

I DISTURBI EMOTIVI E COMPORAMENTALI DELL' ALUNNO

Dr. Mario Di Pietro

Alcune statistiche sconcertanti

- Almeno il 20% di bambini e ragazzi al di sotto dei 18 anni ha un disturbo psicologico rilevante.
- Il 75% di questi non riceverà nessun aiuto specialistico



Due tipologie di disturbi

- Disturbi esternalizzati
 - Oppositività
 - Aggressività
 - Iperattività
 - Bullismo
- Disturbi internalizzati
 - Ansia
 - Panico
 - Bassa autostima
 - Depressione
 - Autolesionismo

Disturbi internalizzati



I disturbi d'ansia

- I disturbi d'ansia sono i più diffusi disturbi psicologici
- Molti disturbi d'ansia iniziano durante l'infanzia e se non vengono trattati possono persistere in età adulta
- Un bambino può avere più di un disturbo d'ansia
- Circa il 6% dei bambini e dei ragazzi ha un disturbo d'ansia abbastanza grave da necessitare un trattamento.

Disturbi d'ansia in età evolutiva

- Disturbo d'ansia da separazione
- Mutismo selettivo
- Fobia specifica
- Disturbo d'ansia sociale
- Disturbo da panico
- Agorafobia
- Disturbo da ansia generalizzata

Per quale motivo un bambino può soffrire di ansia?

- Spesso c'è una predisposizione genetica (familiarità) all'ansia
- Un bambino che sperimenta troppo stress può diventare ansioso
- Lo stress può essere dovuto alla situazione familiare, scolastica o sociale
- Genitori ansiosi possono influenzare uno stato d'ansia nel bambino

Cosa un insegnante può fare

- Essere pazienti e rassicuranti, ma non iperprotettivi
- Mostrare fiducia verso l'alunno per quanto riguarda la sua capacità di affrontare le situazioni che teme
- Aiutare l'alunno a procedere per piccoli passi nell'affrontare le situazioni che teme
- Elogiare e ricompensare l'alunno per ogni piccolo sforzo
- Fare autoapertura e rivelare qualcosa riguardo alle proprie ansie passate
- Aiutare l'alunno a interrompere l'evitamento delle situazioni che teme
- Consigliare ai genitori di rivolgersi a uno psicologo che sia di orientamento cognitivo-comportamentale

Cose da evitare

- Criticare e rimproverare aspramente l'alunno
- Mostrare sarcasmo riguardo all'ansia dell'alunno
- Ignorare il problema e aspettare che si risolva da solo
- Dire all'alunno di mostrarsi "forte"
- Fare pressione sull'alunno affinché faccia ciò che non è in grado di fare
- Avere aspettative irrealistiche
- Concedere all'alunno di evitare qualsiasi cosa lo spaventi

Alcune forme di disagio nella preadolescenza e in adolescenza

| 11 anni | 18 anni |
|---|---|
| • 2 ragazzi su 10 prova sentimenti di tristezza | • 4 ragazzi su 10 prova sentimenti di tristezza |
| • 3 ragazze su 10 prova sentimenti di tristezza | • 5 ragazze su 10 prova sentimenti di tristezza |
| • 4 ragazze su 10 si crea problemi riguardo al peso | • 6 ragazze su 10 si crea problemi riguardo al peso |

L'ossessione per il peso e la grassofobia

- Il 34% delle ragazze italiane tra i 15 e i 17 anni ha di problemi alimentari
- L'Italia è il paese con il più alto tasso di disturbi alimentari
- Il concetto di bellezza femminile diventa sempre più aberrante e malsano
- La cura del corpo è diventata una nuova religione laica, il culto della magrezza una nuova liturgia

Depressione

- La depressione è molto comune nell'infanzia, in Europa circa 1 alunno su 5 soffrirà di depressione prima che finisca la scuola superiore
- I principali sintomi sono
 - Umore irritabile alternato a tristezza
 - Non riuscire a provare piacere in nessuna cosa (anedonia)
 - Drastico calo nel rendimento scolastico
 - Mancanza di fiducia in se stesso
 - Problemi del sonno, difficoltà alimentari, senso di stanchezza, difficoltà di concentrazione

Cosa causa la depressione?

- Predisposizione genetica (familiarità)
- Stress quali:
 - Conflittualità genitoriale, rapporto negativo coi genitori o con fratelli
 - Depressione o disturbi psichici in uno dei genitori
 - Separazione o divorzio dei genitori
 - Conflittualità con amici o compagni di classe
 - Stress scolastico – difficoltà in qualche materia o troppa pressione
 - Essere vittima di bullismo
 - Morte di una persona cara
- Spesso la depressione è preceduta da un lungo periodo di bassa autostima

Cos'è l'autostima?

- L'autostima rappresenta un giudizio globale su se stessi e sulle proprie capacità, che si accompagna ad uno stato emotivo positivo o negativo a seconda della valenza del giudizio

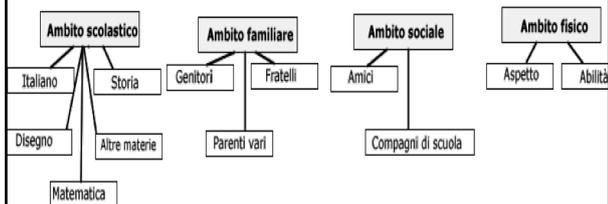
“Sono stupido”

“Sono bravo”

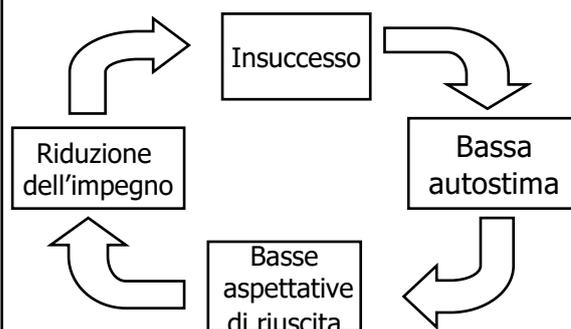


Dimensioni dell'autostima

Autostima globale



Il circolo vizioso della bassa autostima



Rischi collegati a bassa autostima

- Peggioramento delle prestazioni scolastiche
“Tanto non ce la farò mai”
- Cronicizzazione dell'umore triste
“Mi va sempre tutto storto”
- Assunzione di comportamenti a rischio
“Siccome non valgo molto, posso anche fumare”
- Frequentazione di coetanei problematici
“Almeno loro mi accettano anche se non valgo”

Il mito dell'autostima

Se è vero che una bassa autostima è collegata a sofferenza emotiva, non è affatto vero che una buona autostima è garanzia di equilibrio emotivo

Ragazzi che odiano se stessi: l'autolesionismo

- L'autolesionismo ha una chiara funzione
- È utilizzato come strategia per affrontare la tensione emotiva
- Erroneamente viene spesso considerato un comportamento di sfida



Le circostanze che conducono all'autolesionismo

• Fattori Esterni

- Circostanze sfavorevoli
- Ambiente non modificabile

 Troppe richieste e poco supporto
 Ambiente troppo punitivo

• Fattori relazionali

- Conflittualità con i pari
- Vittima di bullismo

• Fattori interni

- Problemi collegati alla salute
- Ricordi di passate esperienze dolorose

Come aiutare l'alunno depresso

- Cercare di parlare in privato all'alunno e comunicargli comprensione del suo disagio
- Evitare di esercitare troppa pressione sull'alunno per quanto riguarda le prestazioni scolastiche
- Parlare con i genitori per capire meglio la situazione familiare
- Cercare di creare nella classe un clima di supporto reciproco
- Concedere alla classe momenti di distensione e di divertimento



I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO



Disturbi esternalizzati



Principali disturbi del comportamento

- Disturbo oppositivo provocatorio
- Disturbo della condotta
- Disturbo esplosivo intermittente
- Disturbo di personalità antisociale

Sono in aumento queste problematiche?

Assistiamo a un paradosso: più aumenta il benessere socio economico in una società e più aumenta il malessere al livello emotivo e comportamentale di bambini e ragazzi.

Un fattore determinante è la progressiva diminuzione della competenza genitoriale

Gravità dei disturbi del comportamento

Questi disturbi se non vengono adeguatamente trattati tendono ad avere un'evoluzione infausta.

Le forme con insorgenza precoce sono le più gravi e resistenti al trattamento; tendono a mantenersi per tutta l'adolescenza con comportamenti antisociali, evolvendo in un disturbo antisociale di personalità che permarrà in età adulta.

Sono disturbi che hanno una prevalenza maggiore nei maschi.

L'alunno con caratteristiche di insensibilità e sociopatia

1. Manca di rimorso e senso di colpa

Non sta ma male, né si pente quando fa qualcosa di sbagliato (escluso quando scoperto o punito). Scarsa preoccupazione sulle conseguenze negative delle proprie azioni

2. Manca di empatia

Non si preoccupa, né gli interessano i sentimenti degli altri; appare freddo e insensibile: sembra più preoccupato degli effetti che le proprie azioni hanno su di sé, anche se esse possono causare notevole danno agli altri

3. Indifferente verso le sue performance

Non mostra preoccupazione per gli scarsi risultati scolastici, sul lavoro o in altre attività importanti; non fa alcuno sforzo per raggiungere i risultati anche quando gli obiettivi sono chiari, ma tipicamente dà la colpa agli altri per i suoi insuccessi.

4. Appiattimento affettivo

Non esprime sentimenti né mostra le sue emozioni agli altri, se non in maniera superficiale e non sincera, o quando ciò gli procura vantaggi (es. per manipolare o intimidire gli altri)

La crudeltà di bambini e ragazzi

Secondo la stima dell'Associazione italiana difesa animali e ambiente sono circa 400 gli animali che nel corso dell'anno sono stati massacrati da gruppi di bambini ed adolescenti in età compresa tra gli 8 ed i 14 anni. La quasi totalità dei casi vede coinvolti cani o gatti e le segnalazioni arrivano dal centro-sud Italia in particolare da Sicilia, Calabria, Puglia e anche da Marche e Lazio, ma non mancano anche segnalazioni di cani seviziati nelle regioni del nord



Disturbi del comportamento e disfunzionalità familiare

• Se un genitore è alcolista o ha avuto problemi con la legge, i figli hanno probabilità 3 volte maggiori di sviluppare un disturbo del comportamento

• Altre situazioni problematiche:

- instabilità familiare
- difficoltà economiche
- disturbi psichiatrici in un genitore
- comportamenti duramenti punitivi
- stile genitoriale incoerente
- frequenti cambiamenti abitativi

Il disturbo da deficit d'attenzione e iperattività (ADHD)

- L'ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) è un disturbo del neurosviluppo con eziologia complessa, base neurobiologica e possibile impatto negativo su molteplici aree di funzionamento.
- L'ADHD è caratterizzato da 2 gruppi di sintomi o dimensioni psicopatologiche definibili come inattenzione e impulsività/iperattività.

Cos'è il deficit d'attenzione/iperattività?

Esordio prima dei 12 anni

I principali sintomi sono:

- **disattenzione**
- **iperattività**
- e **impulsività**



Cos'è il deficit d'attenzione/iperattività?

Il termine disturbo da deficit d'attenzione/iperattività (ADHD) si riferisce ad una condizione che rende difficile per il bambino/ragazzo prestare attenzione e controllare il proprio comportamento.



Da cosa si nota che un alunno ha deficit d'attenzione?

- Ha difficoltà a mantenere la mente impegnata sul compito o si annoia facilmente nell'eseguire un compito.
- Passa da un'attività all'altra senza aver prima completato la precedente.
- Si distrae facilmente o non segue attentamente le istruzioni.
- Dimentica o perde i materiali necessari per svolgere le varie attività

Da cosa si nota che un alunno è iperattivo?

Come si presenta l' "iperattività"?

- Il bambino sembra incapace di rimanere seduto, è costantemente in movimento, irrequieto, si dimena, gironzola per la classe, tocca ogni cosa.

Come si presenta l' "impulsività"?

- Il bambino parla o agisce senza pensare alle conseguenze delle proprie azioni.
- Il bambino "spara" commenti inopportuni, ha difficoltà ad aspettare il proprio turno e mostra senza contenersi le proprie reazioni emotive

Cosa provoca l' ADHD?

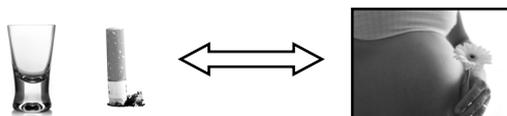


Le cause dell' ADHD rimangono sconosciute, ma la ricerca suggerisce che sia un disturbo di natura neurobiologica (alcune parti del cervello sono meno sviluppate in soggetti con ADHD) o genetica (l' ADHD tende a ricorrere all'interno della famiglia).

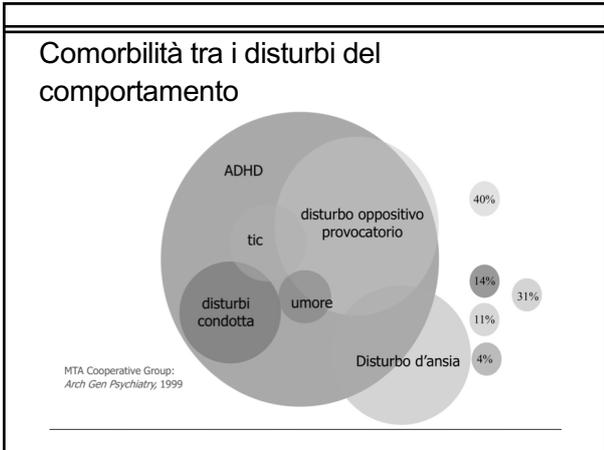


Sebbene fattori ambientali e sociali (come lo stile educativo) possano influenzare l'accenruarsi della sintomatologia, essi non causano il disturbo.

Cosa provoca l' ADHD?



Alcuni studi hanno dimostrato un rapporto tra l'uso di alcol e tabacco durante la gravidanza e il rischio di ADHD nel bambino.



Cosa un insegnante può fare

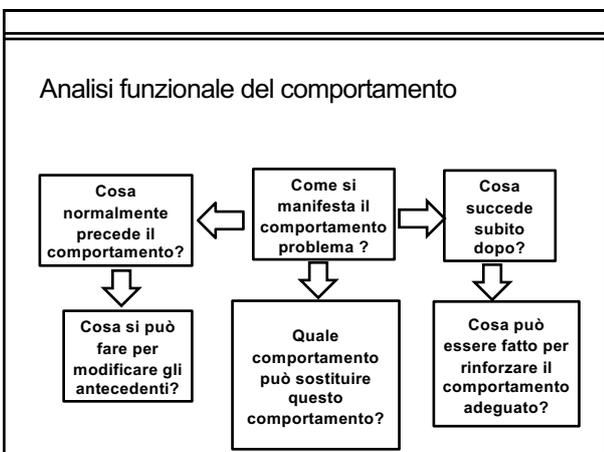
Cambiare atteggiamento mentale:

- evitare di giudicare l'alunno, ma giudicare e condannare certi suoi comportamenti
- non reagire, ma agire, se si reagisce si darà all'alunno problematico esattamente ciò che desidera
- l'insegnante non può eliminare il disturbo dell'alunno, ma può agire sul comportamento che si desidera cambiare, quindi questo è l'obiettivo!
- liberarsi di alcune espressioni verbali svalutanti che comunicano non accettazione
- tenere a mente che si tratta di un alunno disturbato e cercare di ignorare alcuni dei comportamenti meno gravi
- fare affermazioni non domande, se si chiede a uno studente con disturbo del comportamento di fare qualcosa probabilmente non lo farà
- porre chiare regole ed appropriate conseguenze

Affrontare i comportamenti problema

- E' più efficace cercare di incrementare i comportamenti positivi prima di cercare di ridurre i comportamenti negativi.
- Definire il problema in termini operazionali.
- Specificare perché e per chi costituisce un comportamento problema.
- Chiedersi se per caso l'insegnante non stia contribuendo al problema

"Se non sei parte della soluzione, allora sei parte del problema" Eldridge Cleaver



Strategie di gestione dei comportamenti problema

| TENDENZA NATURALE | ORDINE PREFERITO |
|----------------------------------|----------------------------------|
| 1. Punire | 1. Incoraggiare |
| 2. Ignorare | 2. Ridurre le influenze negative |
| 3. Ridurre le influenze negative | 3. Ignorare |
| 4. Incoraggiare | 4. Punire |

L'ESPERIENZA TENDE AD INSEGNARCI QUESTA SEQUENZA

LE RICERCHE SUGGERISCONO CHE QUESTA SEQUENZA E' MIGLIORE

Procedure di modificazione del comportamento in ambito scolastico

- Ignorare strategico
- Incoraggiamento positivo
- Messaggio centrato sul comportamento
- Comunicazione scuola-famiglia
- Token Economy
- Punizione
- Conseguenze logiche
- Contratto comportamentale

Tre principi di base per favorire comportamenti positivi

- Ricompensare spesso il comportamento adeguato quando è poco frequente, ricompensare di tanto in tanto quando il comportamento adeguato diventa più frequente
- Fare attenzione a non rinforzare accidentalmente il comportamento indesiderabile
- Usare la punizione per i comportamenti negativi, ma evitare punizioni **troppo dure**

Alcuni errori educativi da evitare

- Dare eccessiva attenzione ai comportamenti indesiderabili e trascurare di valorizzare i comportamenti desiderabili
- Continuare a ripetere al bambino cosa non deve fare trascurando di specificare cosa si vorrebbe che facesse
- Perdere il controllo mentre si rimprovera il bambino perché non riesce a controllarsi
- Punire in modo incoerente o in ritardo il comportamento **negativo**

Cosa uno psicologo deve essere in grado di dare alla scuola (buone prassi)

- Strumenti di valutazione e osservazione dell'alunno
- Informazioni sul tipo di disturbo
- Indicazioni per migliorare la relazione con l'alunno
- Spiegazioni su come applicare tecniche di modificazione del comportamento
- Indicazioni sulla strutturazione adeguata dell'ambiente
- Consigli per migliorare la relazione tra l'alunno e i compagni di classe

Di cosa un insegnante non ha bisogno

- Di ascoltare discorsi vaghi e fumosi senza ricevere indicazioni chiare
- Di sentirsi rivolgere solo domande senza ricevere nessuna risposta
- Di essere colpevolizzato per le difficoltà incontrate nella gestione dell'alunno
- Di perdere tempo partecipando a riunioni che non conducono a niente

Quale genitore affiderebbe il proprio figlio a questa insegnante?



La cattiva scuola: alcuni aspetti

Dittatura del politicamente corretto

Una forma subdola di censura e di omologazione ideologica che attraverso il linguaggio obbliga a deformare la realtà e a conformarsi alla visione politica di una minoranza pseudo progressista

Filosofia gender

Teoria senza alcun fondamento scientifico che pretende di influire non solo sul modo di educare mediante scelte ideologiche, ma anche di **vincolare sotto il profilo penale chi non si adegua** (decreto legge Scalfarotto); **impone atti amministrativi** (alcuni Comuni e alcuni enti hanno sostituito i termini "padre" e "madre" con "genitore 1" e "genitore 2"); **impone iniziative educative**: la cosiddetta "strategia nazionale" per introdurre nelle scuole testi e programmi che prevedono l'eliminazione del maschile e del femminile, quindi dei modelli familiari naturali; è un vero e proprio attentato alla libertà di pensiero e di educazione da parte di una minoranza di esponenti della **gendercrazia**.

Facebook USA permette di scegliere il proprio "genere" tra 56 diverse opzioni! Sembra comico ma è tragico.

Buona scuola o scuola efficiente?

Una provocazione di Ernesto Galli della Loggia)

- **Reintroduzione in ogni aula scolastica della predella**, in modo che la cattedra dove siede l'insegnante sia di poche decine di centimetri sopra il livello al quale siedono gli alunni.
- **Reintroduzione dell'obbligo per ogni classe di ogni ordine e grado di alzarsi in piedi** in segno di rispetto (e di buona educazione) all'ingresso nell'aula del docente.
- **Divieto deciso nei confronti** di tutte le «occupazioni» più o meno simboliche e delle relative autogestioni che ormai si celebrano da decenni come un tempo la «festa degli alberi».
- **Ridimensionamento della rappresentanza dei genitori** nell'istituzione scolastica, è un residuo demagogico del secolo scorso.
- **Limitare riunioni, commissioni e consigli** di qualunque tipo, la scuola deve essere un luogo di apprendimento e non un riunificatorio.

Buona scuola o scuola efficiente?

- **Sull'esempio del Giappone**, affidamento della pulizia interna e del decoro esterno degli edifici scolastici agli studenti della scuola stessa. I quali potrebbero provvedere alternandosi a gruppi ogni settimana.
- **Per ragioni di igiene antropologico-culturale** divieto assoluto agli studenti (pena il sequestro) di portare non solo in classe ma pure all'interno della scuola lo smartphone.
- **Obbligo per tutti gli istituti scolastici** di organizzare e tenere aperta ogni giorno per l'intero pomeriggio una biblioteca e cineteca con regolari cicli di proiezioni, utilizzando, se necessario, anche studenti volontari.
- **Alle gite scolastiche sia fatto obbligo** di scegliere come meta solo località italiane. Che senso ha per un giovane italiano conoscere Berlino o Barcellona e non aver mai messo piede a Lucca o a Matera? Il mondo comincia a casa propria.

Principali ostacoli nell'intervento sull'alunno con disturbi del comportamento



- Ambiente scolastico sfavorevole
- Mancanza di collaborazione tra Scuola e famiglia
- Problemi strutturali all'interno della Scuola e dei Servizi

Riferimenti bibliografici

- M. Di Pietro et al., *L'alunno iperattivo in classe*, Edizioni Erickson
- M. Di Pietro e M. Dacomo, *Largo arrivo io....*, Edizioni Erickson
- M. Di Pietro e M. Dacomo, *Fanno i bulli, ce l'hanno con me*, Edizioni Erickson.