

SUGGERIMENTI OPERATIVI PER LA STESURA DEL PIANO DI PREVENZIONE E DI GESTIONE DELLE CRISI COMPORTAMENTALI A SCUOLA

Questa parte si propone di raccogliere alcune prassi didattiche che possono essere utilizzate dalle scuole per sostenere comportamenti positivi nelle classi, per aiutare i ragazzi a mantenere consapevolezza e controllo sul proprio comportamento. Non si tratta quindi di attività limitate agli alunni che manifestano crisi comportamentali ma di percorsi didattici che possono essere utili in tutte le classi di ogni ordine e grado, sia che accolgano alunni con crisi comportamentali sia che non si trovino in questa condizione: la buona didattica non ha controindicazioni, né vincoli di utilizzo.

1. Insegnare ad accettare un NO come risposta; imparare a dire NO

Prima ancora di capire cosa fare nei confronti dell'allievo, occorre comprendere **cosa gli altri non devono fare**.

Ad esempio, affinché un bambino, anche con una disabilità intellettiva importante, impari ad accettare un NO come risposta, occorre che i NO siano coerenti e costanti, cioè che tutti gli adulti dicano NO alle stesse cose, che il NO venga mantenuto qualsiasi cosa accada (proprio per non rendere premiante la crisi). Ovviamente i NO vanno calibrati: non si può dire NO a tutto, così come non si può dire SÌ a tutto. Quel che conta è che, dopo aver detto un NO, il NO venga mantenuto.

IL MONDO ADULTO DEVE:



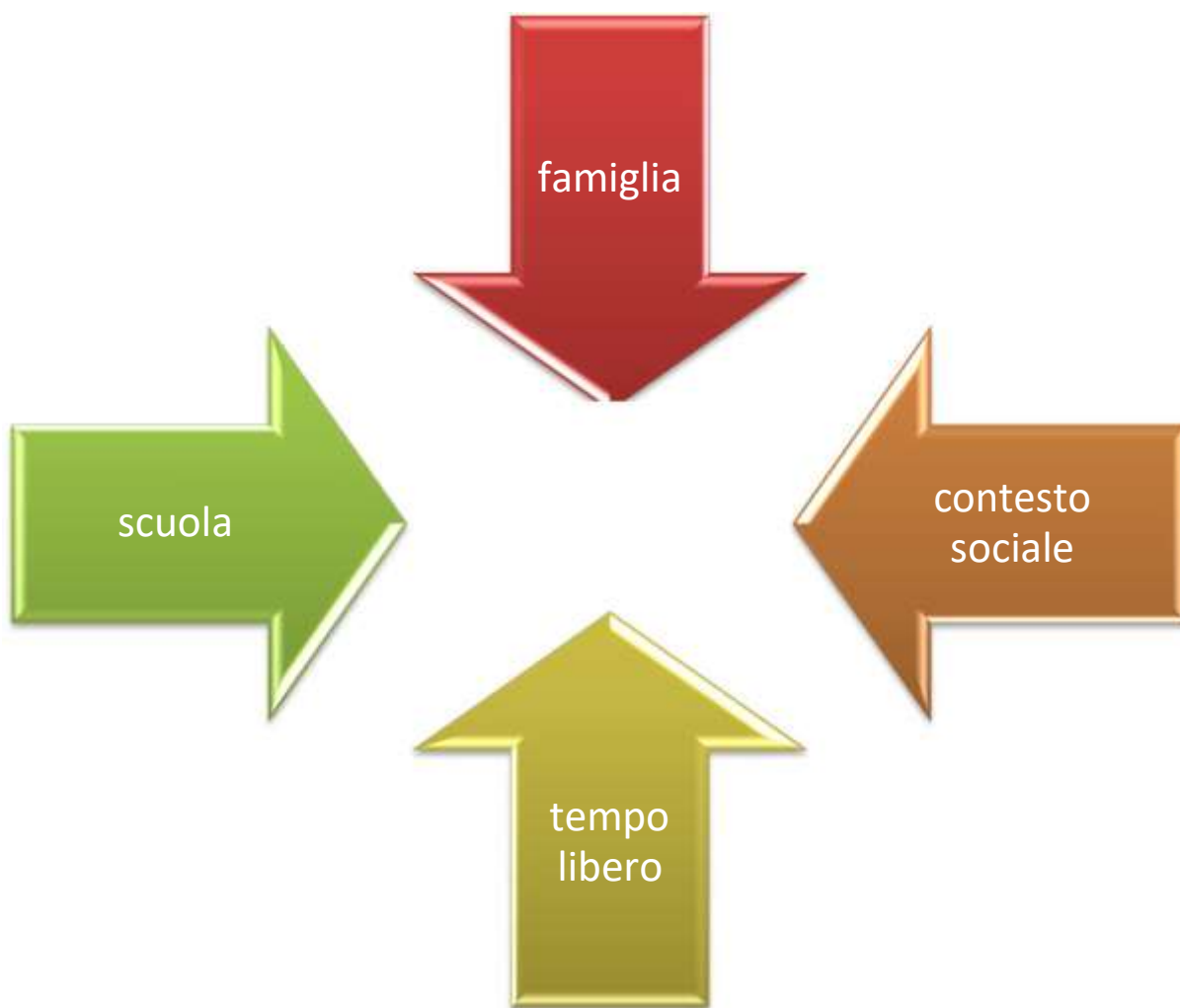
insegnare ad
accettare un NO

imparare a dire
NO

2. La coerenza educativa

Anche i compagni devono imparare come reagire e come comportarsi, non soltanto per non attivare le crisi, ma anche per non confermarle.

Le regole che gli adulti danno al ragazzo, così come le regole che gli adulti danno a se stessi per affrontare i problemi comportamentali, devono essere assolutamente coerenti e applicate con costanza e senza cedimenti.



Un comportamento problematico può essere corretto soltanto se si modifica il contesto in cui il ragazzo è inserito e come questo contesto reagisce al comportamento del ragazzo.

Inoltre il contesto deve essere modificato per renderlo "accessibile" al ragazzo in difficoltà. Le richieste che si fanno devono essere alla portata attuale dell'alunno; pretendere ciò che al momento non è ottenibile, non farà altro che peggiorare la situazione.

La strutturazione degli spazi, dei tempi, delle attività

In più parti di questa dispensa abbiamo ripetuto che le “cause immediate” delle crisi comportamentali possono essere diversissime, sia per ciascun singolo alunno, sia considerando alunni diversi.

Ciascuna di queste “cause immediate” richiede interventi specifici, che possono spesso comprendere anche modifiche o strutturazioni particolari dell’ambiente scolastico, inteso come spazi fisici, organizzazione del tempo, utilizzo di supporti visivi di comunicazione, ecc.

1. Alunni con problemi sensoriali

Sappiamo che tra le cause che generano crisi comportamentali vi sono spesso problemi sensoriali non adeguatamente compresi; ciò avviene in modo particolare negli alunni con autismo, soprattutto se hanno problemi di comunicazione importanti, ma non ci si deve fermare soltanto a questo disturbo; problemi sensoriali possono essere presenti anche in altri alunni, sia con, sia senza certificazione.

2. Alunni che non riescono a stare fermi e attenti a lungo

Il gruppo più rilevante in questa categoria è formato dai ragazzi con una diagnosi di Deficit di attenzione e iperattività (in italiano DDAI e in inglese ADHD).

Tuttavia occorre tenere presente che vi sono tanti altri alunni che presentano problemi attentivi e non riescono a stare fermi a lungo, pur senza arrivare a richiedere una certificazione.

In questi allievi, che hanno anche problemi di autocontrollo, pretendere tempi di attenzione e di immobilità superiori alle possibilità, può essere causa scatenante di comportamenti esplosivi (come anche di disistima di sé e di marginalizzazione).

In ogni caso, sappiamo che il tempo scolastico scandito in ore di lezione è oggi praticamente inaccessibile per le possibilità di attenzione degli adolescenti e quindi molta parte di queste ore è praticamente *tempo perso*. Quindi un ripensamento generale dell’organizzazione non si potrà rimandare a lungo, per superare un insegnamento esclusivamente frontale, verbale, passivo.

Se si formula l’ipotesi che tra i fattori scatenanti delle crisi comportamentali in un ragazzo vi siano anche problemi di questo tipo, occorre cambiare le modalità della richiesta scolastica che gli viene presentata.

Ad esempio:

- intervallare i momenti in cui si deve stare attenti e fermi con momenti attivi, avendo chiaro che l'attenzione non è controllata dalla volontà e che quando la durata possibile per l'alunno è superata, non si ottiene più niente
- fornire la possibilità di scarico delle tensioni accumulate con l'immobilità
- utilizzare modalità multimediali nella presentazione delle lezioni: immagini fisse, immagini in movimento, suoni
- rendere attive parte delle lezioni, chiedendo agli alunni di svolgere direttamente parte del lavoro, ad esempio cercando immagini, carte geografiche o storiche, documenti, musiche, utilizzando *Internet*
- rendere dialogiche le lezioni, favorendo la riflessione e l'elaborazione di contenuti personali
- potenziare l'attività motoria, l'educazione fisica, i lavori all'aria aperta (l'orto scolastico, ad esempio), le attività manuali anche nelle scuole che non hanno laboratori, le attività artistiche ed espressive, la musica e il canto corale, il teatro e il ballo

Non esiste un solo modo di apprendere e non esiste un solo modo di funzionare: ognuno di noi è un insieme di corpo, energia, pensiero, sentimenti, sensazioni, emozioni, percezioni, ...

Pensare a noi stessi soltanto in termini di pensiero cosciente è una limitazione e, per alcuni ragazzi, una *condanna* immeritata a vivere esperienze di inadeguatezza che spesso hanno conseguenze drammatiche.

3. Alunni che si sentono incompetenti e/o che temono di essere visti dagli altri come diversi

A volte le crisi comportamentali sono innescate da senso di inadeguatezza rispetto a determinati compiti o impegni o richieste che vengono avanzate e dalla paura di fallire e di mostrarsi agli altri come diversi, inferiori, incapaci, inadatti.

Negli adolescenti questi sentimenti sono molto diffusi, e risultano difficili da "scovare" perché vengono abilmente *mascherati* o *travistati* da *comportamenti-schermo*. Molti alunni aggressivi hanno in realtà paura; non sapendo come gestire questo sentimento, non avendo occasioni positive per manifestarlo e comunicarlo, possono inconsapevolmente scegliere di aggredire in modo da nascondere le proprie debolezze.

Crisi comportamentali violente possono essere innescate dal non voler ammettere di avere delle difficoltà e dal timore di essere stigmatizzati dagli altri per questo.

Se si ipotizza che un alunno manifesti crisi comportamentali per questo motivo, le linee educative da perseguire sono molte.

Innanzitutto si deve evitare di considerare la classe come un "monolite" con alcune fratture rappresentate dagli alunni disabili, o in difficoltà. Questo atteggiamento del mondo adulto genera inevitabilmente da una parte l'emarginazione dei ragazzi in difficoltà, dall'altra il terrore negli altri di "finire nel mucchio" degli emarginati; questo è nei fatti un atteggiamento diseducativo e pericoloso.

Nelle classi, le differenze vanno vissute, presentate, utilizzate, per quello che sono: la vera ricchezza dell'umanità, ciò che le ha permesso di evolversi, adattandosi ad ogni condizione, di superare sventure e catastrofi, di rinnovarsi, di creare bellezza.

Quindi nelle classi ci devono essere richieste diverse, compiti diversi, adempimenti diversi, tempi diversi. Non è vero che è più complicato, se ci si organizza bene e si sfruttano le possibilità offerte dalle nuove tecnologie. È un modo diverso di pensare.

4. Alunni che hanno difficoltà comunicative e nella gestione delle emozioni

Parliamo innanzi tutto della comunicazione funzionale, cioè del possesso di un sistema di comunicazione che consenta anche a ragazzi con gravi difficoltà, di far sapere agli altri come si sentono e di cosa hanno bisogno.

Poter fruire di un qualsiasi sistema per assicurare la comunicazione di bisogni, di richieste su aspetti essenziali della vita, è un obiettivo primario da perseguire ad ogni costo e in ogni caso.

Poter comunicare risolve già moltissimi problemi comportamentali negli alunni con disabilità intellettiva, anche associata ad altri problemi, come l'autismo.

Vi sono tuttavia difficoltà comunicative che non riguardano il possesso di un sistema di comunicazione efficace. Vi sono ragazzi che parlano correntemente ma, ad esempio, non sono stati abituati all'introspezione, non sono "alfabetizzati alle emozioni" e quindi si trovano ad essere "agitati" dai propri impulsi, reagiscono a livello puramente istintivo, senza consapevolezza e senza mediazione interna.

Per i ragazzi che hanno questo tipo di difficoltà, le vie educative consistono nell'insegnare a comprendere se stessi, le proprie reazioni, i propri impulsi, ovviamente con percorsi adatti all'età e alle condizioni di ciascuno.

C) Strategie di supporto a comportamenti positivi

L'apprendimento di comportamenti positivi e l'acquisizione di competenze relazionali riguardano tutte le classi, e tutti i bambini e i ragazzi. Ovviamente le attività vanno tarate in relazione all'età e al livello di maturità degli alunni, nonché alle condizioni di contesto.

STRATEGIE GENERALI DI SUPPORTO ALLO SVILUPPO DEI COMPORTAMENTI POSITIVI	
Individuare ogni più piccola occasione di comportamento positivo negli alunni (anche involontario)	Più l'alunno è in difficoltà, più occorre individuare cosa fa in modo corretto, evidenziarlo e dargli visibilità. Se gli alunni vengono continuamente richiamati per quello che non va bene, si costruiranno un profilo comportamentale necessariamente negativo e quindi non potranno che peggiorare. L'evidenza della positività riguarda sia ciascun alunno per se stesso (per sentirsi elogiato), sia per gli altri alunni, affinché non identifichino né se stessi né i compagni "difficili" con connotazioni negative.
Spiegare (in modo accessibile	Niente più di un divieto sfida qualsiasi ragazzo ad infrangerlo.

alle possibilità di ciascun alunno) quali comportamenti sono desiderabili, anziché stilare lunghi elenchi di proibizioni o di divieti	Compito degli adulti non è quello di creare occasioni di sfida, ma di potenziare il bene concretamente possibile. Inoltre per i ragazzi in difficoltà, le indicazioni positive sono sempre più chiare e immediatamente applicabili rispetto a quelle negative (non posso correre: OK ma cosa posso fare? Camminare? Saltare? Strisciare? ...).
Richiedere comportamenti realistici, allo stato della situazione (rispetto a ciascun ragazzo e stante la situazione della classe)	Non si può chiedere ad un alunno autistico di capire cosa sta provando un suo compagno, ma si può perfettamente chiedere ad un compagno di comprendere perché un alunno autistico non può immedesimarsi in quello che prova lui. Se abbiamo un alunno <i>sfidante</i> dobbiamo mettere le cose in modo da non consentirgli di sfidarci. A volte ignorare un comportamento sfidante è la strategia migliore.

	Insegnare anche ai compagni ad ignorare un comportamento sfidante è un modo per evitare di creare “gorgi” emotivi in classe, che poi possono far esplodere le crisi. In ogni modo, nel momento in cui l’adulto accetta di farsi sfidare, deve essere sicuro di poter vincere la sfida. In caso contrario, non avrà più alcuna speranza in quella classe.
Far sì che nella classe vi siano sempre momenti in cui ciascun ragazzo viene ascoltato o può esprimersi (con le modalità che gli sono più congeniali e che gli riescono meglio; oppure semplicemente che gli sono possibili)	Con i bambini le possibilità di colloquio sono più naturali, e quindi è bene che le scuole dell’infanzia e primarie dedichino attenzione e tempo a scambi comunicativi (strutturati quanto basta) tra i bambini e tra bambini e adulti. È importante che i bambini si sentano ascoltati. Per gli adolescenti il tema è più complesso perché i ragazzi tendono a chiudersi vedendo l’adulto come un intruso nello spazio personale che stanno costruendosi. Tuttavia nessuno più degli adolescenti ha bisogno di parlare, di comunicare, di essere accolto senza essere automaticamente giudicato. Inoltre, gli adolescenti hanno bisogno di

	comunicare in presenza, per evitare che i <i>social media</i> li rendano assuefatti agli scambi virtuali (che raramente sono comunicativi).
Accettare, rispettare e valorizzare le emozioni e i sentimenti espressi dai ragazzi (con qualsiasi mezzo espressivo)	Ogni momento in cui sia possibile scambiare emozioni o esprimere sentimenti, va colto e valorizzato al massimo. Ciascuno deve sentirsi accolto: anche le espressioni di sentimenti o emozioni negative vanno accolte e non stigmatizzate. Tutto ciò che viene espresso ha minori possibilità di evolvere in qualcosa di peggio.

Individuare i punti di forza e predisporre occasioni di successo per ciascuno	Nessuno ha soltanto negatività, ma se puntiamo i riflettori soltanto su queste non potremo andare lontano. Occorre dare a ciascuno occasione per emergere e far vedere qualcosa di positivo.
Tarare le attività sul tempo di attenzione degli alunni e variare le attività	Oggi i ragazzi hanno tempi di attenzione spesso brevi, le attività devono essere tarate su questi tempi e occorre prevedere che un argomento sia trattato con modalità diverse (per gli alunni con disabilità questi tempi possono essere brevissimi). Tenere viva l'attenzione è un modo per evitare che gli alunni si disperdano e riempiano il tempo a dare fastidio
Dare possibilità di scelta, entro <i>range</i> definiti	Mai dire "Fate quello che volete" (e se volessero fare caos?). Proponete un ventaglio di possibilità entro cui si possa scegliere. Così si evitano molte tensioni e molte crisi.
Individuare un sistema di rinforzi per premiare i comportamenti positivi	È meglio concedere 5 minuti di distensione piuttosto che avere un ragazzo che entra nella spirale dell'iperattività. Considerare che tanto l'attività scolastica sarebbe turbata comunque. Introdurre attività di decompressione per tutta la classe, anche al banco, è un'ottima strategia. I sistemi di rinforzo non sono necessariamente biechi e non abitano all'utilitarismo, se correttamente impostati. Per ragazzi con disabilità intellettiva questo è uno strumento importante e, per gli alunni con autismo, quasi imprescindibile. Ricordare che un sistema di rinforzo è anche la

	lode degli altri, ma a volte è necessario passare attraverso fasi più concrete, prima di arrivare all'interiorizzazione
Essere flessibili e insegnare la flessibilità	La scuola può divenire un sistema rigido, reso ancora più rigido da abitudini, convenzioni, preconcetti, convincimenti personali, paure, regole burocratiche, ecc. È bene al contrario avere programmi che possano essere adottati in modo alternativo, per potersi adattare alle situazioni, anziché cercare di contrastarle con la disciplina oppure ignorarle. Anche i ragazzi devono imparare ad essere flessibili e ad adattarsi alle situazioni. Capire cosa è veramente importante e lasciar perdere sul resto.
<i>Le parole sono pietre</i>	Oggi il linguaggio aggressivo è ampiamente supportato dai media (compreso quello televisivo) che hanno spesso sdoganato l'insulto come tratto accettabile del discorso. I <i>social media</i>, attraverso l'anonimato, potenziano immensamente questo aspetto e gli odiatori stanno aumentando a dismisura. In classe l'uso del linguaggio aggressivo va esaminato al microscopio con i ragazzi, non stigmatizzato e basta. Comprendere le conseguenze e le ferite.

I giochi di ruolo e lo scambio (*io sono te e tu sei me*) sono importantissimi.

2. Il “*Calm down kit*” e la strategia delle pause(*relax corner*)

Con l’espressione “*Calm down kit*” nelle scuole statunitensi si indica una forma di supporto alla *de-escalation* delle situazioni di crisi. Si tratta di contenitori con materiali diversi (possono essere riferiti ad un singolo alunno o a più alunni o ad una intera classe); questi materiali vengono scelti in quanto l’alunno (o gli alunni) li ritengono “rilassanti”. Ad esempio di possono trovare le bolle di sapone, oppure un *Ipad* con la musica preferita, oppure palle sensoriali da strizzare, un libro da leggere, qualcosa da colorare, la “carta” per chiedere di fare una corsa in cortile, quella per chiedere di andare alla macchinetta del caffè, qualche biscotto, ...

3. Strategie basate sulla “premiazione” dei comportamenti positivi

Le strategie didattiche basate sul rendere premianti i comportamenti positivi, limitando al massimo l’uso delle punizioni per quelli negativi, parte dalla considerazione, più volte espressa in questa dispensa, che le punizioni sono il più delle volte inefficaci; spesso generano comportamenti sfidanti negli alunni che agiscono in modo consapevole (“*e adesso vediamo cosa mi fai*”), mentre al contempo sono totalmente inutili con gli allievi che non agiscono consapevolmente.

L’idea di individuare anche la più labile traccia di comportamenti positivi (anche casuali), evidenziandole e premiandole, mira a insegnare agli alunni modalità di azione e di reazione più adeguate al contesto sociale (nonché meno pericolose), attraverso la premiazione.

Le modalità possono essere diversissime, per adattarsi alle condizioni ogni singolo alunno e di ciascuna classe. Due sono le variabili principali da tenere in considerazione per stabilire un percorso premiante dei comportamenti positivi:

1 – età anagrafica (non si possono usare le stesse strategie per un bambino di tre anni e per un adolescente o giovane adulto)

2 – la capacità di comprensione dell’alunno o degli alunni che manifestano problemi di comportamento (il premio deve essere qualcosa di desiderabile e di comprensibile)

Una delle modalità più conosciute per organizzare un sistema di premiazioni per i comportamenti positivi è la cosiddetta **Token Economy**, accompagnata spesso dal sistema dei “**contratti educativi**”.

Il termine inglese Token indica genericamente “gettone” ed è usato nel **contesto educativo** per intendere un “riconoscimento” tangibile ma di valore simbolico che viene assegnato ogni volta che un alunno assume un comportamento positivo.

Nell’ottica dell’Analisi Applicata al Comportamento, il token assume il ruolo di “**rinforzo**”, cioè di un elemento che collega il comportamento positivo ad una **conseguenza** piacevole per l’alunno, e quindi ne favorisce il ripresentarsi.

D. I compagni come risorsa

L’apprendimento cooperativo, il lavoro “*peer to peer*”

L’utilizzo di modalità di apprendimento cooperativo, se correttamente impostate e condotte, anche con l’utilizzo delle nuove tecnologie, favorisce la formazione di gruppi classe coesi, diminuisce il livello di stress e di aggressività, sostiene l’apprendimento delle regole sociali e le capacità di mediazione nei conflitti, aumenta la consapevolezza dei processi cognitivi, propri ed altrui.

Circle Time

Il *circle time* è una modalità organizzativa del tempo scolastico che va utilizzata in modo continuativo e programmatico, non episodico e non casuale, ed in cui le regole della conversazione vanno costruite con il gruppo (non definite a priori dall’adulto) e rigorosamente fatte rispettare dal gruppo stesso.

È un esercizio alla libertà di espressione di cui oggi c’è assolutamente bisogno, anche in relazione alle modalità comunicative veicolate dai mezzi di comunicazione di massa e dai social.

In caso di problemi comportamentali nella classe, questa modalità può aiutare tutti (adulti ed allievi) a comprendere cosa è successo, cosa ciascuno ha provato e a rispecchiarsi gli uni negli altri.