

BENIAMINO CONDINI

MEDICINA ED IGIENE MENTALE NELLA PREADOLESCENZA

Oggi la medicina preventiva scolastica e con essa l'igiene mentale dell'età evolutiva e puberale, è argomento di grande attualità e sempre più sottolinea il suo significato sociale. Esso significato superando i termini medici per far posto anche a termini pedagogici e sociologici, abbraccia tutto il poliedrico problema biologico della pre-adolescenza e dell'adolescenza, con una visione scientificamente ampia, capace di integrarsi con quella psicologica e sociologica e di convergere a fini non solo auxologici, ma anche e soprattutto educativi.

Tutti sono oggi concordi nell'affermare l'urgenza e la necessità dell'assistenza all'adolescenza, forse il più importante dei periodi dell'evoluzione dell'essere umano, caratterizzato dalla formazione nell'individuo, delle strutture corrispondenti ai vari settori della vita.

Se le malattie infettive o no, i traumi fisici e psichici, l'educazione, l'ambiente familiare, i rapporti con i fratelli e gli amici, il primo incontro con la scuola, le prime difficoltà della vita ed infine tutte le infermità e contrarietà dell'infanzia, lasciano tracce che si rileveranno poi dannosamente nello sviluppo dell'adolescente e dell'adulto, anche tutte le malattie e le difficoltà di adattamento e di evoluzione che sorgeranno nell'età dell'adolescente, stabiliranno e confermeranno in vario modo, errori della personalità fisica e psichica con tristi conseguenze immediate o future.

Innumerevoli, profondi, misteriosi sono i fattori che agiscono nella preparazione dell'adolescenza, opera meravigliosa della natura!

Se si analizzassero tutti questi fattori, questi elementi che partecipano a tale impostazione sia nel campo fisico, che psichico, ambientale, educativo, formativo ecc. si rimarrebbe certamente stupiti del numero,

della delicatezza e dell'importanza di essi, al cui manifestarsi in dinamismo di vita, noi assistiamo sempre inconsci, e assai spesso impreparati.

E in questo noi, io comprendo famiglia, insegnanti e ambiente sociale, le tre importantissime strutture cui è devoluto il compito formativo ed educativo.

La natura spesso supera facilmente, senza scosse questa prova, ha in se forza e possibilità di fare, ma talvolta debolezze psichiche costituzionali, o cause lesive sopravvenute, o il turbinoso ritmo della vita, contrastano, o interrompono o deviano tale corso fluente di energie che concorrono all'equilibrato formarsi della persona, ed ecco la malattia, il pericolo di malattia, o il disturbo, la piccola anormalità che apparentemente senza conseguenze ora, potrà far risentire i suoi tristi effetti domani.

Le variazioni somatiche che avvengono nel periodo prepuberale e puberale sono il necessario substrato per le trasformazioni di ordine psichico. Questa straordinaria metamorfosi ha interessato da lungo tempo i biologi, i medici, i filosofi e gli educatori.

Non si può dire se effettivamente i ragazzi di oggi siano peggiori o migliori dei ragazzi di ieri. Ma l'evoluzione ideale dei giovani esseri, corrisponde sempre meno alla nostra dura realtà attuale.

Come osserva malinconicamente Laroche, il giovinetto che evolve nella moderna civilizzazione, si trova spesso squilibrato da una vita ove la mancanza di spazio, di aria e di libertà, crea una specie di ossessione e di costrizione intollerabile per la sua natura delicata e nel contempo esuberante.

L'eccessiva ampiezza dei programmi scolastici, la difficoltà crescente degli esami, le distrazioni continue della nostra vita moderna così turbolenta ed agitata, hanno aggravato l'atmosfera in cui si formano il corpo e lo spirito dei ragazzi e dei giovinetti.

Fra questi, troppi vivono in uno stato di pena senza gioia con l'assillo e l'angoscia di non riuscire; troppi giovani in conseguenza di un primo piccolo insuccesso vengono spinti ad atti di folle esasperazione come dimostra, purtroppo, la cronaca quotidiana.

Le conseguenze di questi errori della nostra attuale civiltà si fanno particolarmente sentire durante gli anni dell'età puberale nei quali l'organismo avrebbe maggiore necessità di raccoglimento e di vita naturale, semplice e sana, per poter bene superare la grave crisi che lo attende.

Non tenendo conto di tutto ciò, si creano facilmente degli squilibri tra sviluppo intellettuale e sviluppo fisico, sempre a spese di quest'ultimo, impedendo quella sublime armonia che costituisce l'ideale ellenico.

L'età prepuberale e puberale può essere origine anche di nevrosi e di psicosi, in quanto essa, benché si tratti di un fenomeno fisiologico, può costituire da rivelatore per stati morbosi che si trovano in condizioni di latenza.

Alcune di queste forme psiconevrotiche hanno un substrato anatomico (particolarmente disendocrino); in altri casi si tratta di sindromi medico-psichiatriche di origine oscura, la cui esplosione, e la cui insorgenza graduale coincide spesso con l'età pubere, (epilessia, schizofrenia, ciclotimia maniaco depressiva).

Ricordiamo anche le manifestazioni isteriformi che possono insorgere per una causa futilissima nei giovinetti in fase pubere e che possono essere anche minacciose per l'esistenza stessa, come è il caso della anoressia mentale.

Ma anche se noi prescindiamo da queste vere e proprie psicosi e da queste nevrosi, abbiamo indubbiamente nell'età pubere una ipereccitabilità del sistema nervoso, una eccessiva reattività neuropsichica, tanto che spesso rimane difficile sceverare ciò che è già patologico, da ciò che è ancora normale.

Come si può esercitare una profilassi di questo nervosismo che è ai limiti tra norma e malattia? È questo un compito che spetta più all'educatore che al medico, in quanto la terza parte, si può ben dire, dell'età evolutiva, trascorre nelle aule scolastiche oppure a domicilio, sempre però nel lavoro scolastico.

Si tratta di un problema sul quale spesso gli educatori chiudono gli occhi, (perché psicologicamente e scientificamente impreparati) ed esso riguarda più che la scuola elementare, le scuole secondarie, quelle che a noi più interessano nei riguardi della pubertà.

Il nervosismo degli scolari, dei ragazzi in generale, è aumentato progressivamente: dopo la seconda guerra mondiale è diventato un fenomeno veramente preoccupante. Le lagnanze degli insegnanti e dei genitori sulla irrequietezza psicomotoria degli allievi e sulla frequente scarsa capacità di rendimento, diventano sempre maggiori.

Ora se noi prendiamo come ben accertato il fatto che i casi di nervosismo nei ragazzi sono in questi anni indubbiamente aumentati, possiamo dare di questo, colpa solo alla scuola, o vi sono altri fattori?

Io credo che su questo si possa prendere una posizione intermedia. Sarebbe ingiusto attribuire alla scuola tutte queste colpe nell'attuale stato di cose. Infatti, i sintomi inequivocabili di un turbamento neuropsichico cominciano molto precocemente, in età prescolastica. Ora se si pensa a quello che è successo a noi europei, a noi italiani particolarmente, tutte

le guerre che abbiamo avuto da un sessantennio a questa parte, lo squilibrio economico, morale, il crollo di tutti i valori cui abbiamo assistito, non si può certo pretendere che i ragazzi che vivono in un clima, in un ambiente come questo, così sconvolto, abbiano un equilibrio che, il più delle volte, i genitori stessi non possiedono.

Hanno quindi grande importanza cause che si verificano ancora già nel lattante (ipereccitabilità corticale, convulsioni) e soprattutto nell'ambiente familiare.

Non si vuole qui certo fare il processo alla famiglia, ma certo noi medici, osserviamo che la madre diventa sempre più estranea al suo bambino.

Gli psicologi parlano dello stato di insicurezza del bambino nei confronti della madre. La madre è troppo affaccendata di giorno, non ha modo di approfondire la psiche del suo bambino, e quando il bambino fa qualche cosa di strano, invece di studiarlo, di capire perché lo fa, ricorre allo psicologo o addirittura allo psicanalista . . . e così, tutto quanto è finito.

Harray in Germania, ha recentemente rilevato che il numero di bambini nervosi è molto superiore quando la madre lavora anche il pomeriggio ed è quindi lontana dal bambino, anche quando egli ne avrebbe bisogno (De Toni).

Non possiamo qui occuparci di tutte le altre questioni, delle cause ambientali e familiari: dissidi tra i genitori, morte del padre, gelosia, iperprotezionismo, eccesso di stimolo, scarsa attività motoria dei ragazzi fuori delle scuole, televisione, avvio troppo presto dei ragazzi alle competizioni sportive ecc.

Veniamo ora alle colpe della scuola: le disagiate condizioni ambientali scolastiche, il sovraccarico dei programmi (forse appannaggio della nostra cultura latina, poiché gli anglosassoni hanno già da tempo superato questa fase della cultura), l'indipendenza degli insegnamenti, per cui ogni professore considera soltanto la materia che egli insegna, dando ad essa importanza preminente, se non esclusiva, senza stabilire opportuna gerarchia; la tendenza a gravare sempre più sulla memoria, facendo apprendere nozioni e date che saranno poi regolarmente dimenticate, in luogo di sviluppare prevalentemente il senso critico ed il ragionamento; il cambiamento continuo dei testi scolastici, ecc. tutto ciò crea un insieme di condizioni che portano allo squilibrio, il quale apre la porta alla nevrosi.

In un convegno di educatori, si è recentemente rilevato che i programmi attuali non sono granché superiori a quelli di 40 anni fa.

E può darsi che ciò sia vero. Ma non si tiene conto che sono passate due guerre che hanno, oltre al resto, creato un sovvertimento

sociale ed economico e che hanno esercitato sulle popolazioni europee dei traumi psichici di violenza indubitabile.

Se quarant'anni fa la nevrosi negli scolari era un'evenienza rara, attualmente essa è divenuta comunissima (e non solo negli scolari!).

Nella sua insorgenza, influiscono indubbiamente le suggestioni esercitate dal cinema, dai romanzi gialli, dai giornali di avventure ispirate ad una inaudita brutalità, da tutta la tumultuosità della vita moderna così rumorosa ed assillante. Si comprende perciò che se anche le ore di applicazione allo studio sono molte, nel contempo sia scarso il rendimento scolastico.

In alcune scuole, in alcuni collegi, si cerca di reagire ai danni della fatica mentale, intercalando le ore di studio con qualche ora di uno sport violento e faticoso, come è per esempio, il gioco del calcio.

Così facendo, si commette un grave errore, poiché la fatica fisica non costituisce un riposo per la fatica mentale, ma anzi, ad essa, si aggiunge.

In un congresso, qualche anno fa, è stato segnalato il pericolo costituito dagli esercizi fisici faticosi e violenti, dall'atletismo, dallo sport di tipo agonistico nell'età pubere, quando il cuore e tutto il sistema circolatorio, non hanno ancora raggiunto un sufficiente sviluppo, essendo quasi sempre in ritardo nei confronti con l'accrescimento della statura. Gli esercizi faticosi, richiedenti una tensione nervosa, non fanno che peggiorare la situazione psicomotoria dei ragazzi per i quali sarebbe invece indicata un'educazione fisica basata su esercizi muscolari non faticosi e senza carattere di competizione agonistica.

Il problema della scuola quindi in rapporto all'igiene mentale, è un problema palpitante e che abbisogna di tutta la nostra più attenta riflessione.

Se infatti lo scopo più appariscente della Scuola resta quello dell'educazione col fine della formazione culturale e professionale, una Scuola che si preoccupi di istruire ignorando i problemi biopsicologici dell'individuo e trascurando il riflesso sociale della sua azione ai fini della salute mentale, risponde ad una concezione ormai inesorabilmente superata.

Ci è dunque necessario affermare subito che l'intervento dell'igiene mentale nella Scuola non potrà limitarsi agli aspetti più facilmente comprensibili della vita scolastica, quali l'igiene generale degli ambienti, l'educazione fisica, la selezione degli anormali, ma deve significare penetrazione nella struttura stessa della Scuola, nell'indirizzo programmatico e nell'indirizzo didattico, affinché la Scuola si muova entro certi limiti, ed applichi certi postulati. Vi sono leggi dello sviluppo fisiopsichico, vi sono

leggi del lavoro e dell'affaticamento mentale, vi sono problemi emozionali, vi sono problemi attitudinali, che vogliono, nella Scuola, adeguata interpretazione ed adeguata considerazione.

Non esamineremo in questo lavoro i tanti aspetti particolari della organizzazione scolastica che pure interessano da vicino l'igiene mentale, quali i requisiti dell'ambiente scolastico, le lezioni, l'orario e la distribuzione del lavoro mentale, l'educazione fisica, i programmi, il metodo, i compiti a casa, i premi, le punizioni ecc., solo di sfuggita ricorderemo quelle tante esigenze d'igiene mentale che si presentano nella Scuola durante il periodo della crisi evolutiva puberale, quando, sotto la spinta di potenti energie di accrescimento e di trasformazione, ed accanto ad una acuita stancabilità mentale, la personalità psichica, alle soglie della sua conclusione evolutiva, subisce il dominio di gravi difficoltà psicologiche, capaci di produrre conflitti e fratture con una realtà sociale, già in precedenza accettata.

Il capitolo quindi dell'igiene mentale nell'età evolutiva si svolge in tante direzioni, e vive di tanti argomenti, che non sarebbe pensabile di darne una impostazione esauriente.

Esamineremo pertanto uno degli aspetti più vivi che è quello delle difficoltà scolastiche nel periodo puberale: quello cioè dell'affaticamento mentale dello scolaro.

È opinione comune quella che considera l'età puberale come una condizione di crisi permanente, sia sul piano ideo-affettivo, che su quello dei rapporti sociali.

Vi sono elementi normali della psicologia del pre-adolescente che possono influire direttamente sulla situazione scolastica: sono elementi che la Scuola non vuole prendere in considerazione, poiché essa si limita all'ipotesi di una personalità giovanile in astratto, concepita semplicemente come il prolungamento, l'ingrandimento, della personalità infantile.

Mentre è da tenere sempre presente che il bambino non è come molti credono ed ancora sostengono, un adulto in miniatura. Egli ha una propria personalità e possiede una sua propria fisionomia biologica, la cui caratteristica è l'instabilità e la variabilità delle manifestazioni, in contrapposizione alla stabilità della personalità matura e ben delineata dell'adulto (Gemelli).

La Scuola esercita su questa personalità teorica delle pressioni didattiche ed educative, che sovente contrastano con le esigenze della realtà psicofisica.

Vi sono diversi elementi da considerare: la riduzione spontanea della capacità espressiva, la riduzione della esteriorizzazione dei contenuti di coscienza.

Il fattore più importante è quello dello sviluppo della capacità razionale, che è fortemente sollecitato dai programmi scolastici delle Scuole secondarie senza rispettare le tappe regolari dell'evoluzione.

Vi è inoltre un fattore importante, il fattore emozionale, collegato ai turbamenti propri della crisi puberale.

È in questo periodo che si strutturano le modalità di reazione caratterologiche: le relazioni interpersonali nella classe, gli stimoli dell'emulazione, i rapporti con le diverse e non sempre equilibrate personalità degli insegnanti.

Tutto ciò forma un complesso di esperienze nuove e sconvolgenti, contrastate dall'imposizione dell'auto controllo.

Forte influenza poi esercita l'atteggiamento pedagogico dei genitori che si fa sentire più pressante in questa età, mentre il ragazzo è in crisi di evoluzione verso un'autonomia affettiva.

In conclusione, lo scolaro in periodo puberale è sottoposto a tensioni conflittuali che opprimono da ogni lato, proprio quando la sua personalità è più fragile.

L'ansietà dominante è determinata dall'insicurezza, e l'insicurezza è correlata alla grande facilità di frustrazioni tipiche di questo periodo.

Noi medici dobbiamo tener conto di tutto ciò e delle conseguenze psicosomatiche o psiconevrotiche, difendendo anche il ragazzo nei confronti della Scuola e della famiglia, che raramente riescono a comprendere in pieno i problemi particolari della pubertà.

E se noi torniamo con uno sguardo retrospettivo alla nostra giovinezza specie nel periodo puberale, troviamo che noi stessi abbiamo vissuto la penosa esperienza.

Il ragazzo ha problemi psico-fisiologici veri e propri nei confronti della scuola.

Le reazioni psicologiche del ragazzo, in quanto scolaro sono strettamente legate al processo di apprendimento.

Il processo di apprendimento noto a tutti, è una modalità identificabile in un meccanismo psicofisiologico. È ovvio che non esiste una funzione organica che possa essere considerata isolata dal resto dell'organismo. Questa concezione di unità, soprattutto naturale nelle scienze mediche, si può ben trasferire nella concezione dell'individualità. Tutto ciò che l'individuo apprende nei suoi rapporti con l'ambiente si deve riferire obbligatoriamente e sempre, all'uomo, considerato come individualità

globale. È da tali rapporti che l'uomo deriva i significati delle cose che apprende: egli costituisce così la sua propria « organizzazione di significati ».

È pure evidente che l'apprendimento stà nell'individuo e non nelle cose fuori di lui. Ciò che si trasforma in struttura, non sono gli stimoli esteriori, ma la nostra risposta a quegli stimoli.

Il fatto che si apprendono solo le nostre risposte, significa che la reazione individuale dell'apprendimento è incomunicabile da persona a persona.

Nei rapporti del ragazzo con la scuola, si osserva che il ragazzo assorbe dunque la scuola intera, come ambiente globale, dalla persona fisica dell'insegnante, alla personalità psichica di costui, alla sua capacità, alle relazioni con i compagni, all'ambiente architettonico ecc.

È in questo modo che l'apprendimento nelle ore di scuola si trasforma in quello che viene abitualmente definito « la scolarità ».

A questo punto si può ricordare una funzione che gode di molto prestigio presso la psicologia e la pedagogia tradizionali, le quali attribuiscono ad essa la capacità di condizionare il rendimento scolastico: la volontà o meglio interesse o attività elementare.

Si parla di buona o cattiva volontà in rapporto al successo scolastico e se ne deducono dei giudizi moralistici. A tale termine, occorrerebbe sostituire il più valido concetto di interesse, concetto notoriamente formulato nel modo più egregio sia dal Decroly che dal Dewey, come mediatore tra l'attività istintiva emozionale e l'attività puramente teoretica.

Se i ragazzi a scuola sono occupati in un lavoro ingrato, cioè privo di interesse, è certo che essi per così dire, si sdoppiano: il fanciullo impara in modo meraviglioso a fornire esattamente la quantità di attenzione necessaria a soddisfare l'esigenza disciplinare del maestro, serbando una parte della sua energia mentale per seguire le linee captate dai suoi bisogni innati.

Le modalità delle reazioni di apprendimento, sono determinate da fattori psicologici fondamentali, tra cui importanti per la scuola sono i rapporti con l'insegnante il quale trova nei ragazzi i giudici più minuziosi e talvolta implacabili: il ragazzo « impara » anche la personalità del suo insegnante oltre alle nozioni che questo esprime. È evidente l'estrema importanza che assume nella formazione della personalità puberale, la personalità dell'educatore.

Vi sono dei casi in cui il rapporto tra insegnante e scolaro, rimane fermo al piano puramente nozionistico, con in più, da parte del ragazzo, una fredda ammirazione per le peculiari capacità e la profonda cultura (o almeno presunta tale dall'allievo) del docente: In questi casi la fre-

quenza scolastica non apporta alcun beneficio positivo alla maturazione del giovane, ma si traduce anzi in uno sterile accumulo di nozioni che, disgiunte ad una valutazione effettiva, possono presto o tardi costituire un capitale mnemonico che forma un corpo estraneo nella psiche del soggetto.

D'altra parte nel caso contrario di insegnanti che influenzano fortemente le opinioni degli allievi in tema ideologico o sociale, l'azione suggestiva è potente: prescindendo dall'orientamento positivo o negativo di tale influenza, è la suggestione in sé che può agire negativamente sul ragazzo, in quanto gli impedisce la genesi spontanea di opinioni sui vari argomenti di natura sociale; in secondo luogo, nell'intimo dello scolaro, la figura dell'insegnante può entrare in conflitto con la figura dei genitori, creando frattura nell'ambiente della famiglia, da parte della scuola.

Un'azione realmente patologica viene svolta dall'altra categoria di educatori, schiettamente nevrotici i quali utilizzano in modo eccellente l'insegnamento per attualizzare continuamente i loro conflitti.

Si prenda il caso di insegnanti ansiosi nei confronti di se stessi, insicuri, frustati nelle loro aspirazioni: per essi l'atteggiamento autoritario rappresenta un'evidente ricerca di sicurezza. Tanto più rude e rigida è la disciplina imposta, tanto più quell'insegnante acquista stima agli occhi di se stesso. Se i ragazzi che sono sottoposti a tale sistema, hanno personalità in grado di sottomettersi flettendosi alle ingiunzioni esteriori, soffriranno meno e potranno praticamente recuperare, a scuola finita, i danni subiti durante la frequenza scolastica, ma le individualità forti non possono essere che sbriciolate ed annichilite dal metodo autoritario, soprattutto se i ragazzi avvertono che tale metodo non corrisponde ad una concreta struttura superiore dell'insegnante, ma rappresenta per costui un puro mezzo di compenso.

Da queste nature, che sarebbero le più interessanti e più ricche, non si otterrà, con tale procedimento altro che la passiva rassegnazione o la rivolta anarchica. In tal modo possiamo veramente dire che la Scuola sperpera, attraverso le turbe delle personalità del personale didattico, una notevole aliquota di potenziale umano giovanile. (Origlia).

Può anche darsi che l'insegnante nevrotico non cerchi la soluzione dei propri conflitti nell'affermazione eccessiva dell'autorità, ma li realizzi sul piano del pessimismo filosofico, come convinzione dell'inutilità e della futilità del destino umano.

Questo insegnamento scoraggia ed avvilisce i ragazzi incerti che incontrano difficoltà maggiori e favorisce in essi l'insorgenza di complessi di inferiorità, che raramente nei periodi successivi vengono cancellati.

Di fronte ad una affermazione di profitto di uno scolaro, questi insegnanti si mantengono in atteggiamento diffidente attribuendo il successo al caso, ed ingenerando nello scolaro il dubbio sulla validità del risultato ottenuto.

Anche una personalità apparentemente opposta, quella dell'insegnante volutamente ottimista che vede l'educazione come un unico costante rapporto amorevole tra docente e discente, comporta risultati negativi a livello della personalità dei ragazzi.

Infatti l'eccesso di comprensione, di bonarietà e di transigenza sulla disciplina della classe, non ingenerano affatto la sicurezza e l'ottimismo negli allievi.

Il ragazzo è alla perenne ricerca di una regola come elemento normativo della generale incertezza dei suoi atteggiamenti per cui dal disorientamento dell'insegnante, non può trarre alcun beneficio ed è costretto a costituirsi per conto proprio la norma con tutte le conseguenze di maggior rigore che ne derivano.

Si dirà che tutto sommato questa possibilità di incontro fra ragazzi in periodo formativo ed insegnanti con personalità irregolari non va drammatizzata in quanto incontri del genere sono comuni lungo il corso dell'esistenza.

Può essere nevrotico il genitore, come lo può essere anche il compagno di gioco od altro familiare, o l'organizzatore del gruppo giovanile, e così via. E va bene, ma se si pensa che la scuola agisce sul ragazzo attraverso lo stimolo della cultura, cioè facendo leva su un interesse fondamentale dell'individuo, si capisce come la penetrazione degli influssi sfavorevoli da parte della personalità nevrotica dell'insegnante, trovi già la strada aperta, si insinua così, usando una terminologia epidemiologica, attraverso « una porta d'ingresso ». È difficile in ogni modo dire quali siano gli elementi che contribuiscono a formare il profilo di un educatore ideale.

Nella inchiesta del Grasso, gli studenti hanno risposto enunciando una lunga serie di qualità, secondo essi necessarie per un buon educatore; in un primo luogo con la più alta percentuale, stà la comprensione, seguita dalla tolleranza, dalla obiettività, dall'umanità, dalla cultura, dalla fermezza, dalla conoscenza psicologica del ragazzo ecc.

Sono tutte doti astratte che ogni insegnante ritiene di possedere in qualche modo, ma che in realtà assai difficilmente coesistono nella medesima personalità. Va notato comunque che i ragazzi tengono essenzialmente a quelle doti che significano una obiettiva presa di contatto psicologico

tra l'insegnante ed essi. Ciò dimostra come essi non ottengono evidentemente nell'ambito della famiglia la soddisfazione di tale esigenza.

Nell'ambito della scuola media, vi è da tener presente un utile elemento critico che s'interferisce nella vita scolastica. Il passaggio dall'insegnamento unico (maestro) nelle scuole elementari, al gruppo di insegnanti propri delle scuole secondarie è forse uno degli elementi più interessanti che raramente viene messo in evidenza in quanto si preferisce sottolineare l'eventuale trauma delle maggiori difficoltà di programma, delle nuove materie quali il latino ecc.

Che valore psicologico ha questo trapasso?

Esso sta a significare la fine del rapporto univoco di dipendenze del soggetto fanciullo all'individuo adulto (padre). L'autorità costituita si articola e si distribuisce su vari rappresentanti, ognuno dei quali ha una propria personalità ed è quindi portatore di propri conflitti ed infine capace di influenzare peculiarmente il ragazzo. La sensazione che ha il ragazzo di essere oggetto di molteplici influssi, è fonte di disorientamento e di inquietudine. E l'imprevedibile e pauroso fallimento di certi ragazzi, pur intellettualmente ben dotati, nei primi mesi di scuola va sovente riferito a questa improvvisa esperienza che agisce in modo bloccante.

Oltre ai ripetuti stimoli nel decorso della comune vita scolastica, la scuola influenza negativamente il ragazzo con la sua stessa tecnica di valutazione del rendimento.

Non possiamo qui analizzare la discussa questione dell'arbitrarietà e della fallacia del voto come strumento di valutazione del profitto.

La maggior parte degli studiosi concorda ormai nel ritenere tale mezzo non valido, e della stessa opinione sono anche i ragazzi. Che la loro opinione sia più o meno motivata o sia invece frutto di prevenzione, non possiamo qui discutere, ma sono le reazioni psicologiche alle votazioni quelle che importano. Se il ragazzo non ha fiducia nella obiettività del mezzo con cui vengono misurate le sue capacità, lo stimolo al rendimento cade e l'ostilità si acuisce. E le reazioni sono tanto più negative, quando il valore della votazione assume particolare importanza in sede di esami.

Molti psicologi e pedagogisti hanno studiato il problema delle « bocciature » e la conclusione a cui giunge il Goodland nel suo recente studio è che i ripetenti non riescono affatto meglio di quelli promossi.

La bocciatura ha quindi la portata di una pena, non di un mezzo di promuovimento dello sviluppo educativo del ragazzo.

Hurlok e Gilchrist hanno trovato che la bocciatura di un ragazzo non costituisce una garanzia di miglioramento dello stesso, così come

d'altra parte, la promozione per incoraggiamento ha scarsa efficacia se è disgiunta da un'effettiva capacità del soggetto.

A conclusione di questa assai sommaria indagine dei fattori che influenzano l'apprendimento, possiamo dire con Origlia, che il successo scolastico, è raramente in funzione esclusiva delle capacità intellettuali del ragazzo.

Più ancora siamo autorizzati ad affermare che l'insuccesso scolastico raramente corrisponde ad effettive incapacità.

Premessi questi indispensabili richiami di ordine psicologico dello scolaro dobbiamo dare una definizione di quello che oggi intendiamo per affaticamento mentale dello scolaro, comunemente detto surmenage scolastico.

Il problema dell'affaticamento mentale, che ha costituito un tema di discussione nei convegni degli educatori e degli psicologi scolastici da vari decenni, ha acquistato ai giorni nostri un rilievo centrale nella pedagogia e nella scuola Europea. Questo crescente interesse al problema è l'espressione ad un tempo della richiesta divenuta ogni giorno sempre più vivace delle famiglie e della pubblica opinione, che la scuola assolva un compito essenzialmente preventivo e del distacco spirituale dei giovani da un'educazione che è divenuta palesemente unilaterale.

Noi sappiamo oggi che lo sviluppo intellettuale dei giovani è strettamente legato allo sviluppo della loro affettività resa possibile dal soddisfacimento del loro bisogno di sicurezza.

Il problema dell'affaticamento intellettuale è divenuto tanto più acuto nei giovani di oggi, quanto più difficile è divenuto per essi di soddisfare a questa esigenza di sicurezza socio-effettiva (Borghesi).

Noi consideriamo secondo le più recenti conquiste della psicofisiologia, l'affaticamento mentale dello scolaro come l'insieme di turbe psicofisiche indotte nell'organismo, da un lavoro scolastico non adatto alle possibilità dell'organismo stesso, intendendo con la parola « lavoro scolastico » tutto il complesso della scuola.

Così inteso si viene a differenziare dall'affaticamento, tutto ciò che è di ordine patologico, cioè le difficoltà al lavoro scolastico dovute ad un deficiente livello mentale, o ad una malattia evolvente nel corso degli studi, come l'anemia ipocromica, un complesso primario tubercolare, una anergia primaverile ed altre malattie. Questi disturbi, queste forme morbose che inducono, durante il corso dell'anno scolastico, i parenti a far visitare

il loro ragazzo, sono in grado naturalmente di ridurre sensibilmente la capacità di applicazione ed un buon rendimento scolastico, ma questo non è che una delle cause dell'affaticamento mentale dello scolaro.

Vediamo ora il significato di fatica mentale e quali sono i fattori determinanti di essa.

Lo stato di affaticamento è rappresentato da una molteplicità di fenomeni solo in parte oggettivi (o meglio fisiologici e quindi misurabili) e in notevole parte soggettivi, quindi affidati alla peculiare sensibilità dell'individuo.

La fatica sia fisica che nervosa, produce indubbiamente nell'organismo variazioni biochimiche soprattutto se portata ai limiti del sovraccarico, ma la natura e l'origine dei fenomeni che si realizzano, dipende in gran parte dalla componente psicologica.

Ciò è particolarmente vero nel settore della fatica mentale, dove la partecipazione psichica individuale è essenziale. Nello studente si determinano, per influenza di molteplici fattori, conseguenze negative sul rendimento intellettuale: riduzione della capacità di attenzione, della memoria di fissazione, della capacità evocativa; blocchi mentali con rifiuto alla prosecuzione dell'impegno, evasioni nella distrazione, irrequietezza motoria, indisciplina ecc.

Questo complesso di fenomeni soggettivi ed oggettivi che coincide con uno stato di vera e propria « nausea mentale » è collegato ad una tensione emozionale e ad uno stato di ansia che stimolano nella personalità dello scolaro, atteggiamenti reattivi difensivi, quelli appunto che apprezziamo sotto l'aspetto del calo del rendimento e della irregolarità della condotta.

È universalmente riconosciuto l'effetto diminuito sull'efficienza della prestazione intellettuale, provocato dall'ansietà, particolarmente in soggetti instabili, già strutturalmente ansiosi, o sottoposti ad eccessivo impegno motivazionale di successo.

A parte le immediate conseguenze di diminuito rendimento alle prove di profitto, vediamo quali sono le conseguenze più complesse che si determinano nella personalità dello studente per la tensione emozionale.

Si tratta delle consuete reazioni di difesa dell'Ego di fronte a conflitti che possono presentarsi in senso extra-punitivo od intrapunitivo, secondo la terminologia del Rosenzweig e precisamente: Blocco di fissazione: lo scolaro si arresta di fronte all'ostacolo, fornisce risposte stereotipate od incongruenti, si annulla la motivazione al successo e si può giungere fino al rifiuto scolastico.

Regressione: ritorno a comportamenti e ad attitudini intellettuali proprie della prima fanciullezza con puerilismo e fatuità, formulazione di concetti infantili ecc.

Aggressività: ribellione alla disciplina scolastica, distruzione di oggetti di uso scolastico, rivolta contro l'insegnante, rifiuto di collaborare con i compagni, aggressività e violenza contro i compagni stessi, infine tentativi di autolesionismo.

Compensazione: atteggiamenti pagliacceschi, eccessiva verbosità ecc.

L'importanza dello stato emozionale sulla prestazione intellettuale e pertanto sulla soglia di affaticamento mentale, è notevolissima. Con ciò si spiega per quale motivo, anche empiricamente tutti coloro che debbono sottoporsi a sforzi intellettuali, cerchino in qualche modo di superare la barriera emozionale. Nella maggior parte dei casi, il superamento avviene nella maniera e con il meccanismo più logico ed opportuno, ossia con un'accurata preparazione che, non soltanto fornisce il materiale obbiettivo per la prestazione stessa, ma altresì liquida, l'inquietudine del candidato, rassicurandolo sulla propria competenza.

Non è però raro che in determinate circostanze anche da parte di soggetti abitualmente alieni a procedure di questo genere si faccia ricorso a farmaci, o comunque a mezzi esterni, favorevoli al superamento dello stato emotivo. È ancora abbastanza diffusa l'abitudine di far ricorso agli eccitanti (benzidrina, anfetamina, fosforo ad alte dosi, acido glutammico ecc.) per vincere l'ansia della prova: indubbiamente si ottiene con tale mezzo una frustata nervosa con momentaneo aumento dell'efficienza.

Esistono prove antiche e recenti con testi mentali che dimostrano quanto questi stimolanti facilitino le associazioni, rendano più scorrevole l'espressività, permettano la resistenza a intense applicazioni di calcolo ecc.

Dobbiamo tuttavia osservare come questi risultati non siano universalmente positivi e come la loro durata possa essere assai breve.

Ad esempio, in soggetti già fortemente ansiosi o con suscettibilità neurovegetativa ad alto livello, l'uso degli stimolanti determina soprattutto, o soltanto, un aumento della tensione ansiosa che finisce a sua volta per obnubilare l'efficienza intellettuale.

Inoltre, data la relativamente breve durata dell'effetto, è noto che si può correre il rischio, almeno in sede scolastica, di non poter utilizzare al momento opportuno la stimolazione e di dover poi espletare la prova in una successiva fase di depressione e di torpore psichico.

Resta comunque assodato che sul piano del meccanismo psicodinamico, gli stimolanti, oltre ad una loro specifica azione sulle sinapsi

interneuroniche e ad una migliorata irrorazione distrettuale encefalica, possono agire positivamente soprattutto in quanto producono euforia e rendono il soggetto meno sensibile alle pulsioni emozionali connesse alla prestazione intellettuale. Inoltre, la sensazione di noia che si accompagna all'instaurarsi della fatica mentale, viene per qualche tempo eliminata; si ha miglioramento dell'umore riducendo il senso di serietà e gravità della prova, aumentando l'aggressività del soggetto.

Attualmente però si tende a far prevalere un indirizzo opposto, utilizzando cioè al medesimo fine farmaci sedativi.

Questo indirizzo è evidentemente il frutto di un più approfondito esame della questione, e della scoperta dell'importanza del fattore emozionale. In luogo cioè di far superare la barriera emotiva con una stimolazione, si ritiene fisiologicamente più idoneo eliminare la sorgente stessa dello stato emozionale nell'organismo dell'individuo.

Gli effetti sono indubbiamente migliori, sia ai sensi della prestazione intellettuale vera e propria, sia per ciò che concerne le reazioni in generale dell'individuo. Inoltre con questo metodo, si ottiene il secondo risultato, notevolmente importante, cioè un migliore condizionamento psicologico dell'individuo nei confronti delle prove di prestazione intellettuale.

L'espletare tali prove con animo disteso e senza tensione nervosa-ansiosa, dà al soggetto una maggiore fiducia nelle proprie capacità di base e gli fa vedere nella prova, un elemento non rischioso per la propria personalità.

Esistono poche ricerche sull'azione di sostanze sedative nei confronti di specifiche prestazioni intellettuali producenti fatica mentale.

L'interessante indagine effettuata a Firenze nel 1956 da Gallini e Becattini, su 32 giovani studenti di ambo i sessi, ha portato alla conclusione che il farmaco tranquillante è riuscito, nella grande maggioranza dei casi a correggere completamente e ad influenzare beneficamente l'abnorme stato nervoso che si instaura negli studenti, quale reazione psicogena ansiosa allo stress degli esami: l'azione benefica è stata dimostrata dal fatto di un atteggiamento di distacco dei soggetti trattati, nei confronti degli avvenimenti che abitualmente erano per loro fonte di preoccupazione e di paura. Non solo con questo sistema si ottiene una migliore prestazione nel momento della prova finale, ma anche l'applicazione alla preparazione degli esami viene favorita in quanto la sensazione di sconforto ed il calo di efficienza (fatica mentale) nel periodo precedente agli esami, scompaiono.

Al VII° Congresso Internazionale di Pediatria a Copenhagen nel 1956, il Bagart ha comunicato che anche in bambini dai 7 ai 12 anni che

presentavano instabilità nervosa e mediocrità nei risultati scolastici, la somministrazione di questi farmaci ha prodotto risultati notevoli ed assai benefici. Le prestazioni scolastiche sono migliorate ed in particolare, a giudizio degli insegnanti, si è rilevato un miglioramento della grafia. Citiamo infine il benefico effetto ottenuto con somministrazione di meprobamato, in scolari che manifestano in scuola fenomeni viscerali di patimento, come spasmi gastrointestinali, crisi tachicardiche, crampi dolorosi al braccio, senso di soffocazione ecc.

Personalmente, in questi ultimi tre anni, ho raccolto una casistica di studenti affetta da disturbi psicosomatici in sede scolastica, ed in tutti quanti i soggetti ho rilevato che la maggiore efficacia curativa si ottiene con la somministrazione di sostanze sedative del tipo promazina, la cui azione è molto più manifesta e più durevole di quella con sostanze eccitanti.

Parecchie esperienze svolte tra studenti denunciano l'influenza negativa delle cause stressanti oltre che emozionali, anche motivazionali (impegno, senso di importanza della prova, aspetto etico del lavoro intellettuale ecc.) sia sul profitto, che sul meccanismo stesso dell'apprendimento.

Tra i fattori personali si contemplan anche le cause di disagio fisico dipendenti dallo stato di precaria salute, dalle turbe endocrine, dalle distonie neuro-vegetative, dalle alterazioni del biochimismo ematico (stati di ipoglicemia), condizioni scadenti o carenti di alimentazione ecc.

Contribuiscono anche a favorire l'affaticamento, fattori ambientali fisici; è nota a tutti l'influenza dei rumori, della difettosa illuminazione, della scarsa ventilazione, della temperatura abnorme del microclima.

Particolare importanza ai fini psicogenetici rivestono quei fattori ambientali di natura pedagogica, connessi alla struttura della scuola, all'atteggiamento degli insegnanti e delle famiglie: tecniche didattiche inadeguate, cattiva organizzazione dei rapporti interpersonali nella classe, mancanza di idonei periodi di ricreazione, proiezione sullo scolaro di turbe nevrotiche dell'insegnante, atmosfera competitiva eccessiva, rappresentano alcuni tra gli errori più classici da parte dell'ambiente scolastico.

Da parte delle famiglie, si rileva la fortissima incidenza degli errori educativi commessi dai genitori, cioè l'eccesso di stimolo nel profitto, gli eccessi punitivi, l'eccesso di protezione ansiosa, le carenze affettive, le disarmonie coniugali riversate sulla prole ecc.

L'analisi delle cause di insuccesso scolastico, cioè uno dei fenomeni più appariscenti del cedimento nel rendimento intellettuale in soggetti dotati, suffraga con una doviziosa casistica questa segnalazione dell'influenza negativa in certi atteggiamenti psicopedagogici.

Tale incidenza, per il settore familiare, è stata messa in evidenza dalla indagine assai ampia e condotta con rigoroso metodo statistico fra gli scolari delle elementari da Castolli e Magnone e fatta oggetto di Correlazione al I° Congresso nazionale Società Italiana di Medicina e Igiene della Scuola nel novembre 1957 a Milano.

Ne è emerso che un grande numero di scolari ad inizio della loro carriera di studio vanno soggetti ad una ben identificabile « sindrome da stress scolastico », comprendente turbe somato-funzionali (variazioni dell'appetito, del sonno, delle funzioni viscerali, dello stato di salute generale) e comportamentali (irregolarità della condotta in scuola ed in casa, variazioni della affettività e della socialità). Tale sindrome, dipende da uno stato di tensione emotiva verso la scuola, cioè da una forma di « paura scolastica ».

L'analisi delle correlazioni, eseguita con calcolatrici elettroniche su schede perforate, pone in evidenza la netta influenza degli errori educativi familiari, identificabili soprattutto in eccessive motivazioni al successo, con minacce e lusinghe, in atteggiamenti punitivi, in restrizioni agli svaghi, in soffocamento della socialità infantile.

Questa constatazione che sottolinea la stretta interdipendenza del rendimento intellettuale scolastico con la psicologia globale dello scolaro, viene ribadita da una ricerca più minuziosa condotta al fine di valutare le variazioni di rendimento fattoriale, ossia prendendo in considerazione alcuni fondamentali fattori che presiedono alle operazioni intellettuali (attenzione, capacità di calcolo, capacità evocativa ed espressiva).

La convergenza di tante ricerche verso la definizione di un fattore primario emotivo-affettivo che regola il rendimento intellettuale e determina il livello di affaticamento mentale del ragazzo, giustifica la necessità sia di un'adeguata preparazione pedagogica per i genitori e gli insegnanti, sia di provvedimenti terapeutici che mirino ad ovviare alla fatica mentale (somministrazione di farmaci neuro-sedativi e tranquillanti, i quali trovano in questo campo una delle loro più specifiche indicazioni, meglio che non i più usati od abusati stimolanti).

Da un punto di vista squisitamente scolastico e didattico interessano le conclusioni dell'inchiesta, sulle variazioni fattoriali di rendimento: il diagramma di rendimento varia in una mattinata di scuola nel senso che l'attenzione è viva all'inizio e decade poi progressivamente, la capacità di calcolo, migliora a metà mattina e la capacità evocativa-immaginativa rimane pressoché inalterata.

Ciò dovrebbe indurre ad una sistemazione dell'orario delle lezioni per singole materie, che tenesse conto di tali oscillazioni, in modo da

approfittare nei vari momenti della giornata scolastica, dell'optimum di capacità di profitto mentale dell'allievo: l'incongruenza tra il ritmo spontaneo di rendimento e le esigenze imposte da un orario artificialmente prestabilito, è una delle tante cause di affaticamento mentale dello scolaro.

Quanto ai fenomeni obiettivi constatabili dall'insegnante e riferibili all'affaticamento, la copiosa documentazione raccolta con un'indagine effettuata presso gli insegnanti di scuole secondarie di varie città d'Italia dimostra il poliformismo delle manifestazioni che lo scolaro mette in atto quanto la tensione intellettuale e psichica supera il livello di tolleranza: aumentano la disattenzione, l'irrequietezza motoria, il bisogno di chiacchierare, di scarabocchiare, gli sbadigli, gli atti di disturbo verso i compagni, la sonnolenza, gli atteggiamenti buffoneschi.

Sul piano del rendimento, si registra un peggioramento della grafia, l'inibizione ad operazioni mentali di tipo logico, errori di ortografia, amnesie, improprietà di linguaggio e talvolta regressione a forme espressive più puerili.

Queste turbe si evidenziano particolarmente in determinati periodi della vita scolastica: l'ultima ora di lezione della giornata, la ripresa delle lezioni dopo periodi di vacanza, la vigilia dei giorni festivi ed infine, ovviamente, le prove in classe trimestrali e finali. Questa stessa dislocazione non fa che confermare l'esistenza alla base, di fattori di tensione emozionale.

L'affaticamento mentale dello scolaro, risulta dunque strettamente condizionato da una serie di cause psicopedagogiche e neuro fisiologiche e pertanto estrema importanza rivestono, ai fini profilattici tutti quei provvedimenti psicoigienici che investono sia l'organizzazione della scuola, sia il comportamento delle famiglie, per i quali deve battersi la moderna medicina scolastica.

Le grandi indagini sull'affaticamento scolastico hanno una data di origine abbastanza anziana. Il lavoro più classico in materia, quello che fa veramente testo in sede storica è stato compiuto da Binet ed Henri (La fatigue intellectuelle - Parigi 1898).

L'obbiettivo dei due studiosi era quello di verificare sperimentalmente se esista uno stato psicofisiologico che si possa realmente chiamare « sovraccarico », quindi l'appurare se l'origine di tale fenomeno può essere di natura scolastica.

Le conclusioni a cui giunsero i due studiosi sono tuttora valide, e schematizzandole sono: il lavoro intellettuale prolungato per varie ore continuamente incide in modo deleterio sull'organismo fisico. Il lavoro intellettuale prolungato produce effetti psicologici di notevole entità.

Da allora ad oggi i lavori e le ricerche sono andate aumentando ed orientandosi nelle più diverse direzioni.

Non è possibile citare, sia pure brevemente gli interessanti lavori che sono stati pubblicati in Italia, in Francia, Germania, Inghilterra ed America.

Citeremo solo il Chambery che nel 1954 ha fatto una vasta inchiesta sul lavoro scolastico.

Il Chambery ha concluso la sua indagine mettendo in evidenza le principali cause di surmenage sia nell'ambito dell'insegnamento (condizioni ambientali scolastiche difettose, eccessivo affollamento delle classi, enormità di carico dei programmi, eccessivo tradizionalismo metodologico ed eccessive esigenze da parte degli insegnanti) sia in quello del comportamento dei genitori (misconoscimento dei bisogni reali del ragazzo e delle sue effettive possibilità di prestazioni mentali, mancanza di appoggio morale al figlio nei confronti della scuola e mancanza di rapporti fra genitori ed insegnanti).

Il concetto di sovraccarico su base oraria, in rapporto alle normali possibilità di impegno intellettuale utile allo studente, è già stato oggetto di precise delimitazioni ad opera di molti studiosi, il Delthil, Laufer e Paul-Boncour, Marzi, Borghi, il nostro Puntoni di Roma, ed altri, hanno fissato la durata media quotidiana utile di lavoro allo studente in ore $5\frac{1}{2}$ - 6 fra i 12 e 15 anni, in ore $6\frac{1}{2}$ - 7 fra i 15 e i 18 intendendo questo, ore di applicazione mentale complessiva nella giornata ed hanno fissato la durata dell'attenzione continuata in 40 - 60 minuti fra i 12 e i 18 anni.

La durata media del sonno indispensabile per un normale ristoro psicofisico dello studente è di 10 ore dai 12 ai 14 anni, e di 9 ore dai 14 ai 18.

Nell'età corrispondente alle Scuole Medie la resistenza al lavoro è naturalmente maggiore e tanto più, quanto più avanzata è l'età. Ma è indispensabile evitare orari troppo gravosi che determinano danni considerevoli specialmente durante il periodo puberale, e controllare lo stato psicofisico del ragazzo.

La fatica mentale e la sua riparazione:

In sostanza il « surmenage », che può definirsi l'affaticamento dello studente, e che resiste ai mezzi abituali, è l'effetto di eccessi e di ripetizioni di sforzi intellettuali ed è caratterizzato da una progressiva e rapida diminuzione di rendimento intellettuale e da turbe generali quali il

dimagrimento, l'amnesia, il pallore, l'insonnia. Frequentemente fra gli studenti si ha un'insufficienza respiratoria e circolatoria, diminuzione dell'acuità visiva, e nelle forme più gravi, malattie intercorrenti quali febbre, eruzioni ecc.

In ogni caso si deve aver cura di evitare allo studente lo stato di fatica mentale cronica. Ma a tale proposito occorre distinguere la fatica fisiologica o piccola fatica che si manifesta principalmente con la disattenzione, dalla fatica patologica o grande fatica caratterizzata dall'insorgere di perturbazioni dello stato di salute, quali la cefalea, l'insonnia, l'anoressia, l'irritabilità, anemia, dimagrimento ecc.

La prima è riparabile intercalando brevi periodi di riposo e non lascia traccia. La seconda, se abituale, conduce all'esaurimento e può predisporre l'organismo alle più svariate conseguenze.

È certo che la grande fatica deve essere evitata.

Si deve tener sempre presente che non è dannoso tutto ciò che si dilegua con il riposo, e che v'è evitato tutto ciò che determina la comparsa di perturbazioni dello stato di salute.

A tale proposito ricorderemo che tutte le funzioni organiche, dalle più semplici alle più complesse, esigono determinati rapporti tra lavoro e riposo, rapporti che sono necessari per assicurare il ritmo funzionale e che sono regolati molto diversamente a seconda dei vari sistemi organici.

Perfino le funzioni cardiaca e respiratoria, che sembrano in continuo lavoro, hanno il loro ritmo di riposo, nei tempuscoli che intercedono tra un atto e l'altro.

La massima espressione di riposo per il lavoro mentale è rappresentata dal sonno che dovrebbe essere concesso nella misura minima di 9 ore, fino ai 18 anni, e non meno di 8 dopo.

Le condizioni per cui insorgono turbe da sovraffaticamento, sono specialmente quelle legate agli studi, nella crisi puberale, ed alle condizioni di lavoro scolastico ed extra scolastico.

Ma specialmente due condizioni scolastiche aggravanti la stanchezza mentale, e che, forzando le possibilità fisiologiche, determinano lo stato di stanchezza mentale patologica, sono rappresentate dalla eccessiva entità dei compiti da svolgere dopo l'orario scolastico propriamente detto, e dalla preparazione agli esami.

Queste due condizioni spingono spesso al lavoro notturno, le cui conseguenze dannose possono essere molteplici (predisposizione alla miopia, sonno agitato, stati nevrastenici).

Il lavoro notturno ha talora altre origini, essendo inerente ad un riprovevole regime familiare che svia i ragazzi dal lavoro diurno con divertimenti od abitudini mondane. Altre cause che possono aggravare la fatica mentale sono rappresentate dall'alcoolismo infantile, dall'abuso dei nervini e del tabacco, ed in modo particolare dalle pratiche masturbatorie.

Per quanto riguarda la prevenzione dell'affaticamento scolastico sono da prendere in considerazione tre punti fondamentali; i programmi, la metodologia scolastica, lo stato di salute del ragazzo.

Pertanto occorre che accanto al pedagogo, sia esso insegnante alla Scuola Secondaria o all'Università, o siano alti Commissari statali del Ministero che intendono studiare e proporre a fare radicale riforma della scuola in ogni suo grado, occorre, si precisa, che unitamente a costoro, che soprattutto ben conoscono i problemi della scuola, vi sia anche il medico specializzato nel campo dell'igiene scolastica e mentale, che possa « illuminarli » sulla personalità dello scolaro, sulle sue possibilità fisiopsichiche, su quali siano le migliori condizioni ambientali per lo studio, sui danni fisici ed intellettuali che errori pedagogici possono produrre, e ciò in base a quanto igiene, fisiologia, psicologia e scienza medica suggeriscono, dopo anni di studi e di osservazioni e di esperienze, fatti da studiosi di tutto il mondo.

Si dice e si ripete: la scuola è in crisi, non dà più buoni frutti. Ciò purtroppo è vero, verissimo, le cause sono molteplici dirette ed indirette, alcune cioè esclusive di essa, altre di ordine economico, etico, sociale.

Ma delle cause più importanti che, se non saranno rimosse frusteranno i vantaggi di qualsiasi riforma, forse la più importante è la mancanza da parte degli insegnanti di ogni nozione di pedagogia, psicologia e psicopatologia dell'età evolutiva (nozioni che dovrebbero essere acquisite da essi ancora durante i corsi universitari), per cui non hanno la possibilità di capire i giovani.

Come già accennato in precedenza, la personalità del giovane nel periodo della pubertà e dell'adolescenza, non è solo disarmonica, ma diversa da quella dell'adulto, di cui non rappresenta una copia in miniatura, ma ha proprie caratteristiche che variano con gli anni e che devono essere tenute presenti dall'insegnante nello svolgimento del programma e per non cadere nell'errore di ritenere per deficienze o anormalità permanenti o cattiverie, quelle che sono soltanto manifestazioni anomale, ma transitorie.

A tal fine è da tenere anche presente che non in tutti lo sviluppo psicofisico avviene in modo uniforme, e che in una stessa classe, vi sono soggetti che hanno diversa età mentale, pur avendo pressapoco, gli stessi

anni, e che infine, nello stesso individuo non sempre tutte le facoltà psichiche raggiungono insieme lo stesso grado di maturità.

È da studiare anche se nelle scuole secondarie si possa continuare a dare un identico insegnamento ai maschi ed alle femmine; se possono essere tollerate le classi miste proprio nel periodo della pubertà e dell'adolescenza, sia per le crisi sentimentali che possono sorgere, che per i turbamenti che possono derivare ai rapporti tra scolari.

Ne deriva la necessità di adattare il più possibile l'insegnamento agli allievi, così che l'insegnante non dovrebbe limitarsi a sviluppare il programma, pago di essere seguito soltanto da una élite, ma dovrebbe adeguarlo alla maggioranza degli scolari, ed andare incontro ai meno dotati, non dimenticando mai che la scuola secondaria ha uno scopo formativo.

Per raggiungere questo scopo, se è necessario che gli insegnanti abbiano cognizioni di psicologia, pedagogia, biologia, è anche necessario che le classi non siano troppo numerose e sarebbe augurabile che gli allievi non superassero il numero di 20 - 25 al massimo.

A rendere più gravi gli inconvenienti che derivano dalla impreparazione nel campo biologico degli insegnanti e dall'affollamento, contribuisce in larga misura la mancanza di coordinazione tra i vari insegnamenti.

Ne deriva che ogni insegnante si preoccupa soltanto della sua materia per cui gli allievi non hanno un insegnamento armonico e gerarchicamente disciplinato, ma tanti insegnamenti particolari, a volte svolti in modo così minuzioso e vasto, da assumere carattere specialistico con spreco di tempo e di energie per gli scolari.

Anche nella assegnazione dei compiti a casa fatta da ogni professore senza tener conto degli altri, si ha spesso un sovraccarico di lavoro che obbliga i giovani, se diligenti, ad impegnare tutte o quasi, le ore della giornata libere dalla scuola, senza avere quindi il riposo necessario, nè possibilità di dedicarsi a svaghi, sports ecc.

Ciò determina un notevole affaticamento, specie per le giovani non scevro da dannose conseguenze sulle loro condizioni fisiche e psichiche.

Si viene così ad avere una selezione degli allievi, basata più sullo sforzo che sulla reale qualità e capacità; sforzo a cui a volte si sottomettono più facilmente i nevrosici che poi finiranno per naufragare.

La scuola deve senza dubbio dare cognizioni, ma soprattutto specie per i gradi superiori, deve essere guida per lo studio avvenire. Vi si deve apprendere la tecnica dello studio, deve far amare il sapere per il sapere, e non richiedere sforzi eccessivi per imparaticci, buoni solo a

strappare un qualsiasi titolo di studio, che spesso avrà poi anche scarso valore pratico per la vita, perché sarà titolo formale, perché il giovane mancherà di vera sostanziale cultura tecnica specifica; necessaria per l'espletamento del lavoro che è chiamato ad adempiere.

Ci dobbiamo preoccupare che la scuola, in ogni suo grado, risponda in tutto alle esigenze educative e culturali dei giovani della nostra epoca; che questi vi trovino l'ambiente più favorevole al loro sviluppo fisico e psichico e più accogliente, così che siano eliminate quelle manchevolezze e quegli inconvenienti che oggi contribuiscono a creare dei nevrotici, degli irregolari della condotta ed anche peggio.

In questo compito, vasto, difficile e di così grande importanza, l'igiene mentale non deve sovrapporsi alla pedagogia ed alla psicologia, ma collaborare con esse portando nella soluzione dei vari problemi scolastici, il contributo della sua dottrina e della sua esperienza, nel campo fisiopsicologico e psicopatologico.

RIASSUNTO - La medicina scolastica e con essa l'igiene mentale dell'età evolutiva e pubertale, è argomento di grande attualità. Il suo significato sociale, superando i termini medici, per far posto anche a termini pedagogici e sociologici, abbraccia tutto il poliedrico problema biologico della preadolescenza e dell'adolescenza, con una visione scientificamente ampia, capace di integrarsi con quella psicologica e sociologica, e di convergere a fini non solo auxologici, ma anche e soprattutto educativi. Vi sono leggi dello sviluppo fisiopsichico, del lavoro e dell'affaticamento mentale, vi sono problemi emozionali e attitudinali che richiedono, nella scuola, adeguata interpretazione e considerazione. Uno degli aspetti più vivi è quello delle difficoltà scolastiche nel periodo puberale, in modo particolare quello dell'affaticamento mentale dello scolaro. Esso affaticamento risulta strettamente condizionato da una serie di cause psicopedagogiche e neurofisiologiche e pertanto ai fini profilattici hanno estrema importanza tutti quei provvedimenti psicoigienici che investono sia l'organizzazione della scuola, sia il comportamento della famiglia e la società attuale. Si è anche accennato al problema terapeutico dell'affaticamento mentale dal punto di vista igienico, profilattico, farmacologico e psicopedagogico.

BIBLIOGRAFIA

- (1) *Atti Congresso di medicina scolastica*, Torino, marzo 1936
- (2) *Atti Congresso di medicina scolastica*, Parigi, giugno 1937.
- (3) *Atti Convegno Italo Svizzero Neuropsicologia infantile*, Milano 1948.
- (4) *Atti Convegno Nazionale sulla irregolarità della condotta*, Roma 1956.
- (5) *Atti Congresso Naz. Medicina Igiene della Scuola*, Milano 1957.
- (6) BASSI A.: *Psicologia scolastica*, 1955 Firenze, Editrice Univ.
- (7) BENVENUTI M.: *Fondamenti biopsicologici igiene mentale*, 1950 L. Pozzi Roma.
- (8) BLOS P.: *The adolescent personality*, 1941, New York.
- (9) CLAPARÈDE E.: *Le developpement mental*, 1946, Neuchatel.
- (10) BOUCHÈ PANICELLI I.: *Influenza della cosiddetta volontà di apprendere*, Riv. psicologia 1914.
- (11) COMOLLI - ORIGLIA: *La pubertà*, Abruzzini Edit. Roma, 1957.
- (12) DE TONI: *L'accrescimento umano*, la Scuola Editrice, 1954.
- (13) DI RORAI M.: *Scuola e medicina sociale*, Istituto medicina sociale, Roma, 1951.
- (14) GEMELLI: *La psicologia dell'età evolutiva*, Giuffrè Edit. Milano, 1945.
- (15) GOODLAND J.: *Journal Exper. Educ.* 1954, N° 4.
- (16) GEMELLI: *Il problema degli esami*, Annuali dell'Università, 1939, 1, 1.
- (17) HABERLIN P.: *Wege und Irrwege der Erziehung*, 1918, Basel.
- (18) HURLOCH E. B.: *Adolescent developpement*, 1949, New York.
- (19) ILVENTO A.: *Malattie dello scolaro*, U.T.E.T., 1926, Torino.
- (20) *Infanzia anormale*, N° 44 n. s. luglio ottobre 1961, Roma.
- (21) JENNINGS H. S.: *Eredità biologica e natura umana*, Mondadori, 1945.
- (22) LANNAY C.: *Hygièn mentale scolaire, L'Ecole des parents*, N° 5, 37, 45.
- (23) LERSCH F.: *La struttura del carattere*, Padova, Cedam, 1950.
- (24) LEVI S.: *I problemi dello sviluppo*, Firenze, 1960 Editrice Univ.
- (25) MARANÓN G.: *L'Age critique*, Alcan, Paris, 1934.
- (26) MEDEA: *Neuropsicologia infantile*, Milano Cappelli, 1948.
- (27) *Medicina Auxologica*, Roma Istituto Gregorio Mendel, 1960.
- (28) MOREL F.: *Introduction a la psychiatrie neurologique*, Masson, 1947, Paris.
- (29) ORIGLIA D.: *Psicologia dell'età evolutiva*, Milano, Viola, 1951.
- (30) ORIGLIA D.: *Problemi psicologici e pedagogici scuole secondarie*, Roma, Istituto di medicina Sociale, 1955.
- (31) PIAGET J.: *Psicologia dell'intelligenza*, Firenze, 1954, Editrice Uni.
- (32) PINTO: *Il concetto di sanità mentale*, Roma, Istituto Medicina Soc. 1956.
- (33) *Rivista Italiana di medicina ed Igiene della scuola*, Milano anno 1957, 1958, 1959, 1961.
- (34) SCHMITH O.: *Schulärztliche Fragen*, Stuttgart, Thieme Verlag, 1957.
- (35) S.I.A.M.E. *Fanciulli in difficoltà*, Garzanti Edit. Roma, 1961.
- (36) WALLON H.: *Les origines du caractère chez l'enfant*, Boivin Ed. Paris, 1934.
- (37) ZALLA: *Le età critiche*, Athena, 1932.