 Sei un asino! Ovvero come esercitare una critica	17
1.5 La corretta sequenza di una critica	20
1.6 Insegnare a reagire alle critiche	21
1.7 L'assertività	23
CAPITOLO 2 • Essere genitori nell'era tecnologica	25
2.1 I rischi delle nuove tecnologie	26
2.2 Abuso delle tecnologie e apprendimento	30
2.3 Cosa possono fare i genitori?	31
CAPITOLO 3 • Il figlio alla ricerca di un'identità	33
3.1 Reazioni disfunzionali di fronte alle difficoltà scolastiche	34
3.2 L'adolescenza oggi	36
3.3 Voglia di studiare e paura di impegnarsi	41
3.4 Diventare grandi non è facile	42
CAPITOLO 4 • Voglia di studiare e piacere di apprendere	44
4.1 La voglia di studiare	44
4.2 Il piacere di apprendere	51

SEZIONE 2 **CAPIRE COME SOSTENERE LO STUDIO E IL PROCESSO DI APPRENDIMENTO**

CAPITOLO 1 • Le determinanti delle scelte di studio	58
1.1 Ripensare alle motivazioni originarie	58
1.2 Motivazione e attenzione	59
1.3 Motivazioni e atteggiamenti	60
1.4 E se hanno sbagliato nella scelta della scuola?	62
CAPITOLO 2 • Studiare o apprendere?	64
2.1 L'apprendimento	65
2.2 Il metodo di studio	66
2.3 Il ragazzo con poca voglia di studiare: cosa può fare il genitore?	67
CAPITOLO 3 • L'autocontrollo	73
3.1 L'autocontrollo e lo studio	74
CAPITOLO 4 • La memoria e le tecniche di memorizzazione	76
4.1 Il processo di memorizzazione	76
4.2 Usare strategie di immaginazione	77
4.3 Le "tracce" del ricordo	78

4.4	La memoria e lo studio	78
4.5	Accorgimenti per migliorare l'efficienza della memoria	79
4.6	Come memorizzare il materiale descrittivo	81
4.7	Come memorizzare degli elenchi	82
4.8	Altri sistemi mnemotecnici	86
CAPITOLO 5 • La gestione del tempo.....		88
5.1	I ladri di tempo	89
5.2	Fissare degli obiettivi	89
5.3	Lo spreco di tempo	90
5.4	Il tempo perso in preoccupazioni: worries e ruminations	91
5.5	La gestione del tempo di studio	92
SEZIONE	3	INTERVENIRE NEL MIGLIORARE L'APPROCCIO ALLO STUDIO
CAPITOLO 1 • Suggerimenti per il metodo di studio		96
1.1	Avere una visione d'insieme	96
1.2	Suggerimenti per un piacevole ed efficace metodo di studio	98
1.3	Suggerimenti per migliorare l'efficienza della lettura	102
CAPITOLO 2 • Prepararsi alle interrogazioni e alle verifiche		104
2.1	Alcune considerazioni generali sulle interrogazioni	104
2.2	I giorni precedenti l'interrogazione	105
2.3	La mattina dell'interrogazione o della verifica	106
2.4	E se le cose si mettono male?	107
CAPITOLO 3 • Aspetti che possono interferire con lo studio		108
3.1	L'ansia e i suoi correlati	109
3.2	È meglio manifestare o nascondere la propria ansia?	110
3.3	Paura di parlare in pubblico	111
3.4	Paura dell'insufficienza e della bocciatura	111
3.5	La paura del professore e dell'interrogazione/verifica	112
3.6	Il rilassamento nella gestione della "ansia da esame"	113
3.7	La paura del giudizio negli adolescenti	116
3.8	La paura di scrivere un elaborato	116
3.9	L'avversione verso i libri e la materia di studio	117
3.10	Reazioni emotive di fronte alla materia sgradita	119
3.11	Atteggiamenti e pensieri irrazionali verso lo studio	119
3.12	Le caratteristiche del pensiero depressivo	123
3.13	Come reagire di fronte alle idee irrazionali	125
Bibliografia		126

INTRODUZIONE

Ricordo che, quando andavo male a scuola, mio padre mi diceva che ero un asino. Era un uomo molto stimato che ricopriva un ruolo rilevante. Io avevo poco più di dieci anni e certamente non sapevo chi io fossi, l'identità in un bambino non è consolidata, si sta progressivamente costruendo. Probabilmente mi diceva che ero un asino nella speranza che, in un impulso di orgoglio, mi mettessi a studiare. E invece, inconsapevolmente, mi ha dato un'ottima scusa per non impegnarmi nello studio. Gli asini sono infatti simpatiche bestiole non molto note per la loro "studiosità". Leggevo giornalotti tenuti in un cassetto e quando arrivava qualcuno chiudevo il cassetto e facevo la figura di uno che studia con pessimi risultati. Rimandato in Italiano in quinta elementare, latino, matematica e disegno in prima e seconda media, inglese in terza media. Bocciauto in quarta ginnasio (primo anno di classico) dove ero stato iscritto per tradizione di famiglia senza neppure chiedermelo. In quell'estate ho lavorato (a quei tempi si poteva lavorare a 14 anni) come mozzo su una petroliera. È stata un'esperienza bellissima.

Fosse intervenuta una comprensiva psicologa che mi avesse evitato la bocciatura, mi avrebbe rovinato. Passato allo scientifico ho cambiato marcia, ho preso la maturità negli USA e in Italia. Sono stato il più asino tra gli asini, e anche, in anni successivi, uno tra i più bravi. Vi posso assicurare, per strano che sembri, che si fa molta meno fatica a prendere 8 che a prendere 4. Quando prendi abitualmente voti di molto superiori alla media vedi facce sorridenti attorno a te; se un giorno non studi, comunque, hai una buona preparazione di base e non è difficile colmare le lacune. Quando vai male, prima di una verifica o di un'interrogazione studi molto, e probabilmente anche male, e comunque vieni castigato. La condizione di "asino" non è né gioiosa né eroica, suscita un misto di paura e di rassegnazione cui si reagisce con l'evitamento e la bugia.

Ho trovato in questo molta sintonia con il libro di Daniel Pennac "Diario di scuola" che tratta, in modo quasi poetico, e contemporaneamente estremamente pratico, molti degli argomenti trattati in questo nostro volume.

Erano tempi in cui l'adolescenza durava una estate. Fino alla fine delle medie noi maschi portavamo pantaloni corti, anche a Milano d'inverno con 10 sotto zero. Dal liceo eri un "ometto" e mettevi i pantaloni lunghi. In molti casi oggi l'adolescenza sembra durare fino alle soglie dei 40. Quante cose sono cambiate da allora! I giornalotti non sono più i peggiori ladri di tempo. Smartphone e computer sono diffusissimi.

Molti ragazzi non si incontrano più di persona, non si telefonano; si scrivono messaggi con pochissime parole e molti esclamativi. Anche nella scrittura siamo regrediti agli ideogrammi (le emoji, le “faccine” che si usano nelle chat di messaggistica istantanea). Stando ai risultati delle Prove Invalsi, sembrano diminuite le capacità di leggere, scrivere e comprendere testi lunghi. Si sono ridotte le capacità di orientamento nello spazio e di calcolo. In alcuni casi sono stati certificati come DSA (ovvero Disturbi Specifici dell'Apprendimento) la poca propensione a leggere o a far di conto di alcuni studenti. Molti ragazzi vengono protetti dal vivere le conseguenze delle proprie azioni fino a raggiungere l'impunità, in compenso ci sono minori imposizioni sulla scelta delle superiori e anche dell'università. Ciò forse è meglio, ma ho sentito più giovani che sceglievano un corso di studi in quanto non aveva il latino, aveva poca matematica e offriva prevalentemente materie discorsive. Prevale in alcuni casi il desiderio di non impegnarsi, emerge anche un problema di identità. Per qualcuno essere ritenuto un bravo studente, una persona intelligente, è un fatto piacevole; altri hanno paura di omologarsi o di essere considerati dei secchioni. In questa situazione stanno anche emergendo giovani eccezionali che manifestano straordinarie capacità in ambito sportivo, artistico, culturale e sociale, oltre che ambientalistico. La realtà corre così rapidamente che cose dette 5 anni fa oggi non sono più vere.

Si inizia a sentire parlare di Hikikomori, ragazzi che non escono mai dalla stanza e che passano tutto il giorno (e la notte) di fronte al computer. Ragazzi che non vanno a scuola per fobie scolari. Più si evitano le situazioni in cui si prova paura, più questa aumenta e a volte, da sana paura, diventa vera e propria fobia. Altri ragazzi si ritirano sentendosi esclusi per effetto del bullismo o del dilagante cyberbullismo. Questa situazione è diventata tanto frequente che sono stati creati dei centri specializzati per il suo trattamento sul territorio nazionale.

I genitori si trovano a fronteggiare i problemi dei loro figli riferendosi a una cultura, a tradizioni, ad aspettative che risalgono a tempi considerati remoti. L'eterna adolescenza che avvolge i figli a volte coinvolge anche i genitori.

Non è facile nel contesto attuale dare delle indicazioni utili ad aiutare i nostri figli a sviluppare un amore per lo studio e, soprattutto, una propensione ad apprendere. Possiamo comunque prendere in esame alcuni suggerimenti che possono guidare il nostro agire.

Senza la pretesa di fornire formule magiche valide per tutti i casi, questo libro approfondisce molti degli argomenti a cui abbiamo accennato qui sopra.

Partiamo da alcune considerazioni su essere genitori e figli in crescita oggi. È importante che il genitore ricordi di essere tale e non un fratellone maggiore per i propri figli. Un genitore iperprotettivo manda contemporaneamente due messaggi: il primo è “Ti voglio bene e ti difendo”, ma anche “Senza il mio aiuto non ce l’avresti fatta e non ce la faresti mai”. Aiutare il proprio figlio a imparare a fronteggiare il dolore e le difficoltà della vita, a guardare in faccia le proprie paure fino a trasformarle in coraggio è più importante di quanto non sia spianargli la via e annullare le difficoltà. Altrettanto importante è riconoscere il fatto che il ragazzo dagli 8 ai 18 anni sta definendo la sua personalità, la sua identità. Dominato dalle emozioni, più che dalla ragione e dall’esperienza, corre spesso inutili rischi per comprendere i propri e gli altrui limiti. Ha spesso bisogno di un “No” e di esempi di comportamento maturo da parte dei genitori.

In queste pagine approfondiremo alcune considerazioni su come dare e reagire a una sgridata, procederemo poi ad analizzare le emozioni e il loro ruolo nella crescita e nelle relazioni tra persone.

Dedicheremo una parte del volume alle strategie di studio, di lettura, di memorizzazione, alla gestione del tempo. È impossibile limitare il testo a suggerimenti esclusivamente indirizzati ai genitori, molti di questi argomenti potrebbero, e forse dovrebbero, essere condivisi: sarà infatti il ragazzo a dover uscire dalla condizione “svogliata” in cui si trova. Quindi a lui/lei sono dedicate direttamente o indirettamente alcune delle pagine che seguono: sono aspetti solo apparentemente tecnici, ma possono contribuire a rendere lo studio un’esperienza entusiasmante, coinvolgente e anche divertente.

Parola di ex asino.

Francesco Rovetto

CAPITOLO 4

VOGLIA DI STUDIARE E PIACERE DI APPRENDERE

4.1 La voglia di studiare

In tutti noi esiste il desiderio e il piacere di imparare cose nuove, altrimenti non ci saremmo evoluti come specie. La voglia di studiare non esiste, non è una cosa, non è un tratto di personalità, una sostanza, una caratteristica genetica, una dote innata che o ce la hai o non ce la avrai mai. **La scuola, a volte, sembra organizzata in modo da reprimere questo naturale desiderio di imparare.** Lo studio spesso viene imposto seguendo programmi ministeriali fissati decenni prima e piuttosto rigidi e ripetitivi. Abbonda il richiamo al dovere, manca un po' la componente della scoperta e del piacere di apprendere.

I problemi della demotivazione allo studio, dell'abbandono scolastico, del copiare, hanno raggiunto valori preoccupanti. In Italia siamo tra gli studenti peggiori in Europa, il tasso di abbandono universitario è oltre il 20% in più rispetto alla media europea. Il 19% degli italiani consegue un diploma di laurea contro una media europea del 30%. Le Prove Invalsi dimostrano che i risultati ottenuti nella scuola dell'obbligo sono deprimenti, c'è qualcosa che non quadra. Non siamo meno intelligenti degli altri eppure siamo gli ultimi della classe nei test internazionali. Le capacità di comprensione verbale, di ragionamento scientifico e matematico di un quindicenne sono statisticamente inferiori a quelle dei coetanei stranieri. Il lavoro con il singolo e con la famiglia non può prescindere da considerazioni sul contesto socio-culturale in cui è immerso quel ragazzo e sulle difficoltà emerse durante il percorso scolastico. Alcuni studenti della secondaria di II grado e anche qualche universitario si vantano di non aver mai letto un libro per piacere personale.

Studiare può essere divertente e piacevole se solo sappiamo come affrontarlo e non siamo spaventati, perfezionisti o terrorizzati dall'idea di compiacere professori e genitori.



Di fronte agli insuccessi scolastici, spesso non sappiamo dire altro ai nostri figli che: "Devi studiare di più". Ma come si fa a studiare in modo più efficiente?

Non esiste un unico metodo valido per tutti, ma possiamo conoscere alcuni aspetti metodologici e cercare di comprendere gli errori in cui incorrono più spesso i ragazzi.

Con un taglio divulgativo che coniuga la fondatezza scientifica a un linguaggio immediato e accessibile, l'Autore fornisce suggerimenti e indicazioni pratiche per insegnare ai propri figli ad amare lo studio e sviluppare in loro il piacere di apprendere.

Mio figlio NON HA VOGLIA di studiare

*"È sempre
svogliato, non si impegna...
Perché non ha voglia
di studiare?"*

Francesco Rovetto ci spiega come il rifiuto per lo studio possa nascondere altre problematiche che interessano la vita dei nostri figli e come i repentini cambiamenti che hanno coinvolto l'essere genitori oggi comportino la necessità di adeguarsi rapidamente a modi di essere e linguaggi che ci sono lontani e sconosciuti.

Questo libro aiuta a:

- **CONOSCERE** gli aspetti del contesto attuale e le criticità fondamentali che influenzano e ostacolano la "voglia di studiare";
- **CAPIRE** come sostenere la motivazione all'apprendimento e l'attenzione e in che modo utilizzare le strategie per allenare la memoria e gestire il tempo;
- **INTERVENIRE** per migliorare l'approccio allo studio dei propri figli attraverso un metodo efficace e per aiutarli ad affrontare esami e verifiche controllando l'ansia e gestendo la frustrazione dell'eventuale insuccesso in termini costruttivi.

