



# Benessere ...dentro e fuori

Dr.ssa Imma Caturano

Psicologa psicoterapeuta dell'infanzia e dell'adolescenza

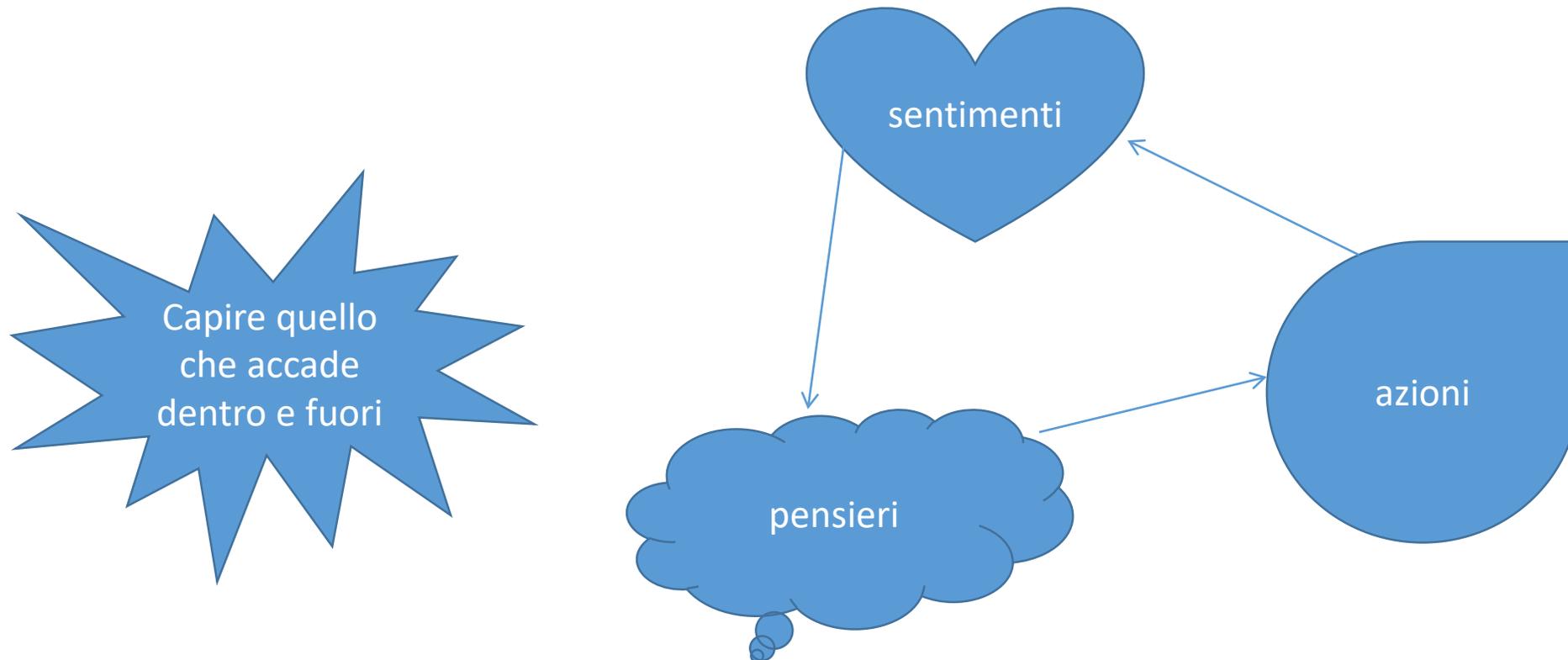


# La salute secondo l'OMS

- **La salute è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non semplicemente l'assenza di malattia e di infermità.**
- Invita le nazioni ad adoperarsi, attraverso un programma di educazione alla salute, per la promozione di uno stile di vita consono allo sviluppo di condizioni pratiche in grado di garantire ai cittadini un alto livello di benessere.
- **Grazie ad un buon livello di salute l'individuo e il gruppo devono essere in grado di identificare e sviluppare le proprie aspirazioni, soddisfare i propri bisogni, modificare l'ambiente e di adattarvisi.**

# Esiste un rapporto tra il benessere psicologico e l'apprendimento?

Numerose ricerche dimostrano che il benessere percepito dagli alunni aumenta quando in una classe vi sono determinati fattori.



# Dall'integrazione all'inclusione...cosa è cambiato

~~INTEGRAZIONE~~

~~consentire e facilitare al  
"diverso" la maggior  
partecipazione possibile  
alla vita scolastica degli  
"altri"~~

INCLUSIONE

strutturare i contesti  
educativi in modo tale che  
siano adeguati alla  
partecipazione di tutti,  
ciascuno con le proprie  
modalità.

# Abbiamo una ricetta uguale per tutti?

L'inclusione comincia da ciò che si può fare partendo da ciò che abbiamo, dalla valorizzazione delle risorse presenti, dalla collaborazione tra le persone e i ruoli che assumono nel contesto, dalle competenze sia personali che professionali volte verso obiettivi condivisi.

....e' come fare ogni volta un rustico diverso partendo dagli ingredienti che ci sono nel frigo



u17039544 www.fotosearch.com

# Leggere, scrivere e far di conto sono necessari a vivere, ma non bastano più.

Conoscere non è un processo meccanico, implica la scoperta di qualcosa.

- La necessità di porsi domande, di trovare risposte, di individuare un metodo di ricerca, la capacità di comunicare, di formulare ipotesi e costruire progetti non possono essere definite conoscenze, ma sono elementi e abilità per produrre conoscenze e utilizzarle, per vivere bene, in modo critico e responsabile.
- Oggi le esperienze e le conoscenze acquisite in contesti non scolastici possono essere molto ricche. Valorizzare ciò che sono e ciò che sanno e sanno fare i nostri alunni non è soltanto una strategia efficace per coinvolgerli, è piuttosto una precondizione essenziale all'apprendimento e garantisce innovazione continua anche per l'insegnante.
- *Star bene a scuola*, sia per gli studenti sia per i docenti, significa curare la propria formazione, le relazioni interpersonali, la qualità degli strumenti didattici; imparare a co-costruire un clima di fiducia; motivare all'apprendimento; tranquillità nei risultati ... e benessere per tutti.

# «Belle parole»...ma...

- Quando un bambino ha un comportamento disadattivo...
- Quando non è presente a sé stesso...
- Quando non si relaziona con gli altri...
- Quando non si relaziona con me...
- Quando è etero e/o auto aggressivo
- Quando non è possibile nessun apprendimento curriculare...





# Comportamenti problema e inclusione nel gruppo classe

Dott.ssa Giovanna Casamassa

Psicologa, Psicoterapeuta Cognitivo-Comportamentale in formazione

**Azioni negative, anomale, a volte talmente distruttive da condizionare non solo la vita del soggetto ma anche quella dei familiari**

Atti autolesionistici: la persona si provoca lesioni di vario tipo (si morde le braccia, si picchia con i pugni, sbatte la testa sui mobili, ecc..)

Stereotipie: emettere ripetitivamente, per lunghi periodi di tempo, comportamenti apparentemente irrilevanti senza scopo evidente (dondolare su se stessi, manipolare oggetti, strappare pezzi di carta, verbalizzare parole o frasi, emettere suoni strani, ecc..)

Opposizioni: sistematiche e frequenti alle proposte educative con forme di rifiuto, blocco, fuga, evitamento

# IL COMPORTAMENTO E' UN PROBLEMA?

## 3 CRITERI

- DANNO: il comportamento produce un danno documentabile alla persona, ad altri o a cose
- OSTACOLO: il comportamento costituisce un ostacolo, reale e documentabile, allo sviluppo intellettuale, affettivo, interpersonale o fisico del soggetto
- STIGMA SOCIALE: il comportamento interferisce con l'accettazione della persona

# Da dove cominciare?

## ALLEANZA

Ci alleiamo con la funzione svolta dal comportamento problema e aiutiamo il bambino a modificare la forma con cui essa si esprime, sostituendola con una positiva.

# Funzioni dei Comportamenti Problema

## 1. COMUNICATIVA

il fine comunicativo è controllare il comportamento altrui in modo da ottenere effetti di tipo rinforzante



## RINFORZO

qualunque risposta che segue il comportamento, ne aumenta la frequenza e lo mantiene nel tempo

## 2 Tipi di Rinforzo

- RINFORZO **POSITIVO**: al comportamento segue un effetto che la persona vive come positivo perché risponde ad un suo bisogno e, di conseguenza, il comportamento aumenta la sua frequenza e si consolida (attenzione, controllo sull'ambiente, accesso a stimoli piacevoli, ecc..)
- RINFORZO **NEGATIVO**: il comportamento cresce in forza e probabilità se riesce a far evitare o fuggire da condizioni antecedenti negative (fuga, evitamento da situazioni spiacevoli)

## 2. AUTOREGOLATORIA

Gli effetti sono automaticamente prodotti dal corpo del soggetto, attraverso sensazioni positive o riduzione di sensazioni negative



RINFORZO AUTOMATICO

in questo caso il comportamento stesso produce rinforzo

Rinforzo positivo ( cosa ottiene?)	Rinforzo negativo (cosa toglie?)	Rinforzo automatico
<p><i>Stefano sfarfalla sotto lo scaffale dei biscotti.</i></p> <p><i>“vuoi i biscotti? Ecco qua!”</i></p>	<p><i>Stefano sta completando un puzzle e comincia a sfarfallare.</i></p> <p><i>“Ti sei stancato, eh? Vai un po’ a rilassarti sul tappeto”.</i></p>	<p><i>Stefano sfarfalla le mani mentre guarda una videocassetta.</i></p>
<p>Comportamento emesso per avere accesso a qualcosa (es. biscotti).</p>	<p>Comportamento emesso per far cessare un’attività.</p>	<p>Comportamento che rappresenta già di per sé un rinforzatore.</p>

# Come facciamo ad individuare tali funzioni?

Attraverso **l'ANALISI FUNZIONALE**:

Se il comportamento è provocato da situazioni che lo precedono (situazioni antecedenti) ed è consolidato dalle conseguenze che esso stesso produce, creando apprendimento,

l'analisi funzionale consente appunto di definire con la maggior precisione possibile quali sono queste condizioni precedenti e quale ruolo di facilitazione svolgono sul comportamento problema, nonché il ruolo degli effetti prodotti dal comportamento stesso.

<b>ANTECEDENTE</b> <b>A</b>	<b>COMPORAMENTO</b> <b>B</b>	<b>CONSEGUENZE</b> <b>C</b>
Tutto ciò che precede il comportamento (B): <ul style="list-style-type: none"><li>- situazione</li><li>- persone presenti</li><li>- attività in corso</li><li>- cosa fa l'interlocutore subito prima del comportamento</li></ul>	Il comportamento problema	Tutto ciò che segue il comportamento (B): <ul style="list-style-type: none"><li>- cosa cambia nell'ambiente</li><li>- cosa fa l'interlocutore</li></ul>

# ABC

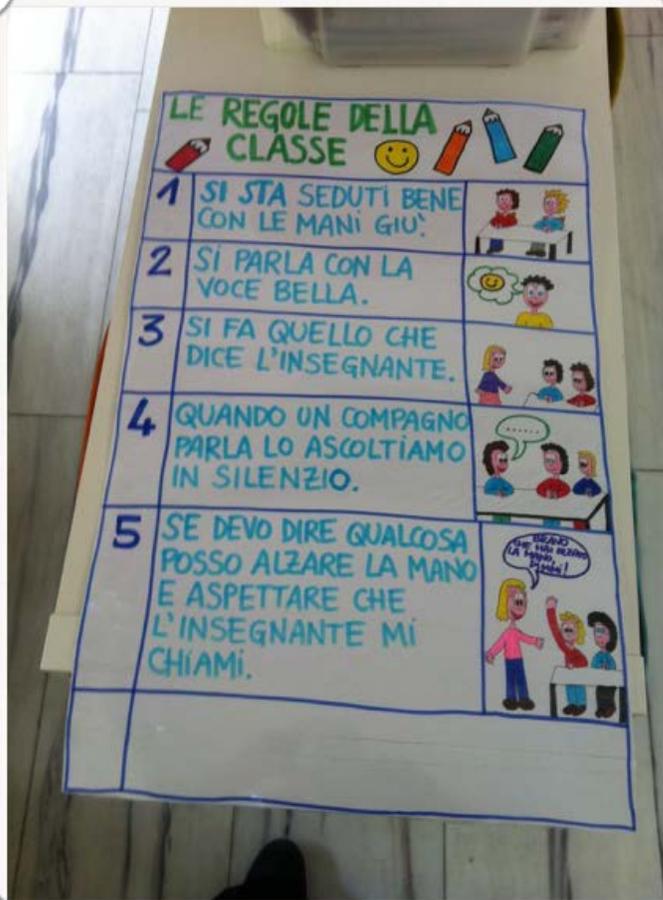
A	B	C
In classe; ore 11.30. La maestra di classe dice ai bambini di scrivere.	Francesco non prende la penna, continua a giocherellare con il didò.	Laura (ins. Sost.) gli apre il quaderno e gli dice di scrivere.
L. (ins. Sost) gli apre il quaderno e gli dice di scrivere.	F. si butta per terra	Le insegnanti cercano di tirarlo su di peso
Le insegnanti cercano di tirarlo su di peso.	F. non si alza	L. offre a F. di uscire un attimo dalla classe.
L. offre a F. di uscire un attimo dalla classe.	F. si alza.	L. e F. vanno fuori dall'aula per qualche momento.

# L'INTERVENTO

**PROATTIVO** manipoliamo gli antecedenti per prevenire i comportamenti negativi e creiamo le condizioni affinché il soggetto sviluppi strategie comportamentali positive alternative

**SOSTITUTIVO** sostituiamo comportamenti positivi, a quelli problema. I comportamenti positivi dovranno essere funzionalmente analoghi

**REATTIVO** manipoliamo le conseguenze in modo da gestire il comportamento appena emerso per far sì che venga rinforzato il meno possibile



## Intervenire sugli antecedenti..

- Strutturare tempi, spazi, attività ( offrire attività e interazioni significative e piacevoli, rendendo l'ambiente facilitante o prevedibile attraverso ad es. il ricorso a regole semplici, poste in maniera propositiva e non come divieti)
- Emettere stimoli discriminativi comprensibili
- Adeguare le attività al livello delle abilità possedute

# TECNICHE REATTIVE

## Intervenire sulle conseguenze..

**ESTINZIONE** consiste nel NON rinforzare un comportamento che prima era rinforzato. Questo porta il comportamento stesso gradualmente ad estinguersi.

Va usata insieme ad altre tecniche, come l'insegnamento di abilità funzionali.

ES: Giulio urla quando vuole richiamare l'attenzione della madre. In questo caso la madre durante il comportamento problema continua a svolgere le sue attività senza prestare nessuna attenzione al figlio. Appena le urla si sono fermate per un breve lasso di tempo, la madre fornisce a Giulio il modello corretto per la richiesta (una pacca sulla spalla o "mamma" ) e premia con l'attenzione

# INTERVENTO POSITIVO PUNITIVO

1 **COSTO DELLA RISPOSTA** consiste nel sottrarre i rinforzatori ogni volta che il soggetto emette il comportamento inadeguato;

“**TOKEN ECONOMY**”: la persona guadagna dei gettoni, ovvero dei token, ogni qual volta presenta il comportamento target, per poi scambiarli con un premio tangibile concordato in precedenza.

Si tratta di una procedura di rinforzamento ad economia simbolica, utilizzata per favorire l'apprendimento di nuove competenze e aumentare la presenza di comportamenti desiderabili.

La particolarità di tale strategia educativa sta nel rendere tangibili i rinforzatori che possono essere ottenuti con i comportamenti desiderabili: la persona guadagna dei gettoni, ovvero dei token, ogni qual volta presenta il comportamento target, per poi scambiarli con un premio tangibile concordato in precedenza.

Tale sistema simbolico risulta particolarmente utile, efficace ed economico da utilizzare nel contesto classe, nel quale le insegnanti si trovano a dover gestire diverse dinamiche contemporaneamente



## PROGETTAZIONE DI UNA TOKEN ECONOMY

- ✓ Scegliere i tokens
- ✓ Identificare il comportamento target e le regole
- ✓ Selezionare un menù di rinforzatori di sostegno
- ✓ Stabilire una ratio di scambio (schema di rinforzamento)
- ✓ Specificare quando/come i tokens verranno distribuiti e scambiati
- ✓ Test sul campo (in classe)

## IDENTIFICARE I COMPORTAMENTI TARGET E LE REGOLE

- ✓ Selezionare comportamenti misurabili e osservabili
- ✓ Specificare il criterio per il completamento del compito
- ✓ Iniziare con un piccolo numero di comportamenti
- ✓ Assicurarsi che gli studenti siano in possesso delle abilità prerequisite
- ✓ Va bene individualizzare...le regole non devono essere le stesse per ognuno

2 **TIME OUT**: sospendere o allontanare da situazioni gradite.

3 **IPERCORREZIONE**: consiste nel rimediare ai danni prodotti dal proprio comportamento; si richiede al soggetto di ripristinare la situazione da lui disturbata con il suo comportamento e, se necessario, si può richiedere anche di migliorare la situazione precedente.

4 **BLOCCO FISICO**: procedura impiegata quasi esclusivamente nel trattamento di gravi comportamenti aggressivi autodiretti o eterodiretti; consiste nel bloccare il comportamento negativo del bambino dopo che questo inizia ad essere emesso.

# L'intervento solo sulle conseguenze:

- È nocivo (viene sostituito da un altro comportamento problematico più potente)
- È inefficace (non dura nel tempo)

**se non è accompagnato dagli interventi sugli antecedenti e sull'insegnamento di abilità alternative di comunicazione e di comportamento**

# Esercitazione

**Problema:** Roberto sputa al compagno ogni volta che la maestra entra in classe. Quando Roberto sputa la maestra gli si avvicina e arrabbiata gli urla “Non si sputa!”. Roberto sputa al compagno sempre più spesso e qualche volta anche alla maestra.

**Funzione del comportamento?**

**ATTENZIONE**

## **Intervento pro-attivo:**

- Attenzione gratuita e frequente (sazietà)
- Sostituzione del c.p. con richiesta adeguata (es. nome persona)
- Insegnamento abilità di auto-intrattenimento
- Accettazione dell'attesa

## **Intervento reattivo:**

- se R. sputa all'insegnante: estinzione: non dare attenzione
- se R. sputa al compagno: punizione: time out (eliminaz. rinf. specifico) o costo risposta, togliere attenzione.



Grazie per  
l'Attenzione!!!